

Муниципальное общеобразовательное учреждение
«Бурлинская средняя (полная) общеобразовательная школа №3»
Бурлинского района Алтайского края

ВСЕМИРНЫЙ ДЕНЬ ЗДОРОВЬЯ



ПРЕЗЕНТАЦИЮ
РАЗРАБОТАЛА:
ШВАЙКО ЛЮДМИЛА
АЛЕКСАНДРОВНА –учитель
английского языка

БУРЛА
2010



7 АПРЕЛЯ

2003 ГОДА

объявлен

всмирный день

здоровья



**«ЗДОРОВЫЙ НИЩИЙ
СЧАСТЛИВЕЕ
БОЛЬНОГО
КОРОЛЯ»**

А. Шопенгауэр

ХРИСТИАНСКАЯ БИБЛИЯ



7 смертных грехов

1. ГОРДОСТЬ,
ГОРДИНЯ
2. ЗАВИСТЬ
3. ЗЛО (ГНЕВ)
4. РАСПУТСТВО,
РАЗВРАТ
5. АЛЧНОСТЬ
(ЖАДНОСТЬ)
6. ЧРЕВОУГОДИЕ (ПРОЖОРЛИВОСТЬ,
НЕНАСЫТНОСТЬ)
7. ЛЕНЬ



ВРЕДИТ ЗДОРОВЬЮ

- ФИЗИЧЕСКАЯ ПАССИВНОСТЬ
(ИНЕРТНОСТЬ)
- УПОТРЕБЛЕНИЕ СЛАДОСТЕЙ В
БОЛЬШОМ
КОЛИЧЕСТВЕ
- АЛКОГОЛЬ
- КУРЕНИЕ
- НЕБЛАГОПРИЯНОЕ ВЛИЯНИЕ
ОКРУЖАЮЩЕЙ СРЕДЫ



ВРЕД

ЗДОРОВЬЮ

ПОЛНОТА
ТУЧНОСТЬ
ФИЗИЧЕСКАЯ
ПАССИВНОСТЬ

ПЛОХИЕ

ПРИВЫЧКИ

КУРЕНИЕ
АЛКОГОЛЬ

ПЕРЕСЫПАНИЕ

НЕДОСЫПАНИЕ

ПРОПУСК ЗАВТРАКА (ОБЕДА,
УЖИНА)

УКРЕПЛЯЮТ ЗДОРОВЬЕ



- ФИЗИЧЕСКИЕ УПРАЖНЕНИЯ
- ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ
- БЛАГОПРИЯТНОЕ ВЛИЯНИЕ
ОКРУЖАЮЩЕЙ
СРЕДЫ
- ЗДОРОВАЯ ПИЩА

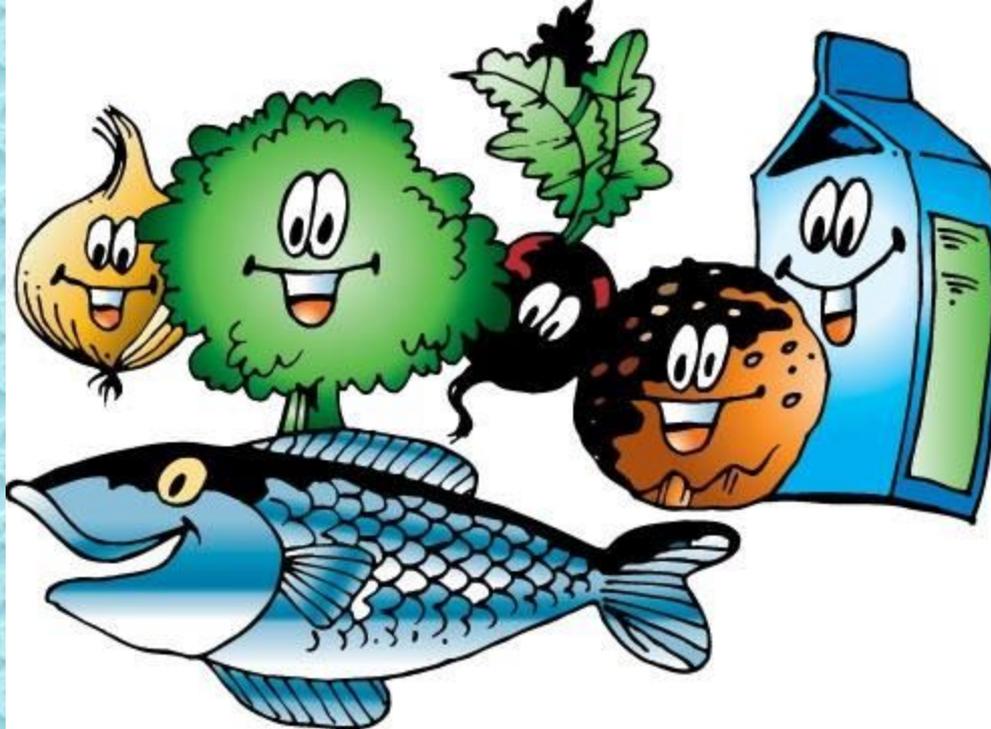
ПОЛЕЗНЫЕ ПРОДУКТЫ

-ПРОДУКТЫ, БОГАТЫЕ ЖЕЛЕЗОМ(ДЛЯ МОЗГА И ДЛЯ МЫШЦ)

- ОВОЩИ
И РЫБ
- А
МОРКОВЬ
И СВЕКЛА

-САЛАТЫ
ЗЕЛЁНЫЕ

- НЕЖИРНАЯ



МОРСКИЕ
ДАРЫ

-ПИЦЦА, БОГАТАЯ
ВИТАМИНАМИ

-ХЛЕБ ИЗ НЕПРОСЕЯННОЙ
МУКИ

- РАСТИТЕЛЬ
НОЕ МАСЛО

ТВОРОГ

-СЫР

- БОБОВЫЕ
(ФАСОЛЬ,
ГОРОХ)

ВРЕДНЫЕ ПРОДУКТЫ

- ЖИРНАЯ ПИЩА
- ЖАРЕННЫЕ БЛЮДА
- НАРКОТИКИ
- УПОТРЕБЛЕНИЕ В МАЛОМ КОЛИЧЕСТВЕ (ХЛЕБ ИЗ НЕПРОСЕЯННОЙ МУКИ)
- МАРИНОВАННЫЕ ПРОДУКТЫ
- СЛАДОСТИ В БОЛЬШОМ КОЛИЧЕСТВЕ (САХАР, СОЛОНОСЛИ)
- ФИЗИЧЕСКАЯ ПАССИВНОСТЬ
- КОКА-КОЛА (ГАЗИРОВАННЫЕ НАПИТКИ)
- ТОРТЫ В БОЛЬШОМ КОЛИЧЕСТВЕ
- МЯСО СВИНИНЫ

--

**СПОСОБ , ЧТОБЫ ЖИТЬ
ЗДОРОВЫМИ**

7-8 часов

**вставать рано
завтракать**

**здоровая пища сон
регулярное питание**



**КАЖДЫЙ ХОЧЕТ ЖИТЬ
ДОЛГО,
НО НИКТО НЕ ХОЧЕТ
СТАРЕТЬ**



ДЖОНАТАН СВИФТ

**ХОЧЕШЬ ЖИТЬ ДОЛГО - УЧИСЬ СТАРЕТЬ.
ХОЧЕШЬ СТАРЕТЬ ДОСТОЙНО – УЧИСЬ
ТЕРПЕТЬ.**

СТАРОСТИ БЕЗ БОЛЕЗНЕЙ НЕ БЫВАЕТ.

ЭСХИЛ



Бурла