

Биологи
в проекте
«Мы и наше здоровье»

*Иванов Олег
Ученик 3 «В»класса
МОУ СОШ №1*

Проблемный вопрос

**Какой вред наносят
организму человека вредные
привычки?**

Гипотеза исследования

- *Считаем, что самые вредные привычки - это курение, злоупотребление спиртными напитками, наркотики.*

Цель исследования

- Проанализировать, изучить что нужно делать, чтобы сохранить здоровье

Задачи исследования

1. Провести анализ компонентов здоровья
2. Рассмотреть, как спорт может укрепить здоровье
3. Выяснить, как повысить устойчивость организма к вредным воздействиям среды

Результаты проведённого исследования

Провели анализ десяти правил
здорового образа жизни

Результаты проведённого исследования

Рассмотрели результаты обследования
органов дыхания здорового и курящего
человека

Результаты проведённого исследования

Выяснили, что курение очень вредно для лёгких, да и для всего организма.

Человек, который курит, хуже растёт, быстрее устаёт, плохо справляется с учёбой, чаще болеет.

Вывод

Вести здоровый образ жизни – это значит выполнять правила сохранения и укрепления здоровья: соблюдать режим, заниматься спортом, не иметь вредных привычек.

Используемая литература

- Твоя первая энциклопедия. Как живёт человек. Ниола- пресс.
- В.И.Ковалько. Здоровьесберегающие технологии. М.Вако, 2007г.
- *festival.1september.ru/articles/511664/*
- ***www.epochtimes.ru/content/view/39138/7/***