



«ВЛИЯНИЕ ФИЗИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ НА УМСТВЕННУЮ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ»



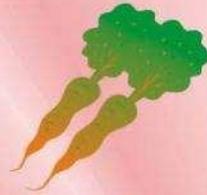
Выполнила: Божьева
Екатерина, студентка 3 курса,
юридического факультета,
ИО-18(1 группа)

**«ЕДИНСТВЕННАЯ
КРАСОТА, КОТОРУЮ Я
ЗНАЮ – ЭТО
ЗДОРОВЬЕ!»**

ГЕЙНЕ



Рациональное Питание

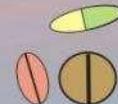


1. Курение

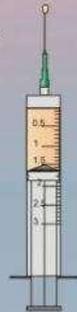
Искоренение Вредных привычек



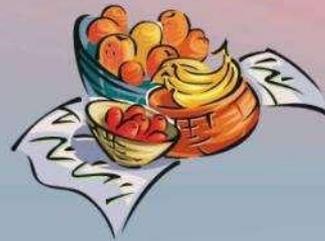
2. Алкоголь



3. Наркотики



Здоровый Образ Жизни.



Закаливание и занятия спортом

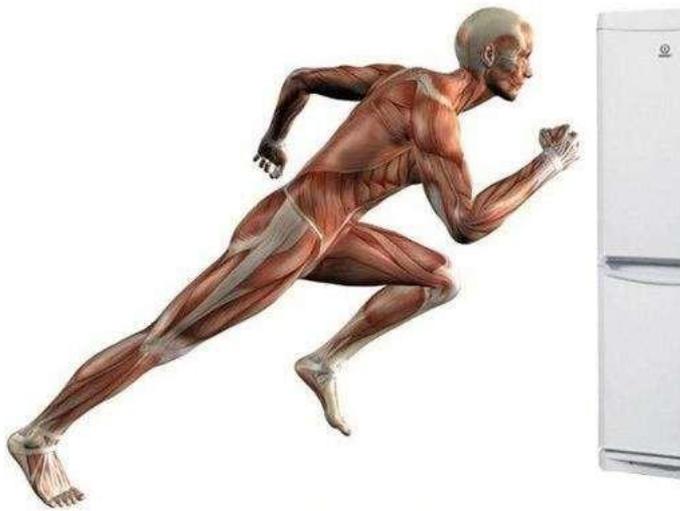


Правильный Режим труда и отдыха



«Движение может по своему действию заменить любые средства, но все лечебные средства мира не могут заменить влияние движения».

Симон Андре Тисо



отмечается наиболее интенсивные рост и развитие организма.

происходит формирование здоровья на всю дальнейшую жизнь



организм ребенка наиболее чувствителен к внешним (экзогенным) факторам окружающей среды.

этот период совпадает с важнейшим социальным этапом развития - получением ребенком общего среднего образования.

это возраст, имеющий четкую временную градацию— день, месяц, год.



**Для ребенка важны
каждые полгода**

- определяется совокупностью обменных, структурных процессов, морфологических особенностей и **зависит от индивидуального темпа роста и развития организма**

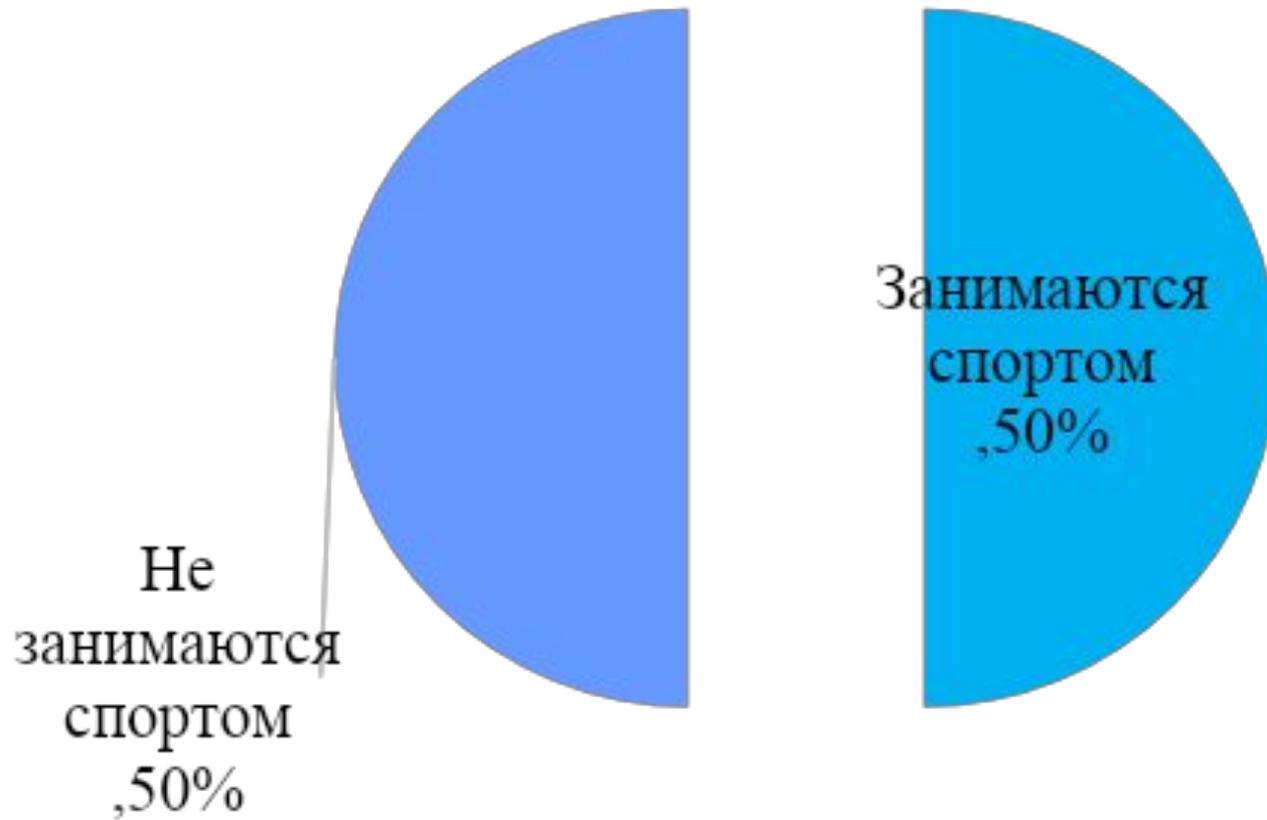
- это уровень функционального и психического развития организма, который сравним со средними возрастными характеристиками группы и для которого поведение ребенка в социальной, познавательной и физической областях считается характерным для данного возраста

- может отставать от паспортного возраста на 1-1,5 года

Нарушения



Спортивные секции



дисциплинированным, организованным, уверенным в свои силы занимайся спортом. . Занимаясь спортом, приобретаешь новых друзей, учишься работать в команде.

