

# ПОСЛОВИЦЫ

---

- ...дороже денег.
- ... не купишь
- Береги платье снову, а ... смолоду.

# ЗДОРОВЬЕ КАК ОСНОВНАЯ ЦЕННОСТЬ ЧЕЛОВЕКА

---



# ЗАДАНИЕ НА АССОЦИИИ:

На каждую букву данного слова  
(исключая «ь») напишите слова,  
относящиеся к тому, что делает человека  
здоровым.

**З-**

**Д-**

**О-**

**Р-**

**О-**

**В-**

**Ь- -**

**Е-**



# ПОНЯТИЕ ЗДОРОВЬЯ

- ЗДОРОВЬЕ-ЭТО СОСТОЯНИЕ ПОЛНОГО ФИЗИЧЕСКОГО, ДУХОВНОГО И СОЦИАЛЬНОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ, А НЕ ТОЛЬКО ОТСУТСТВИЕ ЗАБОЛЕВАНИЙ ИЛИ ФИЗИЧЕСКИХ ДЕФФЕКТОВ.



# КРИТЕРИИ ЗДОРОВЬЕ

---

1. отсутствие болезни
2. нормальное функционирование организма в системе «человек-окружающая среда»
3. полное физическое, духовное, социальное благополучие
4. способность приспосабливаться к постоянно меняющимся условиям существования в окружающей среде
5. способность к полноценному выполнению основных социальных функций

# ПОКАЗАТЕЛИ УРОВНЯ ЗДОРОВЬЯ

1

Объективные  
показатели

2

Субъективные  
показатели

3

Количество  
здоровья



# Объективные показатели

|   |                                |
|---|--------------------------------|
| 1 | Температура тела               |
| 2 | Кровяное давление              |
| 3 | Частота пульса                 |
| 4 | Процент содержания гемоглобина |
| 5 | Число лейкоцитов в крови       |
| 6 | Содержание сахара и др.        |



## Субъективные показатели

|   |              |
|---|--------------|
| 1 | Самочувствие |
| 2 | Настроение   |
| 3 | Аппетит      |
| 4 | Сон и др.    |





## Количество здоровья

|   |   |
|---|---|
| 1 | Переносимость организма внешних нагрузок  |
| 2 | Состояние организма по эмоциональным признакам                                    |
| 3 | Степень тренированности организма   |
| 4 | Степень противостояния организма к внешним нагрузкам в процессе жизнедеятельности |

