Здоровью в помощь

Автор: учитель биологии,
молодой специалист
МАОУ СОШ №112 г. Перми
Кокшаров Егор Витальевич

Это Опасно!	Спорт - это жизнь	Болезни	Питаемся правильно	Великие спортсмены
100	100	100	100	100
200	200	200	200	200
300	300	300	300	300
400	400	400	400	400
500	500	500	500	500

Эта вредная привычка многократно увеличивает вероятность рака лёгких

http://txt.newsru.co[illegible]/672653.html

Курение

Это Опасно!

Это вещество убивает клетки головного мозга, имеет резкий запах и Вызывает привыкание

Алкоголь

Это Опасно!

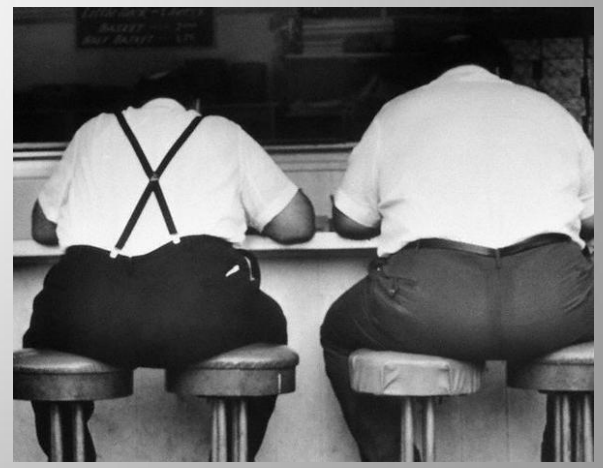
К этому может привести частое употребление сладостей и несоблюдение гигиены рта

Кариес

Это Опасно!

Именно это вместе с перееданием приводит к появлению лишнего веса

Малоподвижный образ жизни



Это Опасно!

Именно это является основной причиной искривления позвоночника

Неправильная осанка

Спорт
- это жизнь

В Северной Америке его называют «соккер»

Футбол (европейский)

Спорт
- это жизнь

Какой вид спорта больше всего развивает лёгкие

Дайвинг / плаванье

Спорт
- это жизнь

Искусство перемещения и преодоления препятствий в городских условиях

Паркур

Спорт
- это жизнь

Дословно с японского этот вид спорта переводится как «мягкий путь»

Дзюдо

Спорт
- это жизнь

Предком этого вида спорта считается французская игра жё-де-пом

Теннис

Эта болезнь вызвана недостатком витамина С

Цинга

Этот вирус может почти полностью уничтожить иммунитет человека

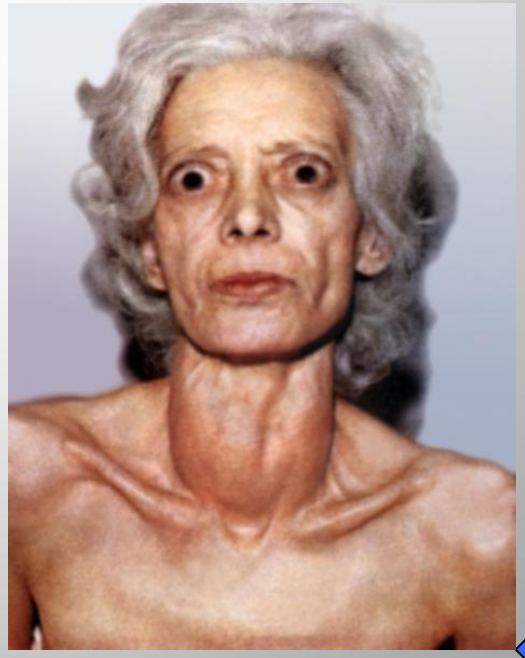
СПИД

Эта болезнь возникает при неправильной выработке инсулина

Сахарный диабет

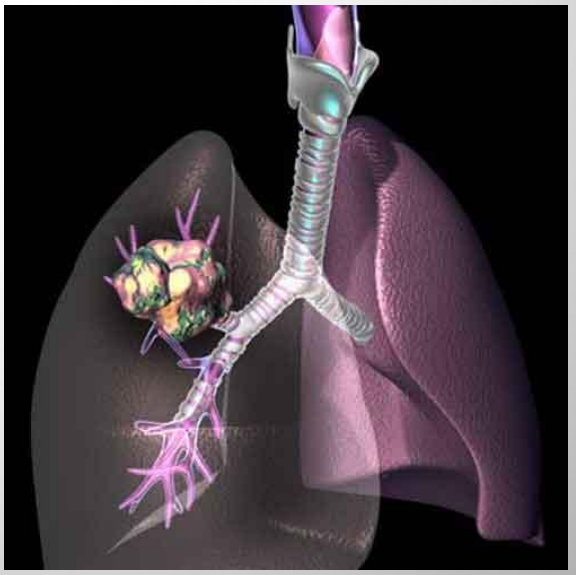
Эта болезнь возникает при избыточной работе щитовидной железы

Базедова болезнь



Эта болезнь приводит к появлению злокачественных опухолей

Рак



Питаемся правильно

Какие органические вещества мы используем в пищу (три слова)

Белки, жиры, углеводы

Питаемся правильно

В этом жгучем продукте витамина С в несколько раз больше, чем в лимоне

Перец Чили

Её брали в плаванье,
чтобы не болеть цингой

Квашеная капуста

В этот витамин превращается каротин, которого много в овощах рыжего цвета

Витамин А

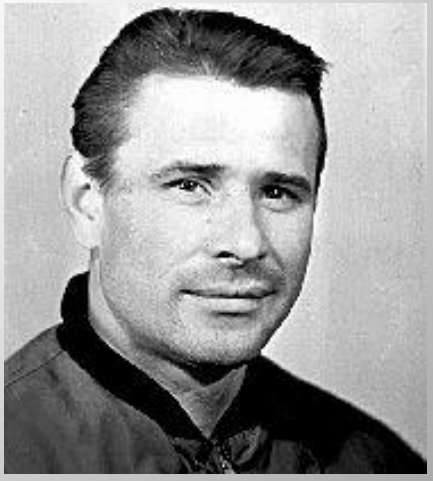
В неё часто добавляют йод для лучшей работы эндокринной системы

Соль

Великие спортсмены

Единственный в истории вратарь- обладатель «Золотого мяча» (футбольная награда)

Лев Яшин



Пловец, единственный в мире 18-кратный олимпийский чемпион

Майкл Фелпс

Первый европейский хоккеист, принятый в зал славы NHL (Национальная хоккейная лига, США-Канада)

Владислав Третьяк

Рекордсмен по бегу на короткие дистанции, 6-кратный олимпийский и 8-кратный чемпион мира

Усейн Болт

Русская спортсменка, победительница Олимпиады в 2004 и 2008 году по прыжкам с шестом

Елена Исинбаева