





Всемирный день здоровья отмечается ежегодно **7 апреля** в день создания в 1948 году Всемирной организации здравоохранения. Ежегодное проведение Дня здоровья вошло в традицию с 1950 года. Мероприятия Дня проводятся для того, чтобы люди могли понять, как много значит здоровье в их жизни.

А здравоохранительные организации призваны решить вопрос, что им нужно сделать, чтобы здоровье людей во всем мире стало лучше. Сейчас особенно важно говорить о здоровье и делать всё возможное, чтобы сохранить его.



30.03.2015 13:45



Правила здорового образа жизни





Спортив





100 великих спортсменов Б.Р. Шугар.-М.;
Вече, 2004г.-432 с.

Настоящее издание содержит достаточно
много интересной и познавательной
информации для любителей спорта,
спортивной истории.





Г.И. Куценко. Книга о здоровом образе жизни. –М.: Профиздат,1987.-256 с.

Авторы, специалисты в области профилактической медицины, в популярной форме излагают основные вопросы здорового образа жизни: создание условий для нормального труда, отдыха, быта, занятий физической культурой и спортом, искоренение вредных для здоровья привычек.





Физическая культура(изд:10)

Автор: Решетников Н.М.-М.; Академия, 2010г.,176 с.

Учебник содержит информацию, позволяющую расширить знания в области физической культуры, анатомии и физиологии организма человека, здорового образа жизни и питания, понять закономерности формирования и совершенствования двигательных навыков и физических способностей в процессе физического воспитания. Предлагаемые комплексы физических упражнений помогут в развитии силы, выносливости, быстроты, гибкости, координации движений.





Холодов Ж.К., Кузнецов В.С.

Теория и методика физического воспитания и спорта: - М.: Издательский центр «Академия», 2003. - 480 с.

В книге раскрывается сущность физического воспитания, излагаются принципы и методы физического воспитания детей, дается характеристика упражнений, рекомендуемых для развития тех или иных физических способностей или возможностей человека. Предлагаемые методики базируются на научной основе, насыщены конкретным материалом по направленному использованию физической культуры в жизни разных групп людей.





А. Томилин

Издательство: Л.; Детская литература.302 с. Ил.

Сборник знакомит юного читателя с достижениями в различных областях спорта и др.



Вредные привычки.

Вредные привычки - это привычки, которые вредят здоровью человека и мешают ему осуществлять свои цели и полностью использовать в течение жизни свои возможности.

Наиболее распространенными среди вредных привычек являются курение и употребление алкоголя и наркотиков





"Энциклопедия независимости"

Почти год силы копирайтеров и дизайнеров Агентства рекламных технологий "Информ Экспресс" (Москва) были направлены на создание "Энциклопедии независимости", рассказывающей о вреде наркомании и алкоголизма.

Московский научно-практический центр наркологии. Департамент здравоохранения г. Москвы.





Московский научно-практический центр наркологии.
Департамент здравоохранения г. Москвы

Информация к размышлению.





Медицинская география : Т. В. Кучер. Просвещение 1996, 156с. ил., карты 22 см,

Что изучает медицинская география! Как природные и социально-экономические факторы воздействуют на организм человека! Какие болезни возникают в результате этого воздействия, как они протекают и как их предупредить!



Здоровье - это бесценный дар, который преподносит человеку природа. Но как часто мы растрачиваем этот дар попусту, забывая, что потерять здоровье легко, а вот вернуть его очень и очень трудно.





ВЫБЕРИ ЖИЗНЬ!



Информация к размышлению.