

ВСЕМИРНЫЙ ДЕНЬ ЗДОРОВЬЯ



Начнем из истории.

Общественное движение за здоровый образ жизни зародилось в XIX веке в странах Западной Европы.

Понятие «здоровый образ жизни» – это комплексное понятие, включающее в себя физическое, психическое, социальное и духовное здоровье человека.

- Поддержание физического здоровья
- Поддержание психического здоровья
- Поддержание социального здоровья

В начале XX века в Европе и США началось движение за здоровый образ жизни.

В 1906 году в Стокгольме на 22-й сессии ИКОГ (Международная конференция по охране здоровья) было принято решение о создании Международного комитета по охране здоровья.

В 1948 году в Женеве на 19-й сессии ИКОГ было принято решение о создании Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ).

В 1986 году в Женеве на 43-й сессии ВОЗ было принято решение о создании Всемирного дня здоровья.

Самые простые упражнения, которые можно делать в любое время и в любом месте.

Самые простые упражнения, которые можно делать в любое время и в любом месте, это:



Эти упражнения можно делать в любое время и в любом месте. Они помогут вам поддерживать физическое здоровье.



Максимальный образ жизни – это образ жизни, при котором человек живет в полной мере, реализуя все свои возможности.

В начале XX века в Европе и США началось движение за здоровый образ жизни.

В 1906 году в Стокгольме на 22-й сессии ИКОГ (Международная конференция по охране здоровья) было принято решение о создании Международного комитета по охране здоровья.

В 1948 году в Женеве на 19-й сессии ИКОГ было принято решение о создании Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ).



В 1986 году в Женеве на 43-й сессии ВОЗ было принято решение о создании Всемирного дня здоровья.

В 1986 году в Женеве на 43-й сессии ВОЗ было принято решение о создании Всемирного дня здоровья.

"Офисная" гимнастика для детей

Самые простые упражнения, которые можно делать в любое время и в любом месте, это:

В 1986 году в Женеве на 43-й сессии ВОЗ было принято решение о создании Всемирного дня здоровья.

В 1986 году в Женеве на 43-й сессии ВОЗ было принято решение о создании Всемирного дня здоровья.



В 1986 году в Женеве на 43-й сессии ВОЗ было принято решение о создании Всемирного дня здоровья.

В 1986 году в Женеве на 43-й сессии ВОЗ было принято решение о создании Всемирного дня здоровья.

Зачем нужна офисная гимнастика?

Офисная гимнастика – это комплекс упражнений, которые можно делать в любое время и в любом месте.

Офисная гимнастика – это комплекс упражнений, которые можно делать в любое время и в любом месте.

Офисная гимнастика – это комплекс упражнений, которые можно делать в любое время и в любом месте.

Офисная гимнастика – это комплекс упражнений, которые можно делать в любое время и в любом месте.



В 1986 году в Женеве на 43-й сессии ВОЗ было принято решение о создании Всемирного дня здоровья.

В 1986 году в Женеве на 43-й сессии ВОЗ было принято решение о создании Всемирного дня здоровья.













































































