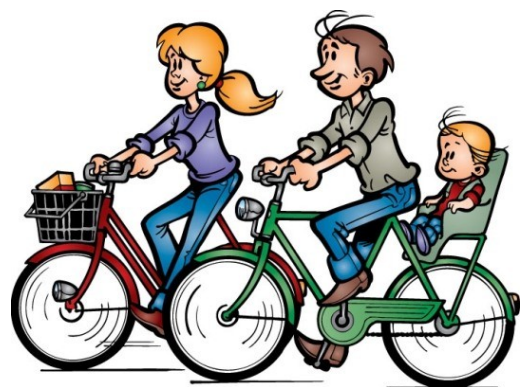


Мы с красным солнцем дружим,  
Волне прохладной рады,  
И нам не страшен дождик,  
И даже снегопады.  
Мы ветра не боимся,  
В игре не устаём  
И рано спать ложимся,  
И с солнышком встаём.  
Катаемся на санках,  
Резвимся на катке,  
А летом загорелые  
Купаемся в реке.



**Солнце, воздух и вода  
наши лучшие друзья?**



Информацию подготовила  
Малашевская Н.В.



# Воздействие главных экологических факторов на организм человека

## Солнце

### Польза

Согревает  
Стимулирует загар  
Необходимо для образования на коже витамина D (противорахитного)  
Стимулирует деятельность некоторых желез внутренней секреции

### Опасность

Перегрев, солнечный удар  
Ожог, стимуляция раковых клеток  
Передозировка витамина D, торможение роста костей  
Гиперфункция щитовидной железы

## Воздух

### Польза

Согревает  
Стимулирует загар  
Необходимо для образования на коже витамина D (противорахитного)  
Стимулирует деятельность некоторых желез внутренней секреции

### Опасность

Перегрев, солнечный удар  
Ожог, стимуляция раковых клеток  
Передозировка витамина D, торможение роста костей  
Гиперфункция щитовидной железы

## Вода

### Польза

Охлаждает за счет высокой теплоемкости  
Стимулирует физическую активность  
Обеспечивает личную гигиену

### Опасность

Переохлаждение  
Переутомление  
Может содержать вредные примеси