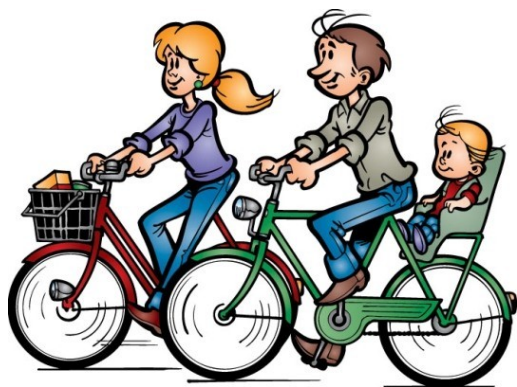


Мы с красным солнцем дружим,
Волне прохладной рады,
И нам не страшен дождик,
И даже снегопады.
Мы ветра не боимся,
В игре не устаём
И рано спать ложимся,
И с солнышком встаём.
Катаемся на санках,
Резвимся на катке,
А летом загорелые
Купаемся в реке.



**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