**Дисциплина – ОБЖ**

**Группа №112**

1. Здоровый образ жизни, как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества. Факторы, влияющие на здоровье.
2. Основные составляющие здорового образа жизни.

Изучить самостоятельно Учебник ОБЖ,10кл. п.26,п27, сто.138-140

1. Составьте режим своего дня, который вы считаете наиболее эффективным.
2. Используя дополнительные источники, подготовьте сообщение на тему: «Духовное и физическое состояние молодежи в нашем регионе».