

# ЗМІСТ

## Розділ 1. ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ

Здоров'я і життя	4
Безпека та небезпека для життя	6
Безпека пішохода	8
Громадський транспорт і зупинки	10
Дорожньо-транспортні пригоди (ДТП)	13

## Розділ 2. ПСИХІЧНА І ДУХОВНА СКЛАДОВІ ЗДОРОВ'Я

Навчайся комфортно	15
Навчайся успішно	17
Повага до себе та інших	19
Світ твоїх переживань	21
Будь милосердним	23

## Розділ 3. ФІЗИЧНА СКЛАДОВА ЗДОРОВ'Я

Рух — це життя	25
Розвиток підлітків	27
Активний відпочинок	29
Як подолати втому	31
Телебачення, комп'ютер і здоров'я	33

## Розділ 4. СОЦІАЛЬНА СКЛАДОВА ЗДОРОВ'Я

### Тема 1. Соціальне благополуччя

Права й обов'язки	36
Спілкування і здоров'я	39
Спілкування з дорослими	41
Взаємодопомога членів родини	43
Спілкування з однолітками	45
Про туберкульоз та ВІЛ-інфекцію	47

### Тема 2. Безпека в побуті й навколишньому середовищі

Якщо виникла пожежа	49
Автономна ситуація	51
Наодинці вдома	53
Безпечний Інтернет	55
Якщо ти надворі	57
Безпечне довкілля	59
Стихійні лиха	61
Безпека на воді	63