**Составить конспект на тему: Основные понятия о здоровье человека.**

В конспекте вам необходимо отразить следующие понятия:

1. Понятие «здоровье»

2. Понятие «здоровый образ жизни»

3. Факторы здорового образа жизни

4. Составляющие здорового образа жизни

5. Значение здорового образа жизни.

Составьте **разнообразный** рацион питания, необходимый для здорового образа жизни на 2 дня.