

Тема урока:  
Предупреждение  
заболеваний сердца и  
сосудов.

Цель урока:

Выявить заболевания сердечно-  
сосудистой системы (ССС) и их  
причины;

Определить мероприятия и  
правила профилактики  
заболеваний сердца и сосудов;

<b>Заболевания сердечно-сосудистой системы</b>	<b>Причины и факторы, вызывающие заболевания ССС</b>	<b>Мероприятия и правила, способствующие сохранению ССС</b>

Данные ,опубликованные  
Всемирной организацией  
здравоохранения (ВОЗ): в США  
число сердечно-сосудистых  
заболеваний резко пошло вниз с  
1970-х по 1990-е годы. Тогда  
отмечалось снижение количества  
курильщиков и увеличение  
физической активности.

Выясняется, что с 1990-х годов прекратилось улучшение здоровья американцев с точки зрения укрепления сердечно-сосудистой системы, и всё это в связи с резким ростом ожирения и диабета.

Половины предполагаемых  
400.000 смертей от  
ишемической болезни сердца  
в США можно было бы  
избежать, если бы люди ели  
здоровую пищу и бросили  
курить.

Среди общей смертности в России сердечно-сосудистые заболевания составляют 57 %.

За 10 месяцев 2012 года в Аркадакском районе смертность составила 440 человек – 16,8%; рождаемость – 193 человека – 7,4%; естественный прирост населения - **- 9,4%**; смертность по сердечно-сосудистым заболеваниям составила 163 человека.

Продолжительность жизни у мужчин – 63,7 года; у женщин – 76 лет.

Как вы могли бы решить проблему отрицательного естественного прироста населения Аркадакского района, исходя из заболеваний сердечно-сосудистой системы?



# «Шесть шляп мышления»

○ Это эмоциональная шляпа. Нужно связать изменения собственного эмоционального состояния с теми или иными моментами рассматриваемого явления.

○ Мыслим фактами. Цифрами. Без эмоций, без субъективных оценок.

○ Позитивное мышление. Необходимо выявить в рассматриваемом явлении позитивные стороны и аргументировать, почему они являются позитивными.

○ Противоположность желтой шляпе. Нужно определить, что было трудно, неясно, проблематично, негативно и объяснить, почему так произошло.

○ Это творческое мышление. Задайтесь вопросами: «Как можно было бы применить тот или иной факт, метод и т.д. в новой ситуации? Что можно было бы сделать иначе, почему и как именно?»

○ Это философия, обобщение. Те, кто мыслит в «синем» русле, старается обобщить высказывания других шляп, сделать общие выводы.



# Домашнее задание:

- Параграф 21
- Практическая работа «Функциональная сердечная проба» стр. 94.