

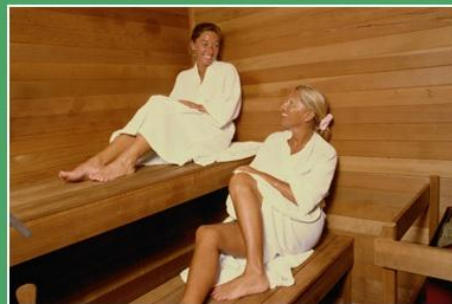


Тема урока:

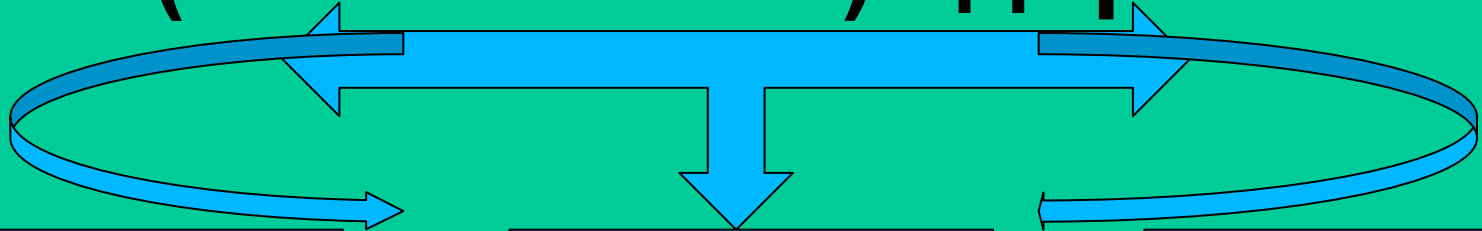
«Здоровье. Четыре фактора, определяющие состояние индивидуального здоровья»

Здоровье человека

– это состояние полного физического, духовного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней и физических недостатков



Три составляющие (компоненты) здоровья:



**Физическое
здоровье**

**Духовное
здоровье**

**Социальное
здоровье**

**Физическое
здоровье -
это
здоровье
тела
человека.**

**Духовное
здоровье-это
здоровье
разума.**

**Социальное
здоровье-
условие
жизни
человека, его
труда и
отдыха.**

Здоровье



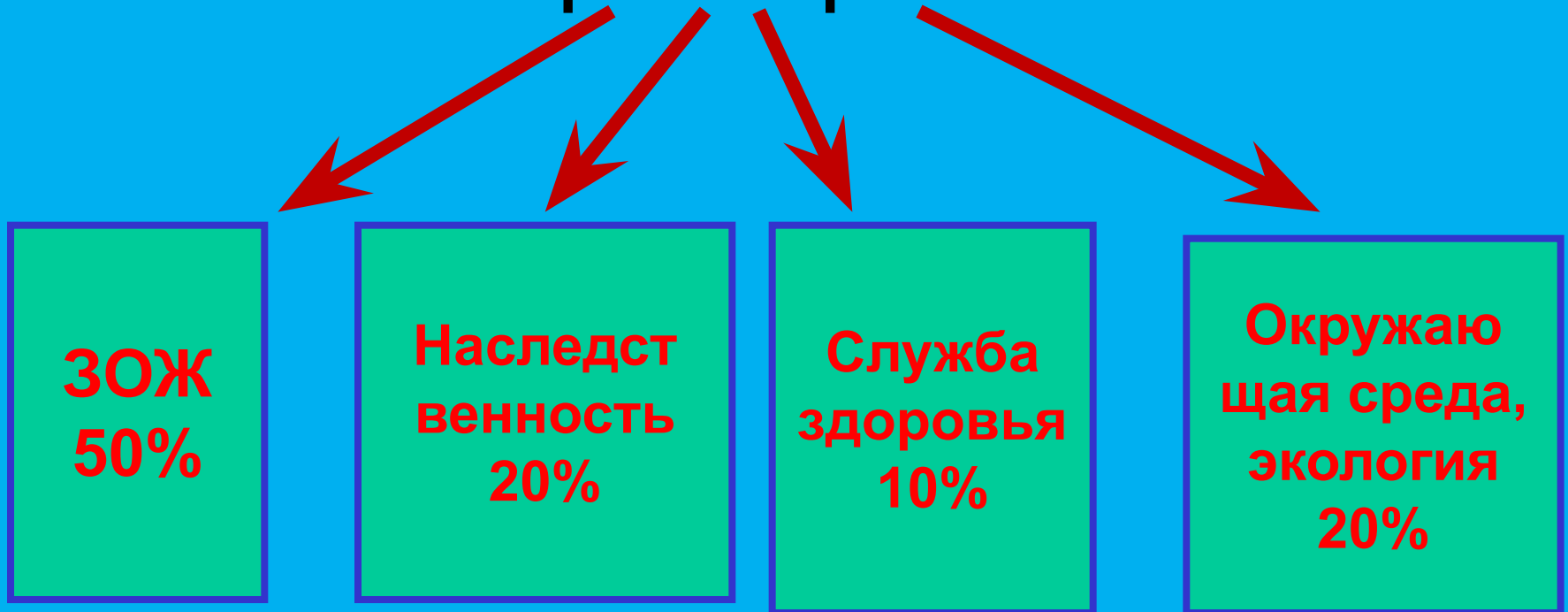
ИНДИВИДУАЛЬНОЕ ЗДОРОВЬЕ

**Личное здоровье человека.
Зависит от него самого, от его мировоззрения, от культуры его здоровья.**

ОБЩЕСТВЕННОЕ ЗДОРОВЬЕ

**Здоровье всех членов общества.
Зависит не только от самого человека.**

Здоровье человека зависит от 4 факторов



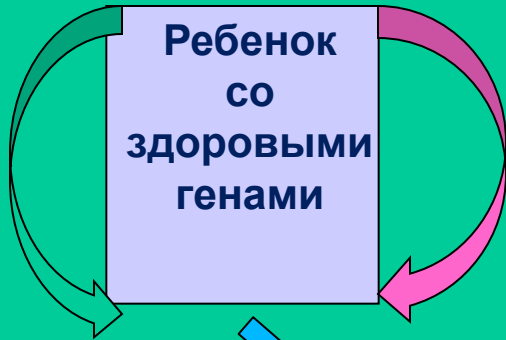
Здоровый образ жизни



Наследственность (биологический фактор)

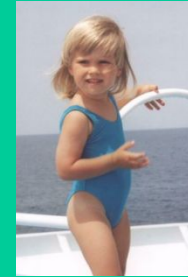
мама

папа

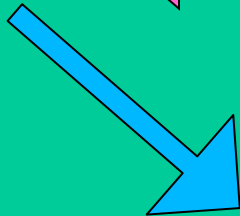
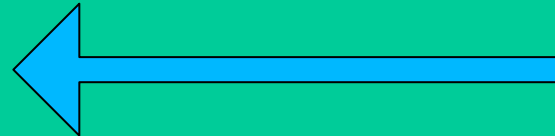


бабушка

дедушка



Ребенок со здоровыми генами

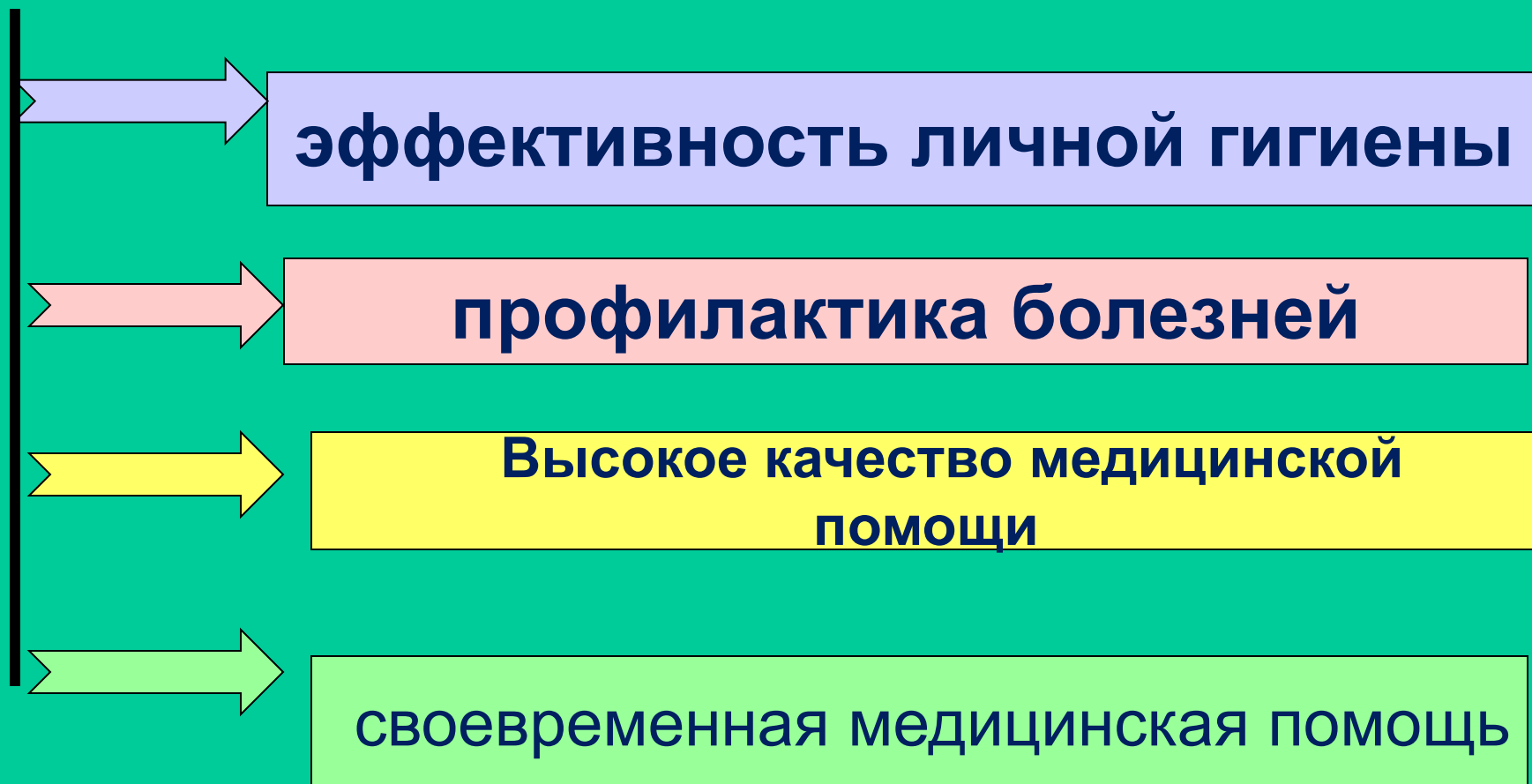


Предрасположенность к крепкому здоровью

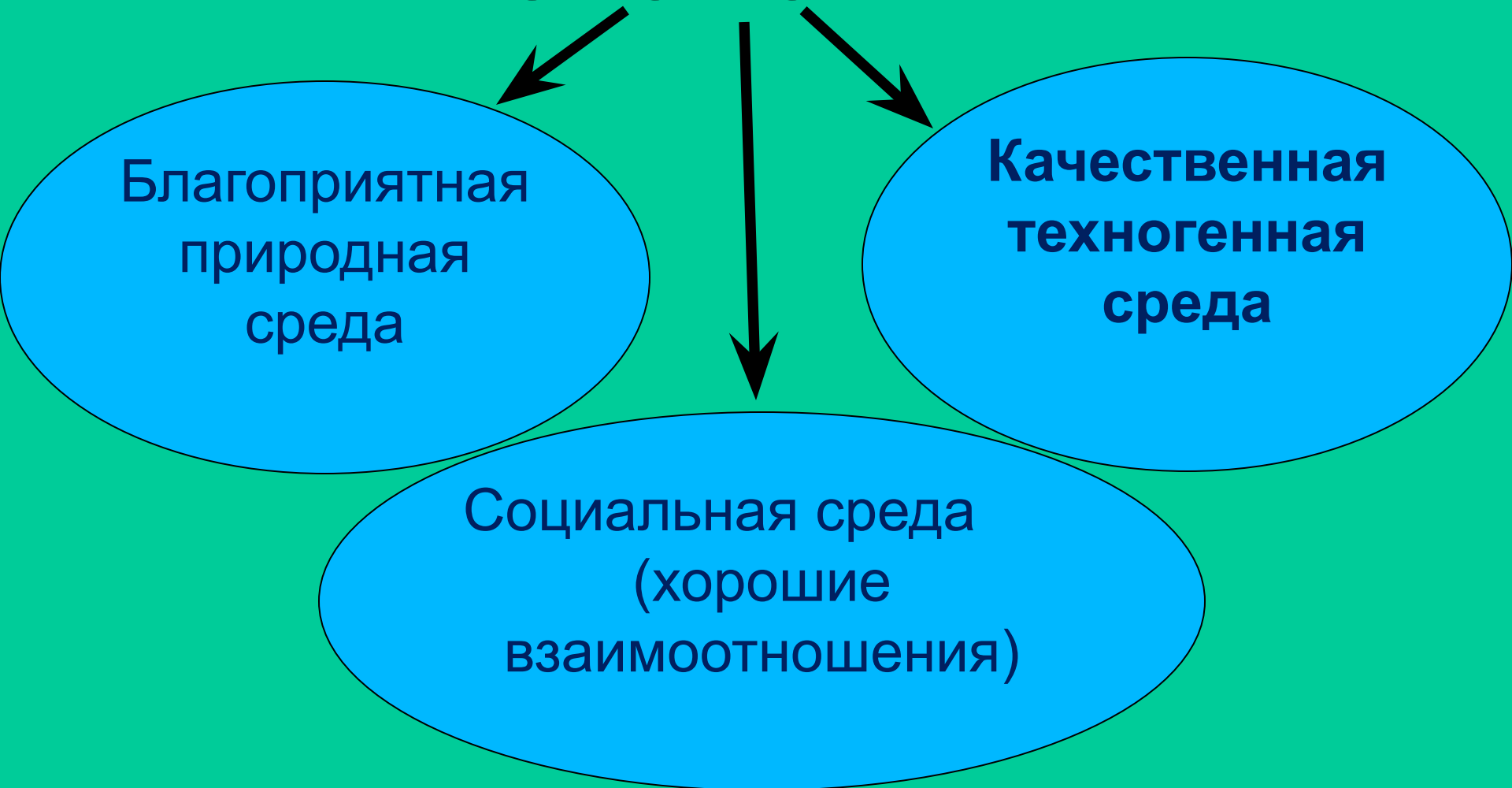


Человек здоров

Служба здоровья (Здравоохранение и здоровье)



Окружающая среда, ЭКОЛОГИЯ





**30Ж-
50%**

**Служба
здоровья-
10%**

**Индивиду-
альное
здоровье**

**Наследствен-
ность-20%**

**Окружающая
среда,
экология-20%**

TECT



**ПРОВЕРЬ СЕБЯ И
ПОЛУЧИ ПРИЗ**

1. Здоровье – это

1. Отсутствие болезни

2. нормальное функционирование организма человека в системе «человек - окружающая среда»

3.

состояние духовного, физического и социального благополучия человека, а не только отсутствие болезней и физических дефектов.

2. Физическое здоровье укрепляется с помощью

1. физкультуры

2. закаливания

3. умение предвидеть опасности, возникающие в процессе жизнедеятельности.

3. Ряд факторов оказывает существенное влияние на здоровье человека

1. наследственность и влияние окружающей среды

2 влияние образа жизни и влияние медобслуживания

3. влияние магазинов и кино

4. Степень влияния службы здоровья на здоровье человека, по мнению специалистов, может составлять

1. 10%

2. 20%

3. 50%

5. Степень влияния ЗОЖ на здоровье человека, по мнению специалистов, может составлять

1. 10%

2. 20%

3. 50%

6. Степень влияния наследственности на здоровье человека, по мнению специалистов, может составлять

1. 10%

2. 20%

3. 50%

7. Степень влияния окружающей среды и экологии на здоровье человека, по мнению специалистов, может составлять

1. 10%

2. 20%

3. 50%

8. Из приведенных факторов воздействия внешней среды выберите те, которые влияют на здоровье человека

**1. личные,
общественные,
индивидуальные,
природные, медицинские**

**2. физические, химические,
биологические, социальные,
психические**

**3. материальные,
политические, расовые,
идеологические,
умственные**

9.Допиши выражение: «Куда не приходит солнце, туда приходит....»

1. врач

2. техника

3. магазин

10. Дополни пословицу «Жизнь дана на.....»

**1. Хорошую
работу**

**2. Пойти в
гости**

**3. На добрые
дела**

11. Дополни пословицу «Человек без друзей,»

1. Что дерево без корней

2. Что машина без тормозов

3. Что суп без соли

Отвeты

1-3

2-1,2

3-1,2

4-1

5-3

6-2

7-2

8-2

9-1



10-3

11-1


- Оценка- ошибки
- «5»- без ошибок
- «4»- 2 ошибки
- «3»- до 4 ошибок







**Мы открыли все секреты,
Как здоровье сохранить,
Выполняйте все советы,
И легко вам будет жить!!!**



**С Новым годом
поздравляю,
мандарины вам
вручаю!!!!**

