



Тема урока:

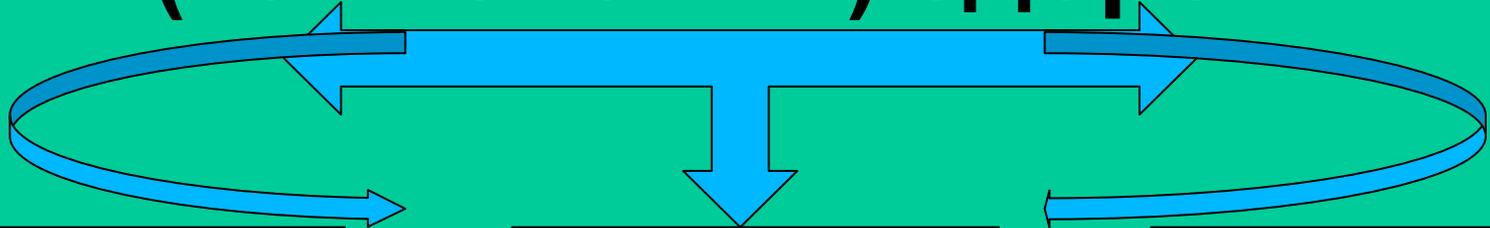
«Здоровье. Четыре фактора, определяющие состояние индивидуального здоровья»

Здоровье человека

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



Три составляющие (компоненты) здоровья:



**Физическое
здоровье**

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

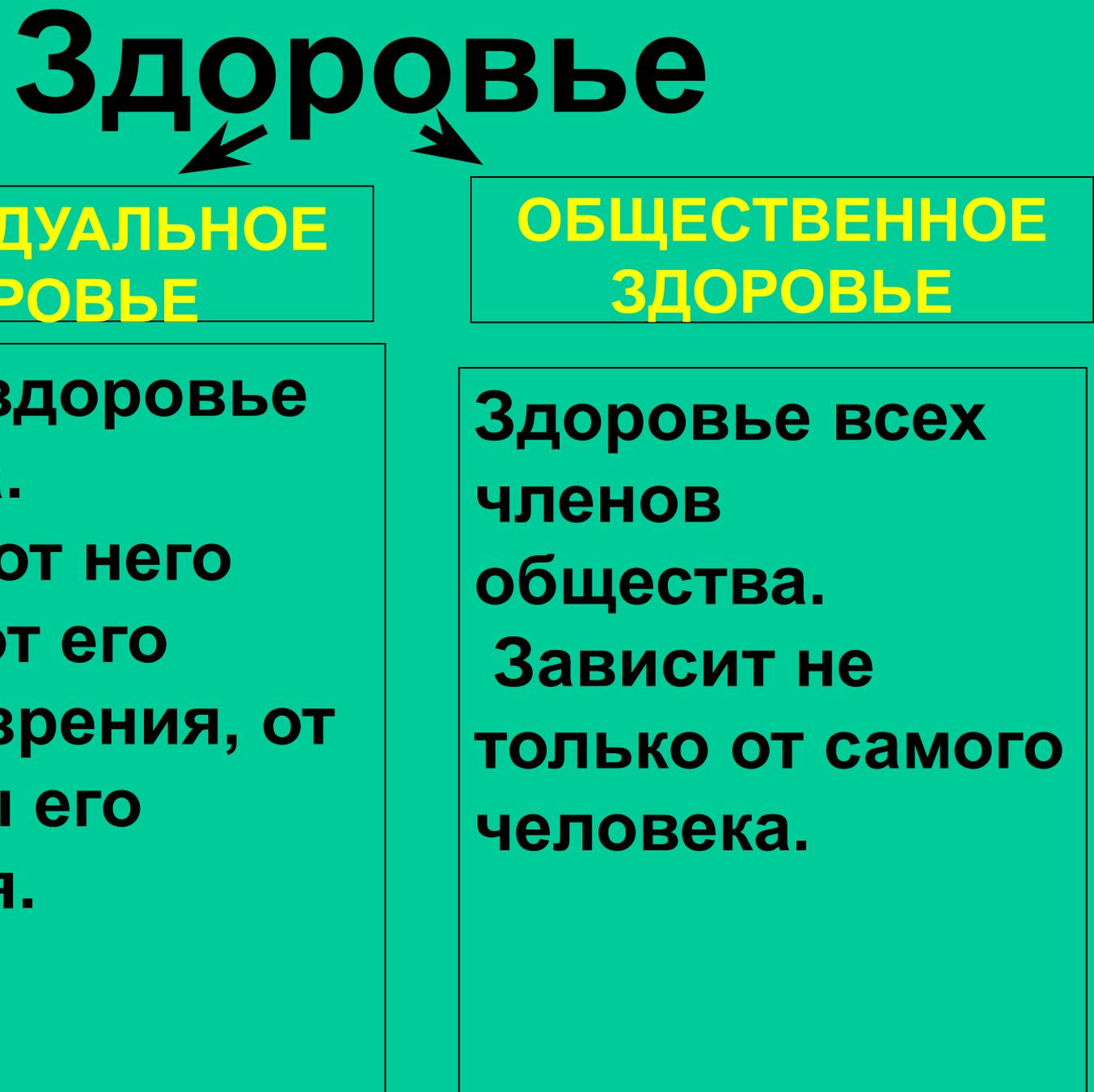
**Духовное
здоровье**

**Духовное
здоровье-это
здоровье
разума.**

**Социальное
здоровье**

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

Здоровье



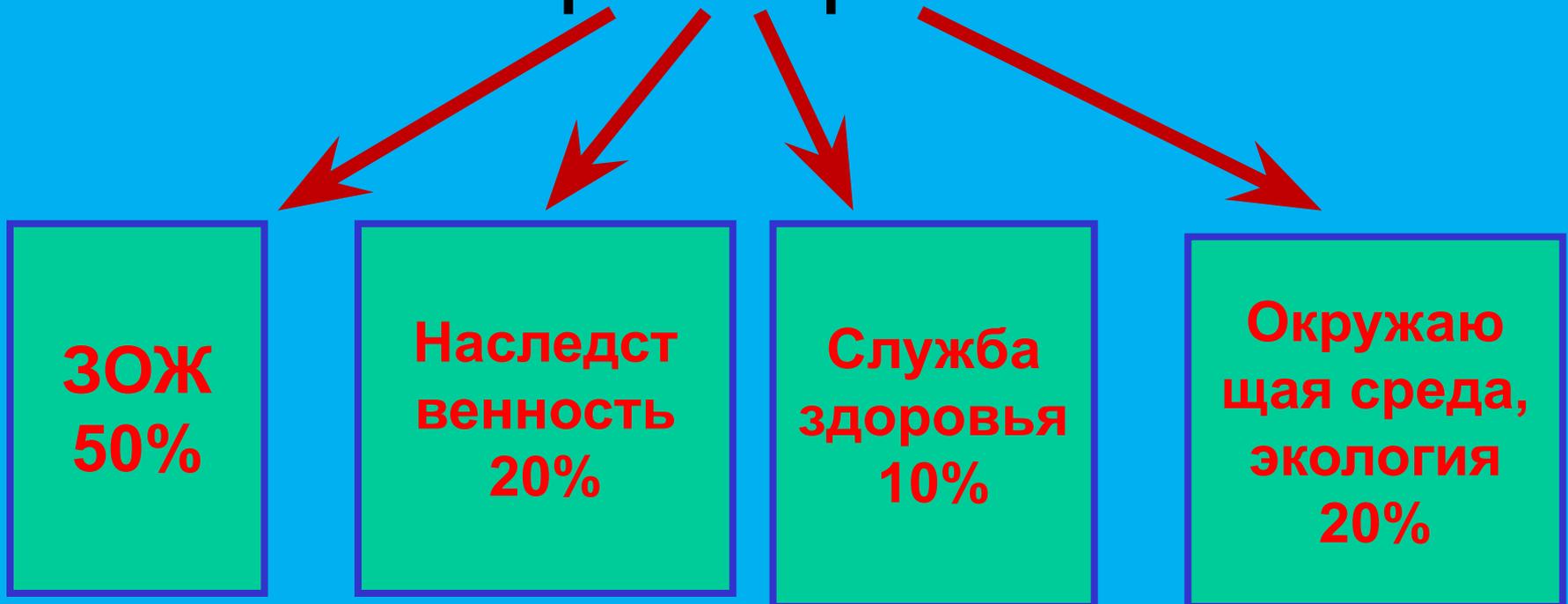
ИНДИВИДУАЛЬНОЕ ЗДОРОВЬЕ

**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

A diagram showing a purple box labeled "Ребенок со здоровыми генами" (Child with healthy genes). Two curved arrows, one green and one pink, point from the left and right respectively towards the box, representing genetic inheritance from both grandparents.

Предрасположенность к крепкому здоровью

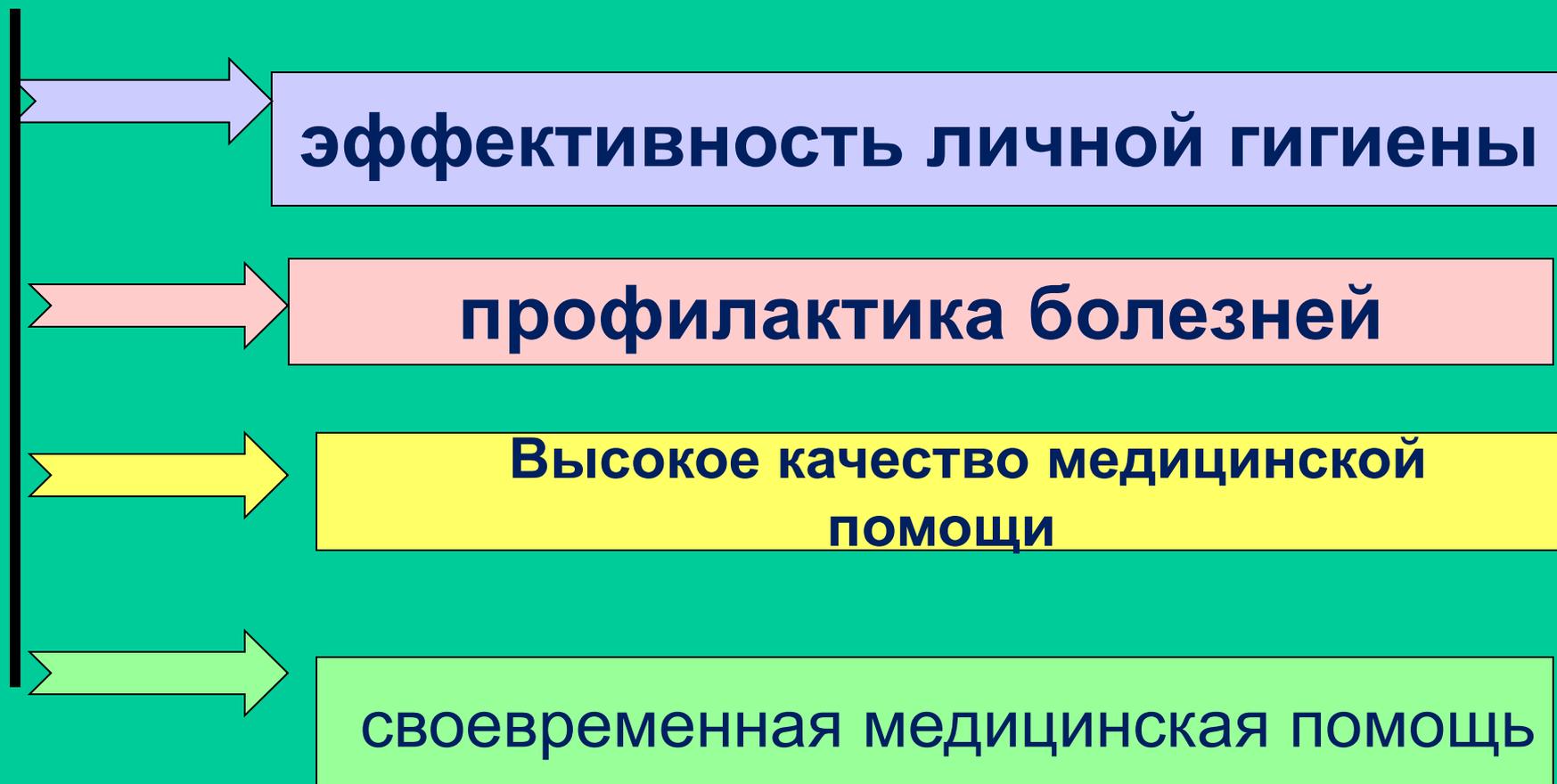
A diagram showing a purple box with the text "Предрасположенность к крепкому здоровью" (Predisposition to strong health). A vertical double-headed arrow passes through the box, indicating a bidirectional relationship or influence.



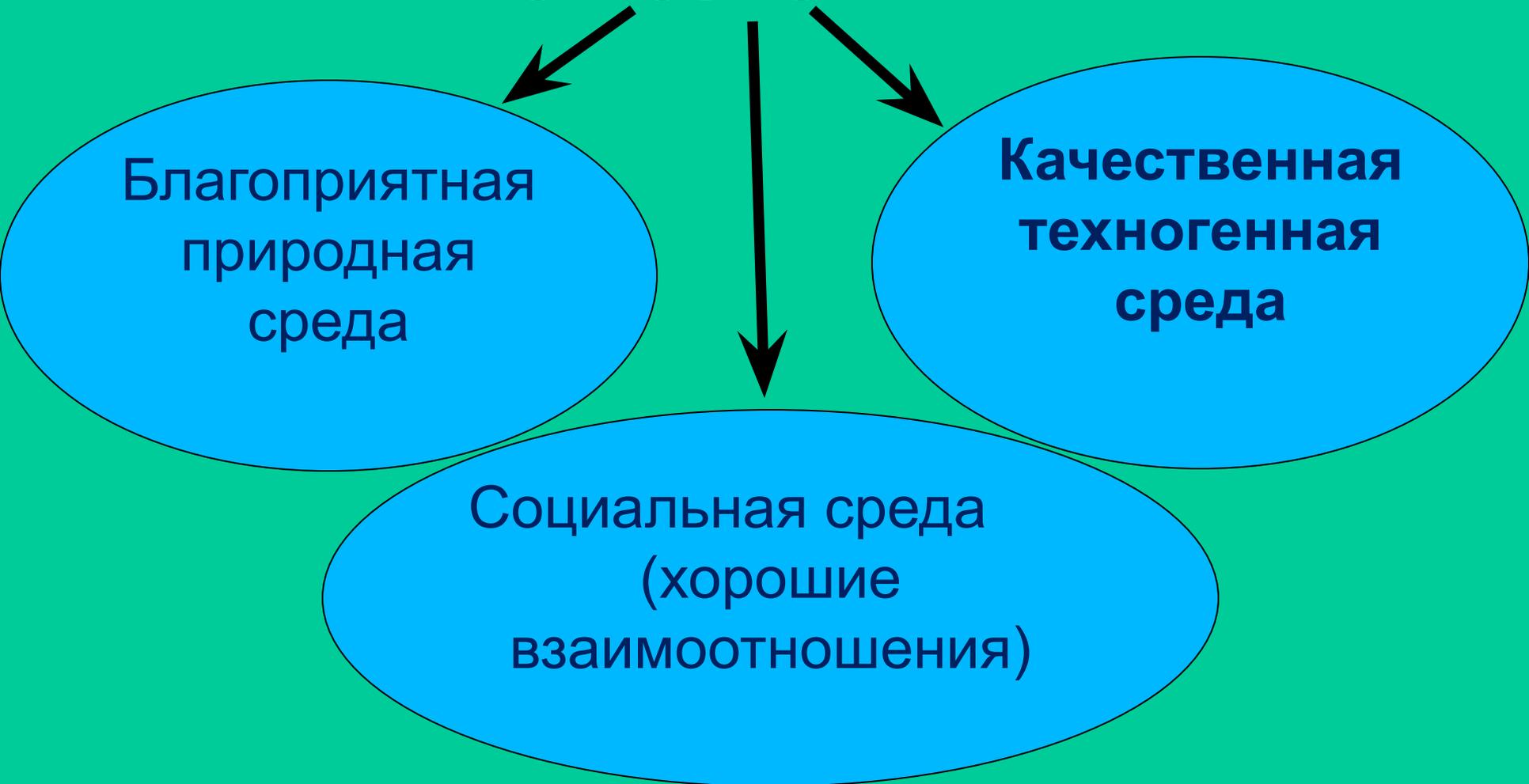
Человек здоров

A diagram showing a purple box with the text "Человек здоров" (Healthy person). A blue arrow points from the box above towards this box, indicating the result of the genetic predisposition.

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

Ответы

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





The background features a collage of images: whole oranges with green leaves, peeled mandarin oranges, and small cartoon ladybugs. A large yellow circle with a black outline is centered on the page, containing red text. The background is divided into colored rectangular sections: orange, yellow, green, and blue.

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

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