

# Человек

**Проблема:** как правильно жить,

чтобы как дольше сохранить  
здоровье и работоспособность



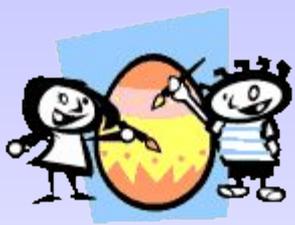
**Задачи курса:** узнать как устроен наш организм ,  
как он функционирует, как связан с окружающей  
средой с целью сохранения здоровья.

Сформировать представления о здоровом образе  
жизни.

## Несколько интересных фактов о человеке

- Эпидемия гриппа 1918-1919 годов унесла жизни более 20 миллионов человек в США и Европе.
- Человек, который выкуривает пачку сигарет в день, выпивает пол-чашки смолы в год.
- Человек - единственный представитель животного мира, способный рисовать прямые линии.
- Длина волос на голове, отращиваемых в среднем человеком в течение жизни - 725 километров.
- У блондинов борода растет быстрее, чем у брюнетов.
- При улыбке у человека "работают" 17 мускулов.
- Мужчины считаются карликами при росте ниже 130 см, женщины - ниже 120 см.
- Каждый палец человека за время жизни сгибается примерно 25 миллионов раз.
- Размер сердца человека примерно равен величине его кулака. Вес сердца взрослого человека составляет 220-260 г.
- Человеческий мозг генерирует за день больше электрических импульсов, чем все телефоны мира вместе взятые.
- Общий вес бактерий, живущих в организме человека, составляет 2 килограмма.
- В головном мозге человека за одну секунду происходит 100 000 химических реакций.
- Дети рождаются без коленных чашечек. Они появляются только в возрасте 2-6 лет.
- Площадь поверхности человеческих легких примерно равна площади теннисного корта.
- У человека примерно 2 миллиона потовых желез. Средний взрослый человек с каждым литром пота теряет 540 калорий. Мужчины потеют примерно на 40% больше, чем женщины.
- Чихнуть с открытыми глазами невозможно.
- Женщины моргают примерно в 2 раза чаще, чем мужчины.
- Самая сильная мышца в человеческом организме - язык.
- В Месопотамии за смерть пациента врача, лечившего его, казнили, а за ослепление - ослепляли.
- Люди с голубыми глазами более чувствительны к боли, чем все осталь.
- Ногти на пальцах руки растут примерно в 4 раза быстрее, чем на ногах.
- За время жизни кожа человека сменяется примерно 1000 раз.
- Существует более 100 различных вирусов, вызывающих насморк.
- Ударяясь головой об стену можно терять 150 калорий в час.
- В теле взрослого человека около 75 километров (!) нервов.





# Науки о человеке



**Анатомия** (рассечение) - наука о и внутреннем строении человека и его внешних особенностях.

- **Гистология** - наука о тканях
- **Патологическая анатомия** - наука, изучающая изменение органов после болезни
- **Топографическая анатомия** изучает расположение органов и тканей
- **Пластическая анатомия** занимается описанием внешних форм тела.

**Физиология** - наука о функциях всего организма и отдельных органов и законах из развития

**Гигиена** - наука о влиянии факторов среды и производительной деятельности на здоровья человека.

**Психология** - наука, изучающая закономерности психических процессов и личностных свойства человека.



# Методы изучения человека

## Наблюдение

- физиологическое
- клиническое



Лабораторные исследования

Санитарное обследование

Электрокардиограмма

Электроэнцефалограмма

Ультразвуковое исследование

Рентген

Зондирование и др.



# История изучения человека



**Гераклит**

**VI – V в**

**Организмы развиваются по законам природы**



**Клавдий Гален 130 – 200 н э**

**Работы о функциях органов. Изучил строение костей и мышц.**



**Аристотель 384-322г до н э**

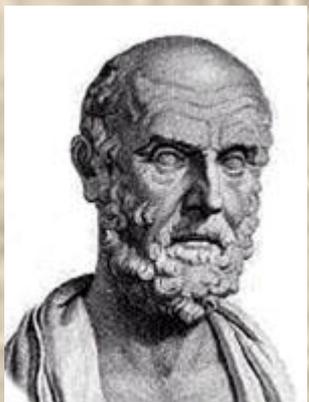
**Мысли о душе человека**



**Андреас Везалий**

**1514-1564**

**Описал и изобразил внутренние органы и скелет человека**



**Гиппократ 460-377**

**Влияние среды на здоровье людей. Клятва медиков**



**Уильям Гарвей 1587-1657**

**Открыл круги кровообращения.**



**Мечников Илья Ильич  
(1845-1916)**  
Автор фагоцитарной  
теории иммунитета



**Боткин Сергей Петрович  
(1832 -1889)**

Русский врач-терапевт. Создал учение, согласно которому организм представляет собой единое целое, а ведущую роль в его жизнедеятельности и связи с внешней средой играет нервная система.



**Павлов Иван Петрович  
(1849-1936)**

Изучал физиологию пищеварения, высшей нервной деятельности животных и человека. Выявил механизмы возникновения условных рефлексов



**Бурденко Николай Нилович  
(1876 – 1946)**

Русский хирург. Создатель хирургической школы экспериментального направления. Разработал операции на спинном мозге.



**Сеченов Иван Михайлович  
(1829-1905)**

Основоположник русской школы физиологов. Доказал, что психическая жизнь человека является результатом деятельности клеток головного мозга.



**Ухтомский Алексей  
Алексеевич  
(1875 – 1942)**

Известный физиолог. Создал учение о доминанте (принцип доминанты)

# Домашнее задание

1. Принести 2 тетради

Люди учатся, когда они учат.

Сенека Луций Анней



- 12 л для к/р

- 18 л для проверочных работ

2. В рабочей тетради выполнить задания 2,3,4

3. Прочитать в учебнике Введение

4. Написать мини – сочинение на тему «Что значит быть здоровым?», оформить.



Удачи!!!