

Влияние погоды на здоровье человека

Перфилова Екатерина, 7Г класс
НМОУ «Гимназия №44», г. Новокузнецк

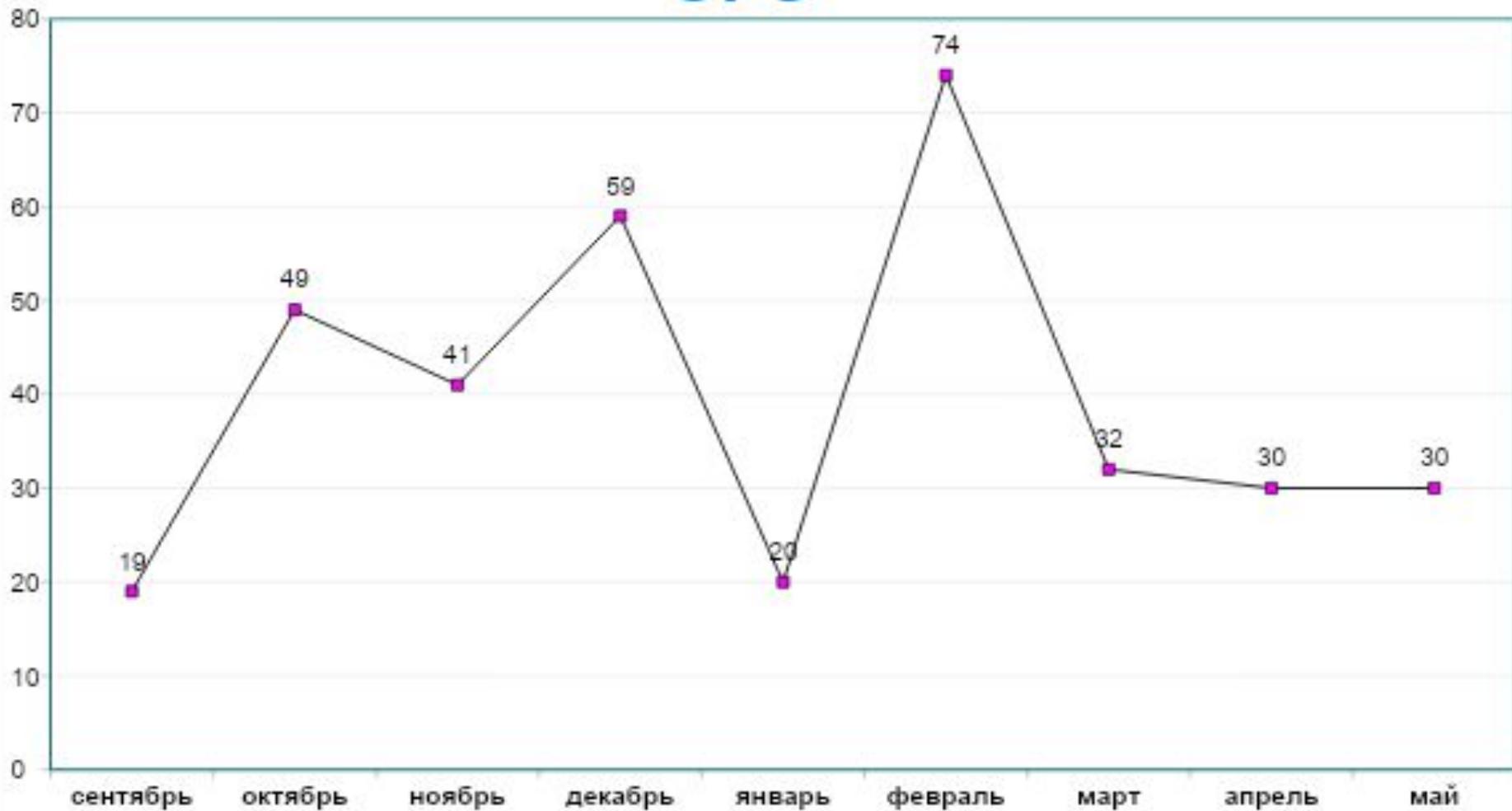
Типы погоды холодного времени года

ТИП	ТЕМПЕРАТУРА
Оттепель	+2, 0 С
Слабо морозная	от -1, -3 С
Умеренно морозная	-4, -12 С
Значительно морозная	-13, -22 С
Сильно морозная	-23, -33 С
Жестоко морозная	-34, -43 С
Крайне морозная	ниже -43 С

Типы погоды тёплого времени года

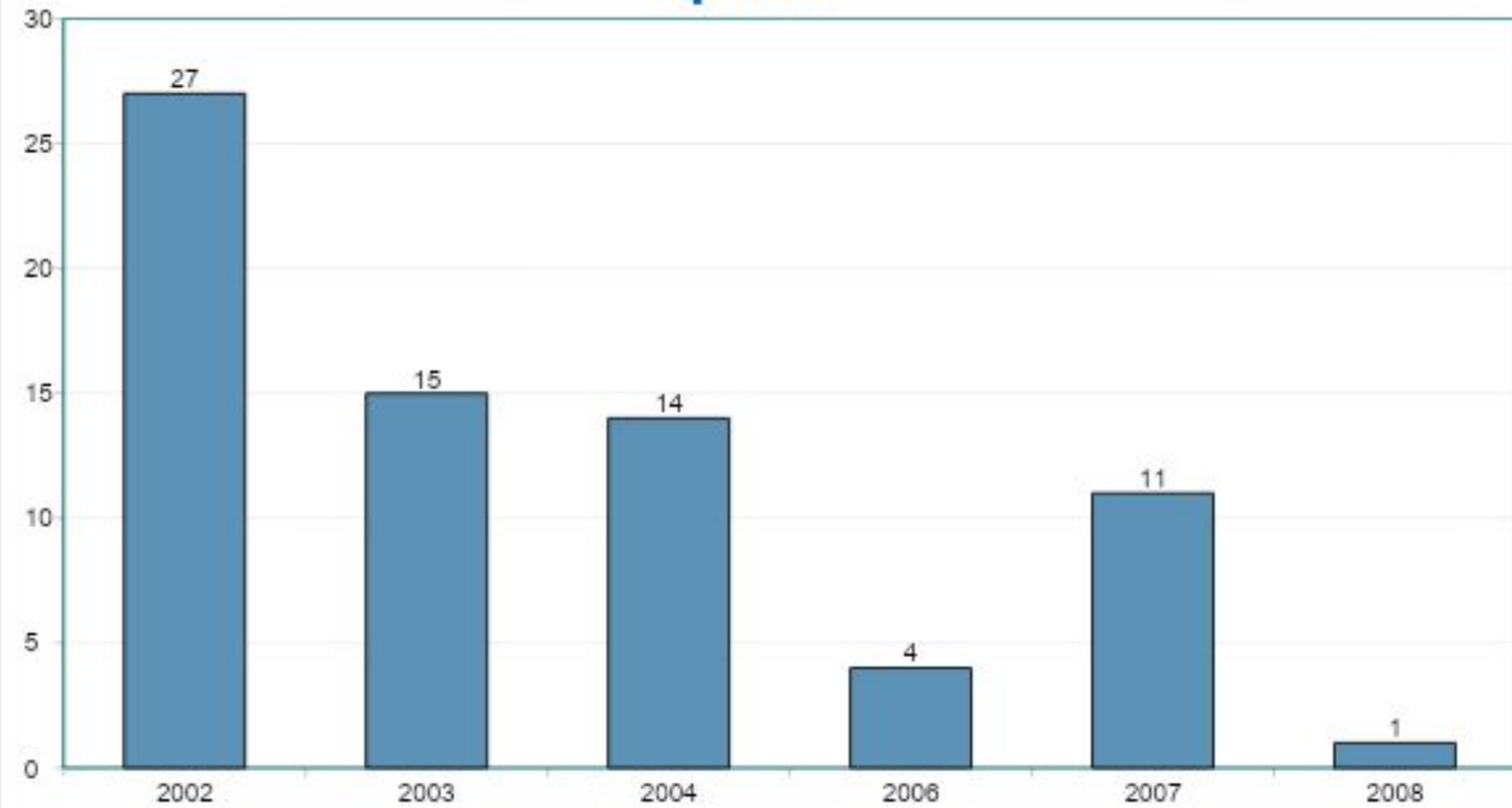
<i>ТИП</i>	<i>ТЕМПЕРАТУРА</i>
Холодная	0-3 С
Прохладная	4-8 С
Умеренно тёплая	9-15 С
Тёплая	16-22 С
Жаркая	23-28 С
Очень жаркая	29-33 С
Крайне жаркая	выше 34 С

OP3





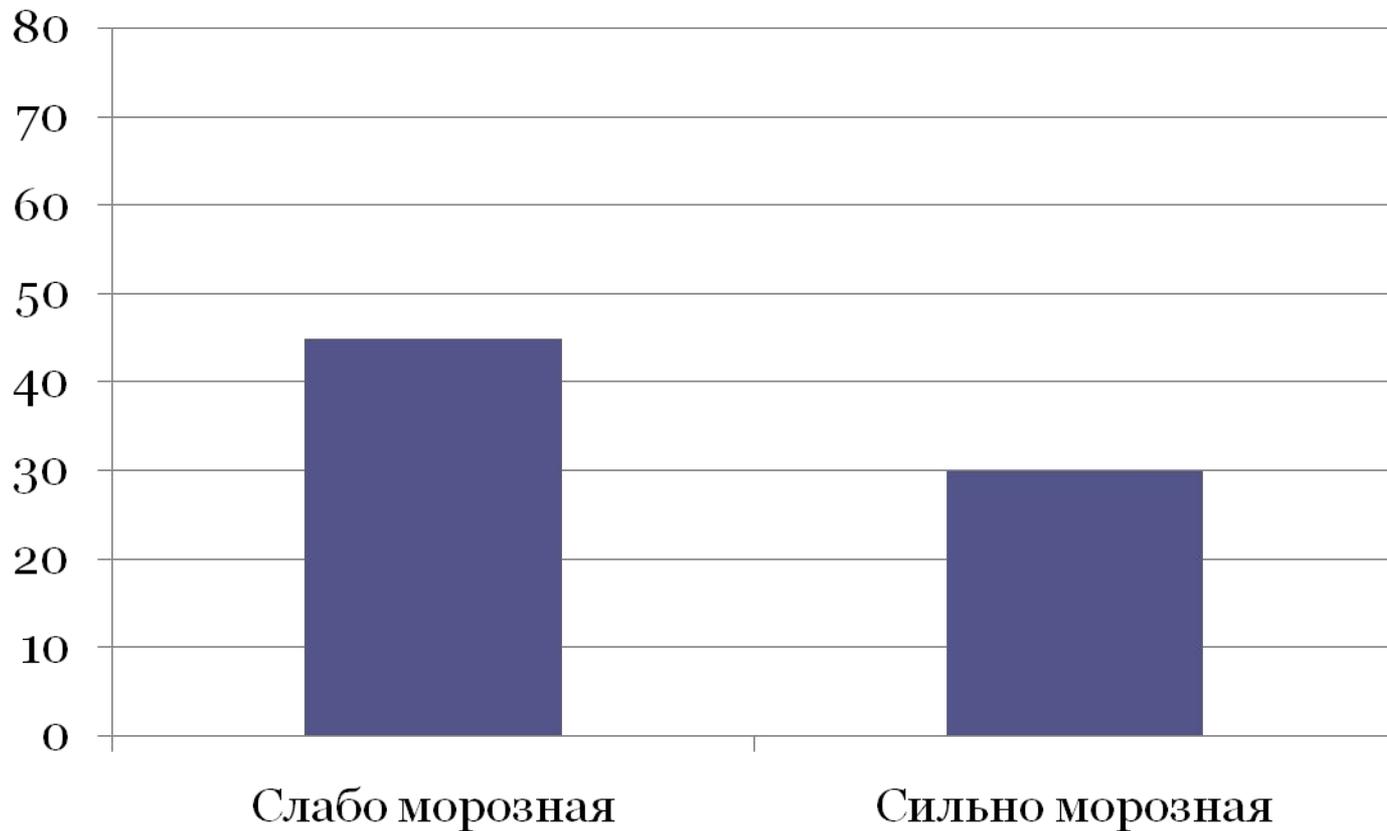
Грипп



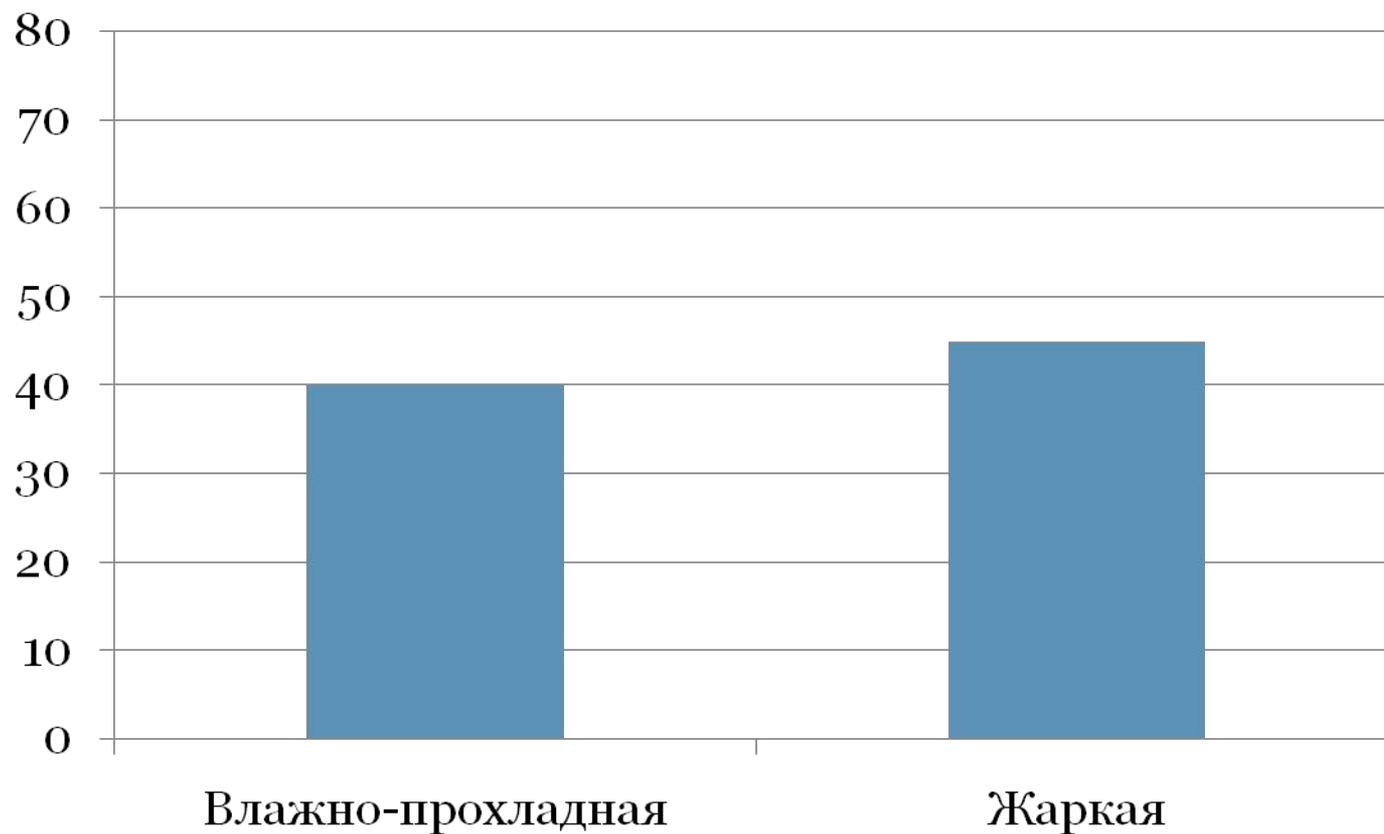
Влияние погоды на здоровье школьника

- Влияет ли погода на ваше самочувствие?
- В какую погоду вы чувствуете себя хорошо и комфортно?
- В какую погоду вы чувствуете себя плохо (испытываете болезненные ощущения)?
- В чём проявляется дискомфорт и болезненные ощущения?

**Количество
опрошенных**



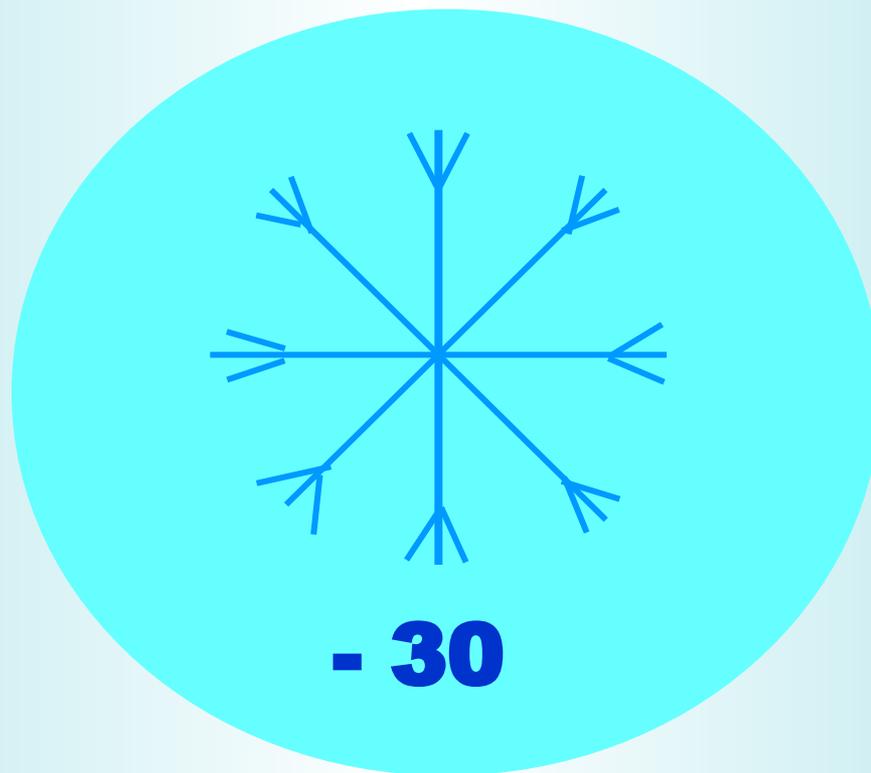
**Количество
опрошенных**



Предложения по улучшению здоровья школьников.

- - Центру здоровья гимназии совместно с активами классов, кафедрами географии и биологии создать стенд, где сигнальными карточками будет отмечаться тип погоды, а также будут даны рекомендации по улучшению самочувствия в этот учебный день.
- - Раз в неделю выпускать мини- листовки «Твое здоровье» с интересными фактами, полезными рекомендациями, упражнениями и распространять среди гимназистов.
- - Сделать подборку музыкальных пауз, в соответствии с типами погоды, что поможет улучшить настроение школьников, снизить утомляемость.
- - Организаторам ежедневных физминуток – разработать упражнения на профилактику тех заболеваний, которые могут проявиться при данном типе погоды.
- - Объявить начало гимназического движения: «Нет метеозависимости!» - на 100% посещение учащимися уроков физкультуры, бассейна и лыжной подготовки.

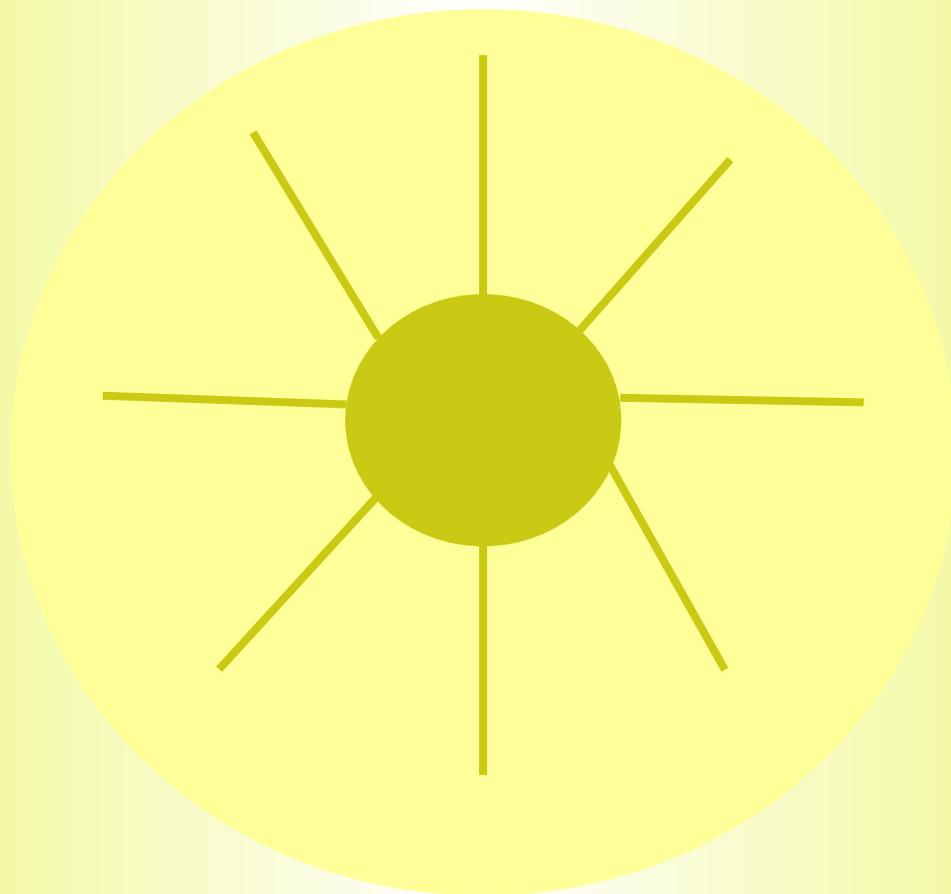
Сигнальная карточка № 1.



Сигнальная карточка №2.



Сигнальная карточка №3.



Спасибо за внимание!