

Название работы:

«29 сентября – ВСЕМИРНЫЙ ДЕНЬ СЕРДЦА»

Направление:

Здоровьесберегающее воспитание

***Автор: Демина Татьяна Михайловна,
учитель биологии МОУ «СОШ»с.Керес***

с.Керес

2017 год



Презентация предназначена для учащихся 5–11 классов и может быть использована классными руководителями, учителями биологии для проведения тематических мероприятий, посвященных Всемирному дню сердца



*29 сентября –
ВСЕМИРНЫЙ ДЕНЬ
СЕРДЦА*



*«Не зверь, не преступник, не птица,
а век свой весь в клетке томится»*



*О чём
эта загадка?*



ИЗ ИСТОРИИ ПРАЗДНИКА

ВСЕМИРНЫЙ ДЕНЬ СЕРДЦА (World Heart Day), впервые был организован в 1999 году по инициативе Всемирной федерации сердца. Эту акцию поддержали Всемирная организация здравоохранения (ВОЗ), Учреждение ООН по вопросам образования, науки и культуры (ЮНЕСКО) и другие значимые организации.

Первоначально День сердца проводился в последнее воскресенье сентября. Начиная с 2011 года – 29 сентября.

В России День сердца и следующая за ним неделя называются национальной неделей здорового сердца.



Сердечно-сосудистые заболевания (ССЗ) являются ведущей причиной смерти в мире. ССЗ ежегодно уносят 17,3 млн человеческих жизней.

В России среди социально значимых заболеваний болезни сердца занимают первое место. По данным Всероссийского научного общества кардиологов, ССЗ являются причиной более половины всех смертей россиян и составляют 53% общей смертности.

Развитие большинства болезней сердца можно не допустить, повлияв на такие факторы риска, как употребление табака, нездоровое питание и недостаточная физическая активность.



ВИКТОРИНА



ПОЭЗИЯ О СЕРДЦЕ

Четырехлетний мальчик из Словакии Мартинко Фельдек сочинил стихотворение о сердце, которое он нарисовал на листке бумаги и подарил своей маме. Понимает ли он, какая большая мысль в его строчках?

«ДАРЮ ТЕБЕ СЕРДЦЕ»

*Дарю тебе сердце
На листике белом,
Дарю тебе сердце,
Что хочешь с ним делай.
Гуляй где угодно,
Ходи с ним повсюду,
Рисуй что захочешь,
Сердиться не буду.
Но лучше на нем
Рисовать не учишь ты,
Пускай мое сердце
Останется чистым.*



ЭКЗАМЕНЫ ДЛЯ СЕРДЦА

«ПРИСЕДАНИЯ»



Встаньте, ноги вместе. Сосчитайте пульс.

Выполните двадцать приседаний в медленном темпе, поднимая руки вперед, сохраняя туловище прямо и широко разводя колени в стороны. Не тренированные или пожилые люди могут держаться за спинку стула.

Теперь снова сосчитайте пульс. Если он увеличился на <25% – ваша сердечно-сосудистая система в отличном состоянии; 25-75% – в хорошем; >75% – в неудовлетворительном.



ИНТЕРЕСНЫЕ ФАКТЫ

- *Кухонный кран должен быть включен во весь напор на протяжении 45 лет, чтобы вылить количество воды, равное количеству крови, перекачанной сердцем за человеческую жизнь средней продолжительности.*
- *Женское сердце обычно бьется быстрее мужского. Мужское – примерно 70 ударов в минуту, женское – 78.*
- *Результаты исследований показали, что люди, которые регулярно спят после обеда, на 37% реже страдают ССЗ, чем те, кто бодрствует в течение всего дня.*
- *Деревенский творог – признан одним из самых полезных продуктов для нашего сердца. В нем мало жиров, но много кальция и белков.*
- *Поскольку у сердца есть свой собственный электрический импульс, оно может продолжить биться, даже когда отделено от тела, пока имеет необходимый запас кислорода.*
- *Счастье приводит к сердечному здоровью, также как и смех. Смех может на 20% ускорить ход крови по вашим венам, так как расслабляет стенки сосудов.*

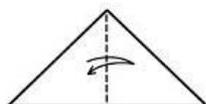


ПОСЛОВИЦЫ И ПОГОВОРКИ

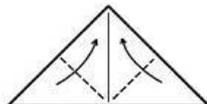
- *Ржа железо ест, а печаль сердце.*
- *Сердце веселится, и лицо цветёт.*
- *Сердце не лукошко, не прошибёшь окошко.*
- *У кого на сердце ненастно, у того и в ясный день дождь.*
- *Сердце кровью обливается.*
- *Сердце сердцу весть подает.*
- *Сердце не камень.*
- *Сердце ёкнуло.*



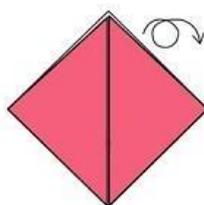
ТВОРЧЕСКАЯ МАСТЕРСКАЯ



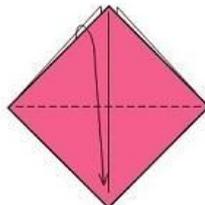
1. Наметьте линию



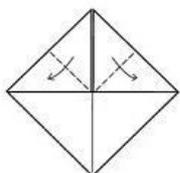
2. Сложите уголки кверху, эти складки называются «долина»



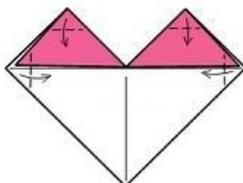
3. Переверните



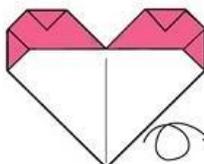
4. Верхний слой согните книзу



5. Два верхний уголка сложите к краям



6. Подогните уголки

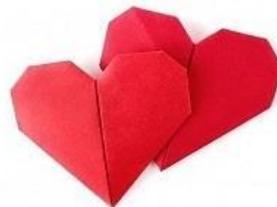


7. Переверните



8. Сердечко

Вот что должно получиться

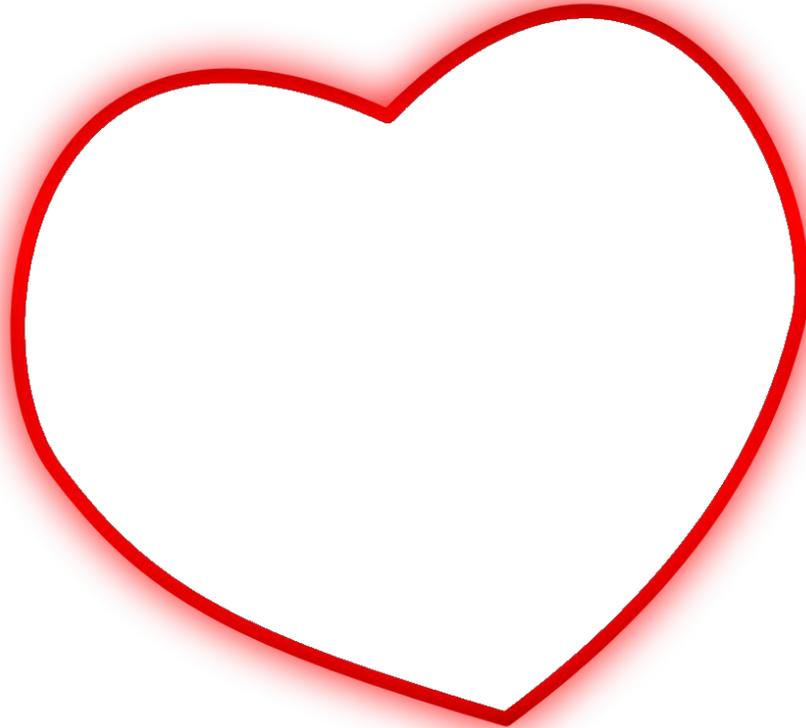


Подводя итоги, вспомним слова из известной песни Анны Пахмутовой : «Главное, ребята, сердцем не стареть».

И как горьковский Данко всегда быть готовыми открыть своё сердце для людей, как сёстры милосердия – бескорыстно помочь.



ДОРИСУЙ СЕРДЦЕ 😊



***СПАСИБО
ЗА ВНИМАНИЕ!***



Вопрос № 1:
Назовите «бьющийся» внутренний орган человека



«« Назад

Ответ:
Сердце



Вопрос № 2:
Сердцебиение, прощупываемое
на руке – это...



«« Назад

Ответ:
Пульс



Вопрос № 3:
**Как называется графическое
изображение работы сердца
на бумаге?**



Ответ:
Кардиограмма

«« Назад



Вопрос № 4:
У какого животного сердце в ноге?



«« Назад

Ответ:
У улитки



Вопрос № 5:
Самый «сердечный» врач. Кто это?



«« Назад

Ответ:
Кардиолог



Вопрос № 6:
Какой город называют сердцем
нашей Родины?



Ответ:
Москва

«« Назад



**Вопрос № 7:
Кто просил сердце
у великого и ужасного Гудвина?**



«« Назад

**Ответ:
Железный
дровосек**



Вопрос № 8:

**Верно ли, что осьминоги, кальмары
и каракатицы имеют по три сердца?**



«« Назад

**Ответ:
Да**



**Вопрос № 9:
Сколько сердец у кольчатого червя?**



**Ответ:
Пять**

«« Назад



**Вопрос № 10:
Какой овощ имеет сорт
«Бычье сердце»?**



«« Назад

**Ответ:
Томат**



Вопрос № 11:
**Как называется прекрасное
человеческое качество – готовность
помочь или простить из сострадания,
человеколюбия?**



«« Назад

Ответ:
Милосердие



Вопрос № 12:
**Из чего сделано сердце
очень доброго человека?**



«« Назад

Ответ:
**«Золотое
сердце»**



Вопрос № 13:
**О ком говорит русская пословица
«Сердце её лучше солнца греет»?**



«« Назад

Ответ:
Мама



ИСПОЛЬЗОВАННЫЕ ИСТОЧНИКИ:

- 1) http://www.ill.ru/news.art.shtml?c_article=1243
- 2) <https://infourok.ru/viktorina-chto-vi-znaete-o-serdce-603815.html>
- 3) <https://yandex.ru/images/search?text=%D1%81%D0%B5%D1%80%D0%B4%D1%86%D0%B5%20gif&family=yes>
- 4) <http://director.edu54.ru/node/267636>
- 5) <http://www.agniyabarto.ru/09-84-daryu-tebe-serdce.htm>
- 6) <http://sbornik-mudrosti.ru/posloviy-i-pogovorki-pro-serdce/>
- 7) <https://www.factroom.ru/facts/1451>
- 8) <https://ru.sputnik.az/event/20160929/407201022/vsemirnyj-den-serdca.html>
- 9) https://yandex.ru/images/search?img_url=https%3A%2F%2Fmasterclassy.ru%2Fuploads%2Fposts%2F2016-03%2F1456894647_1.jpg&text=%D1%81%D0%B5%D1%80%D0%B4%D1%86%D0%B5%20%D0%BE%D1%80%D0%B8%D0%B3%20%D0%BC%D0%B8%20%D0%B8%D0%B7%20%D0%B1%D1%83%D0%BC%20%D0%B3%D0%B8&noreask=1&pos=0&lr=130791&rpt=simage&family=yes

