

**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.*

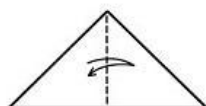


# ПОСЛОВИЦЫ И ПОГОВОРКИ

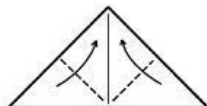
- *Ржа железо ест, а печаль сердце.*
- *Сердце веселится, и лицо цветёт.*
- *Сердце не лукошко, не прошибёшь окошко.*
- *У кого на сердце ненастно, у того и в ясный день дождь.*
- *Сердце кровью обливается.*
- *Сердце сердцу весть подает.*
- *Сердце не камень.*
- *Сердце ёкнуло.*



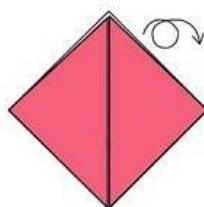
# ТВОРЧЕСКАЯ МАСТЕРСКАЯ



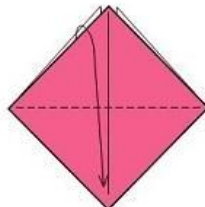
1. Наметьте линию



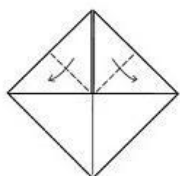
2. Сложите уголки кверху, эти складки называются «долина»



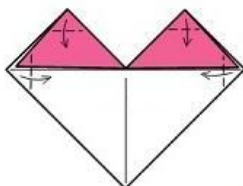
3. Переверните



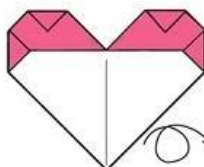
4. Верхний слой согните книзу



5. Два верхний уголка сложите к краям



6. Подогните уголки



7. Переверните



8. Сердечко

Вот что должно получиться

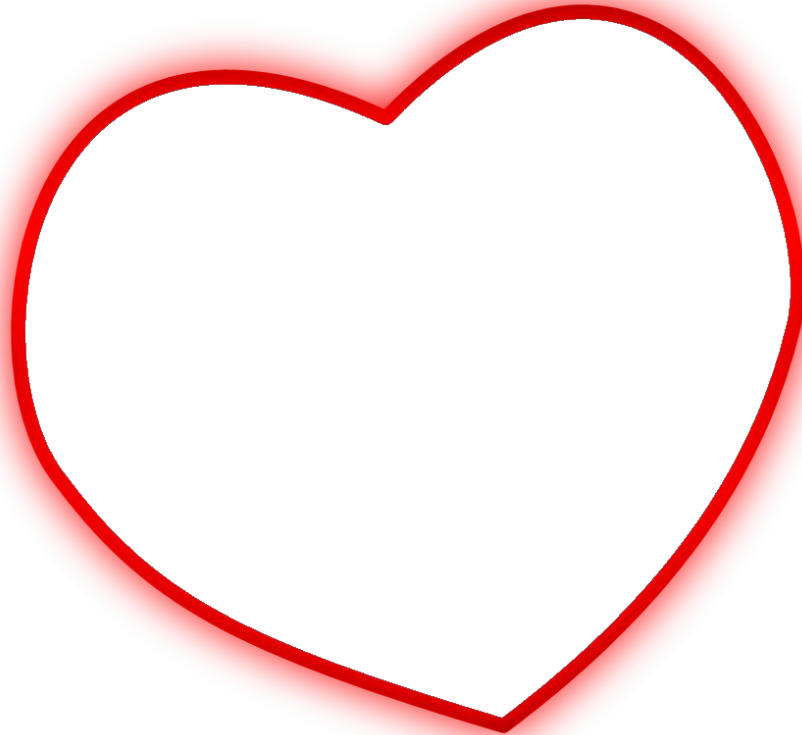


*Подводя итоги, вспомним слова из известной песни Анны Пахмутовой : «Главное, ребята, сердцем не стареть».*

*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?**



*«« Назад*

**Ответ:**  
**Пять**



**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](http://www.ill.ru/news.art.shtml?c_article=1243)
- 2) <https://infourok.ru/viktorina-cto-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](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)

