

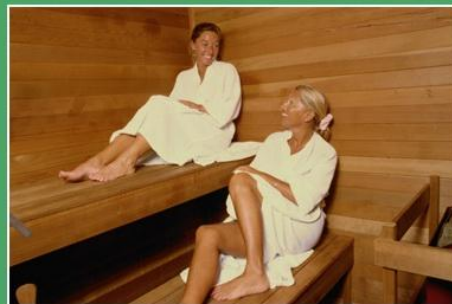


# **Тема урока:**

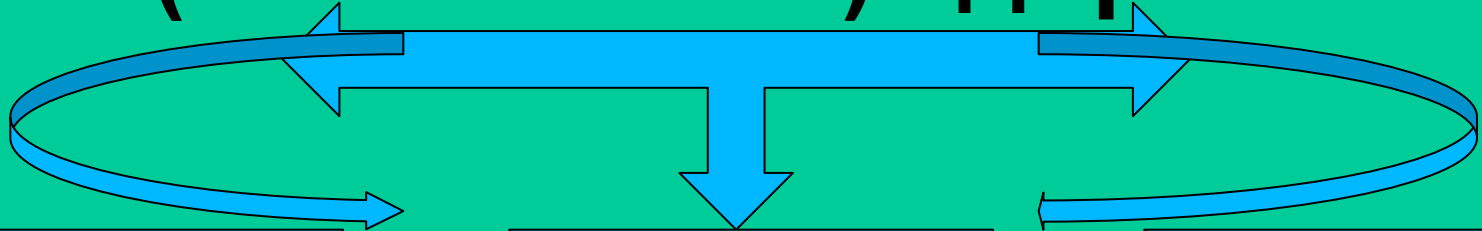
**«Здоровье. Четыре фактора, определяющие состояние индивидуального здоровья»**

# 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



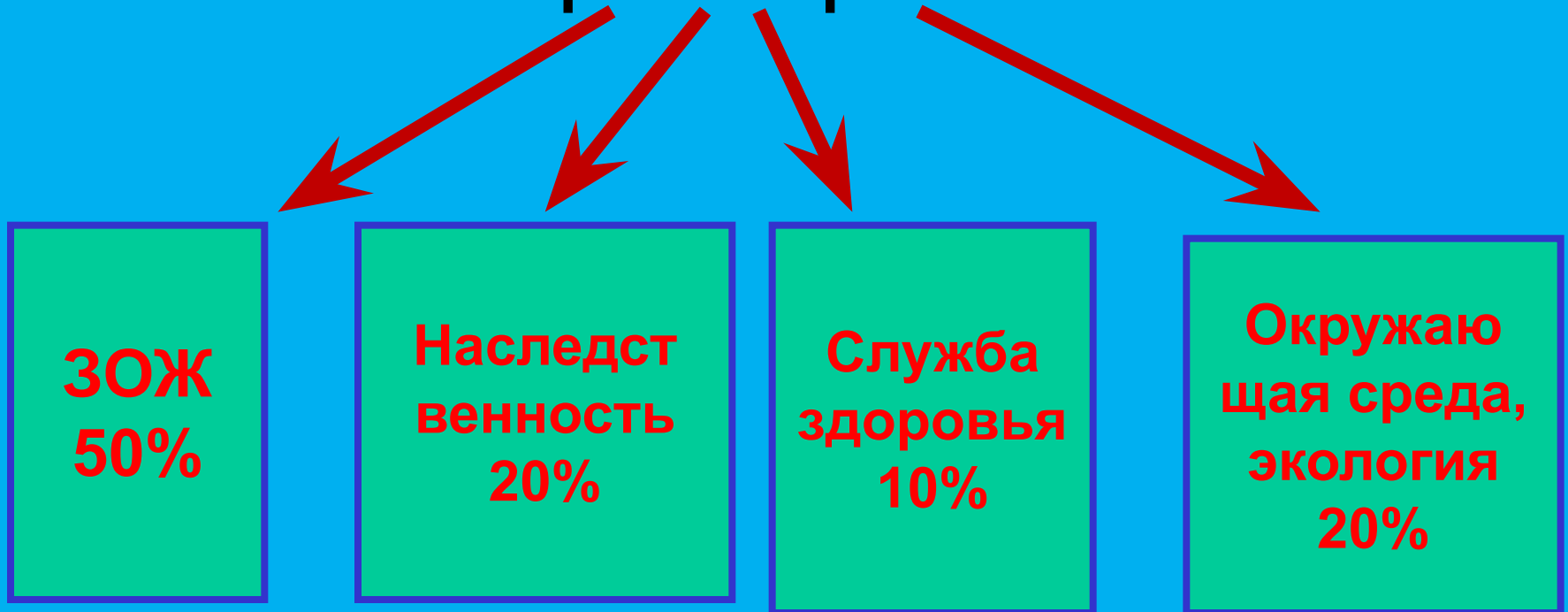
## ИНДИВИДУАЛЬНОЕ ЗДОРОВЬЕ

**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



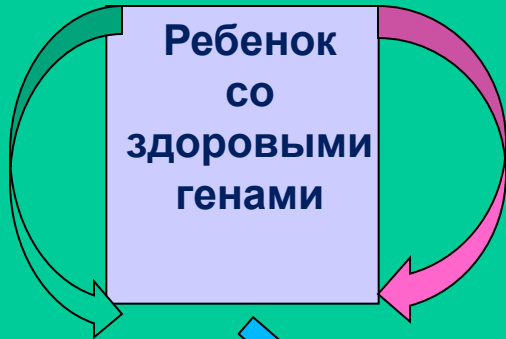
# Здоровый образ жизни



# Наследственность (биологический фактор)

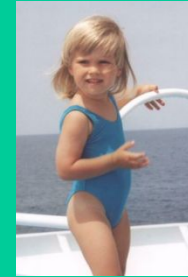
мама

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 box back to the box, representing the child's own genetic makeup. A blue arrow points from the box towards the center of the diagram.

Предрасположенность к крепкому здоровью

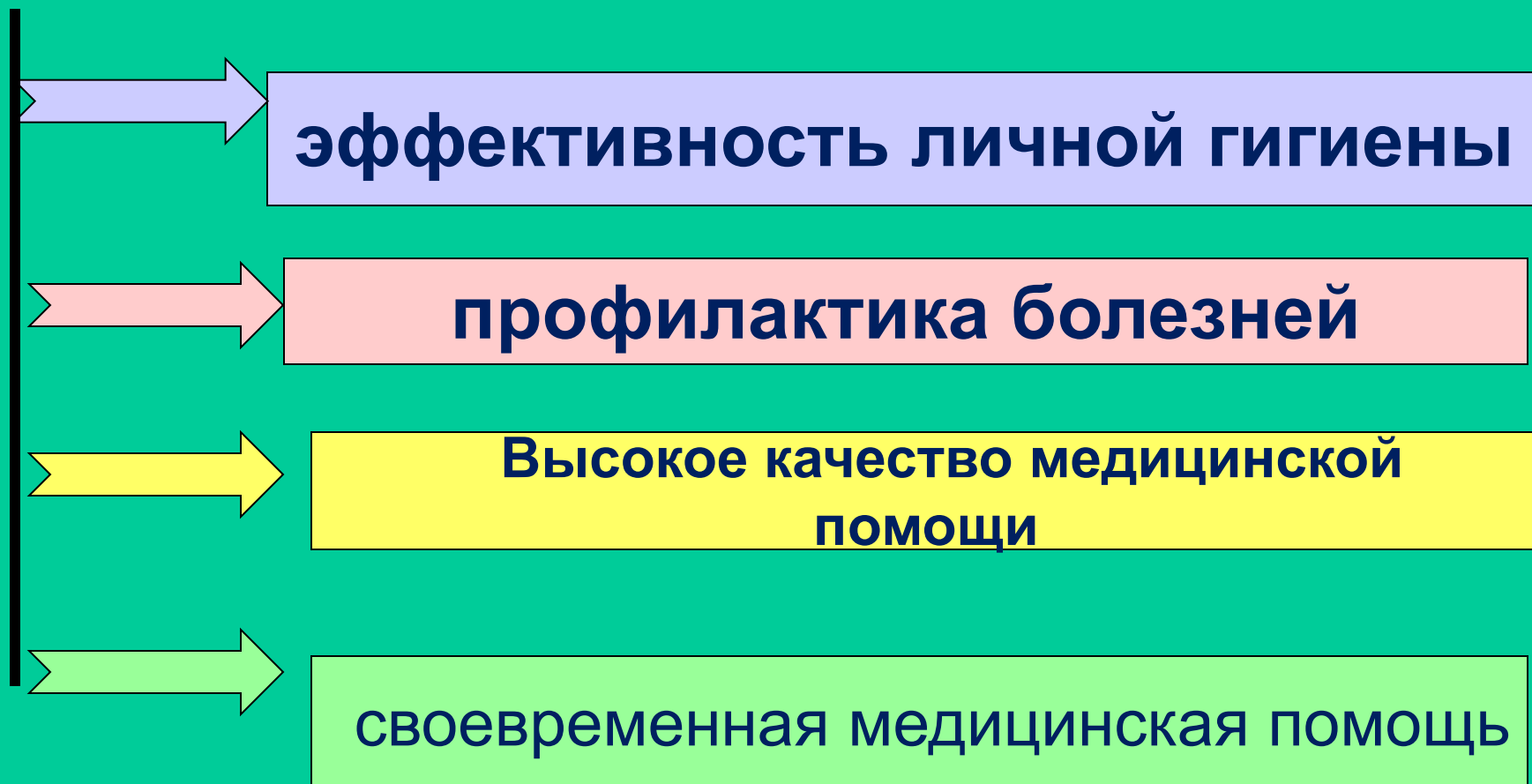
A diagram showing a purple box labeled "Предрасположенность к крепкому здоровью" (Predisposition to strong health). A vertical double-headed arrow points up and down from the box. A blue arrow points from the box towards the bottom right of the diagram.



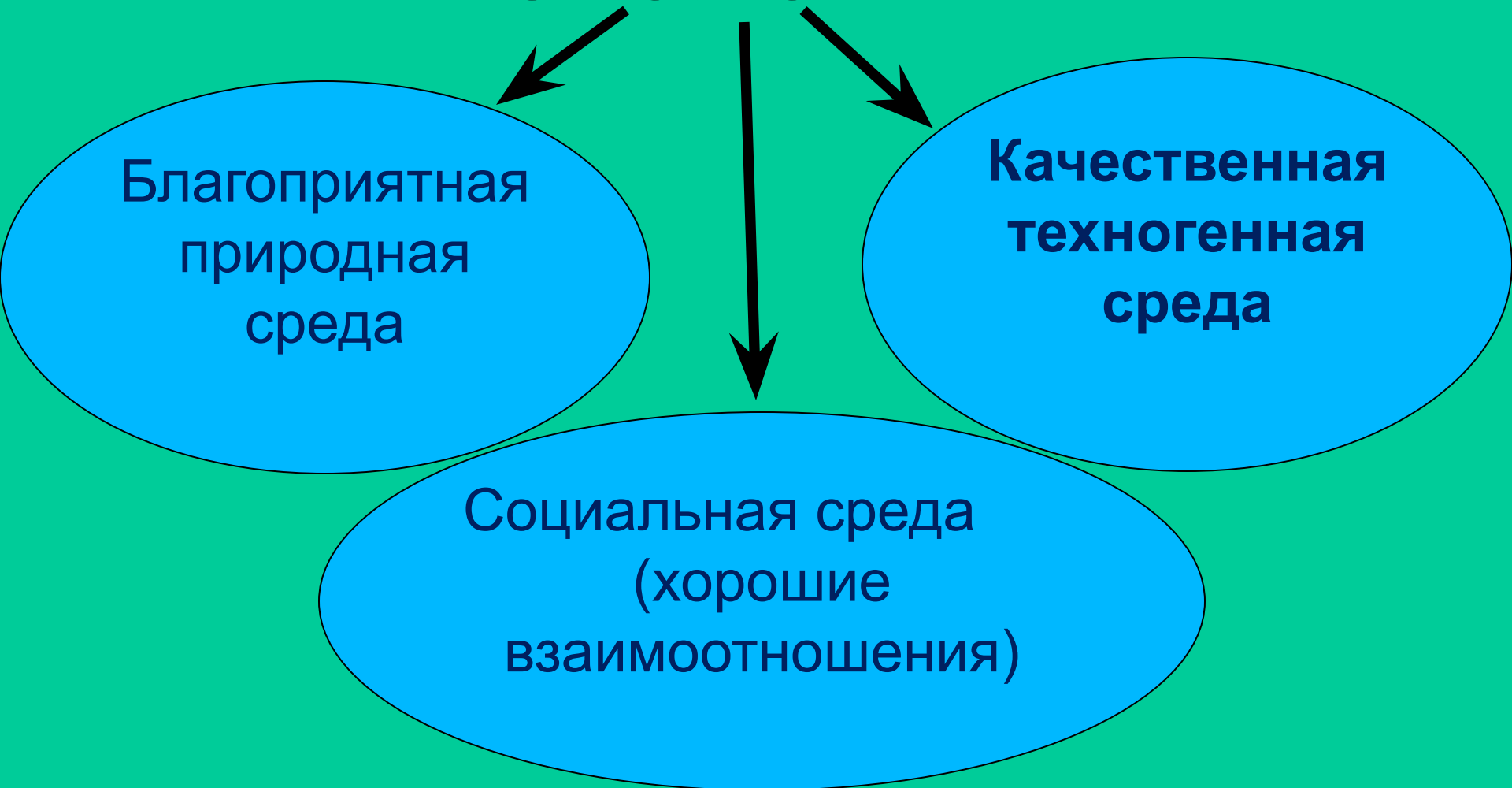
Человек здоров



# Служба здоровья (Здравоохранение и здоровье)



# Окружающая среда, ЭКОЛОГИЯ





**ЗОЖ-  
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**



# Отвeты

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 of the slide is a collage of images. It features several whole oranges with green leaves, some sliced mandarin oranges, and small cartoon ladybugs. The background is divided into colored sections: orange, yellow, green, and blue. A large yellow circle is centered on the slide, containing the main text.

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

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