

РОЗДІЛ 1. ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ

ЗДОРОВ'Я І СПОСІБ ЖИТТЯ

Цілісність здоров'я. Переваги здорового способу життя. Навички, сприятливі для здоров'я. Значення життєвих принципів для здоров'я



Пригадайте, що ви вже вивчили

Для того щоб зберігати своє здоров'я, потрібно вести _____
_____. До навичок, сприятливих для здоров'я,
належать: _____.

1 Позначте правильну відповідь.

1. Цінність здоров'я полягає в тому, що воно:

- А завжди залишається однаковим у будь-якому віці
- Б завжди є гарним, що б з нами не відбувалося
- В є основою для нашої успішної життєдіяльності
- Г є міцним і не залежить від впливу навколишнього середовища

2. Життєві принципи на стан нашого здоров'я:

- А впливають завжди позитивно
- Б не впливають узагалі
- В впливають завжди негативно
- Г можуть впливати як позитивно, так і негативно, залежно від їх змісту

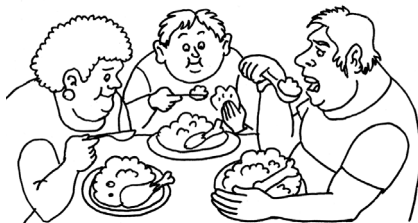
2 Позначте твердження «+» або «-».

- Здоровий спосіб життя передбачає спеціальну підготовку.
- Здоров'я — це всього лише відсутність хвороб.
- Велика частина наших хвороб — це наслідок наших дій.
- Здоровий спосіб життя успадковується від батьків.
- Здоровий спосіб життя формується поступово протягом життя.

3 Розгляньте малюнки. Позначте «+» сім'ю, яка веде здоровий спосіб життя.



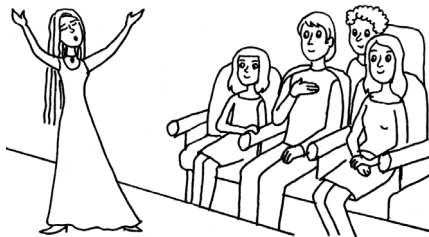
А



Б



В



Г

4 Доповніть схему.



Практичне завдання № 1

Створення соціальної реклами про здоровий спосіб життя*¹

Мета: навчитися створювати різні форми соціальної реклами про здоровий спосіб життя.

Порядок виконання роботи

1. Визначте, який вид реклами ви хочете підготувати (плакат, білборд, сценарій зйомки рекламного відеоролика, вірш, лозунги тощо).

¹ Зірочкою позначено практичні завдання, які слід виконувати не лише в класі, а й удома за допомогою дорослих.

2. Визначте, який аспект здорового способу життя ви хочете рекламувати (той, що поліпшує фізичне здоров'я, або соціальне здоров'я, або психічне й духовне здоров'я).
3. Підготуйте матеріал, який підтвердить те, що такий спосіб життя є корисним для здоров'я.
4. Підготуйте плакат або ескіз білборда, сценарій зйомки рекламного відеоролика, напишіть вірш або текст лозунгів.
5. Презентуйте вашу рекламу в класі.
6. Зробіть висновки щодо важливості впливу соціальної реклами.

ПРОФІЛАКТИКА ЗАХВОРЮВАНЬ

Інфекційні та неінфекційні захворювання. Захисні реакції організму і бар'єри на шляху інфекцій. Заходи профілактики інфекційних та неінфекційних захворювань



Пригадайте, що ви вже вивчили

Людина може попереджувати різні інфекційні й неінфекційні захворювання завдяки _____ й _____
 _____. Вакцинація захищає людину від _____.

1 Позначте правильну відповідь.

До інфекційних захворювань належить:

А карієс

В гастрит

Б астма

Г поліомієліт

2 Доповніть схему.



3 Закінчіть речення.

До заходів профілактики неінфекційних захворювань належать

4 Доповніть перелік методів профілактики інфекційних захворювань.

1. Обмеження контактів між хворими й здоровими людьми.

2. _____

3. _____

4. _____

5 Позначте твердження «+» або «-».

- Профілактикою захворювань займаються тільки фахівці-медики.
- Інфекційні захворювання можуть передаватися від хворої людини до здорової різними шляхами.
- До інфекційних захворювань належать туберкульоз, натуральна віспа, малярія, поліомієліт, грип, холера, чума.
- Усі інфекції потрапляють в організм людини повітряно-крапельним шляхом.

6 Перелічіть функції імунної системи.

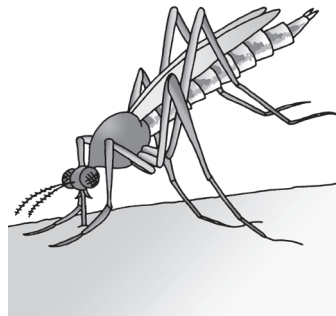
- 7 Розгляньте малюнки. Позначте, який з них ілюструє шлях передачі малярії.



А



Б



В

ПРИНЦИПИ БЕЗПЕЧНОЇ ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ

Природні, техногенні та соціальні небезпеки. Види і джерела ризику. Рівні ризику



Пригадайте, що ви вже вивчили

Існує фізична, екологічна, _____ безпека й безпека в _____. Є природні, техногенні та _____ небезпеки. Треба вміти розпізнавати джерела ризиків і оцінювати _____.

- 1 Позначте правильну відповідь.

1. Землетруси, посухи, виверження вулканів, снігові лавини належать до небезпек:

А техногенних

В соціальних

Б природних

Г економічних

2. Фактором ризику для вашого соціального розвитку можуть стати:

А інфекційні захворювання

В «кислотні» дощі

Б небезпечні компанії

Г аварії на очисних спорудах