

29.11.2022

Клас: 7-Б

Предмет: основи здоров'я

Вчитель: Андрєєва Ж.В.

Тема. **«Косметичні проблеми підлітків»**

Мета:

- знати основні функції шкіри, поширені косметичні проблеми підлітків;
- навчити визначати тип шкіри і волосся;
- розвивати вміння захищати шкіру від несприятливих погодних умов; користуватися косметичними засобами;
- звертатися по допомогу у разі виникнення косметичних проблем.

ХІД УРОКУ

I. ОРГАНІЗАЦІЙНА ЧАСТИНА

II. АКТУАЛІЗАЦІЯ ОПОРНИХ ЗНАНЬ

1) Обговорити ситуацію.

«Семикласниця Галя побачила в себе на лобі маленький прищик і дуже засмутилася. Вона сіла перед дзеркалом і вичавила його. Надвечір у неї утворився великий гнійник, і мама, не зволікаючи, відвезла доньку до лікарні. лікуватися довелося довго».

Питання для обговорення:

- Чому на шкірі виникають прищики?
- Чи правильно вчинила Галя? Чому?
- Якби ви вчинили на її місці?

III. ОГОЛОШЕННЯ ТЕМИ ТА МЕТИ УРОКУ

3.1. Демонстрація та обговорення слайду: «Функції шкіри»



Запитання для обговорення:

- 1) Як ви розумієте захисну (терморегулятивну, дихальну, видільну) функцію шкіри?
- 2) Яким чином шкіра бере участь в обміні речовин?
- 3) Які подразнення здатна сприймати шкіра? (тепло-холод, твердість-м'якість, біль).

3.2. ТИПИ ШКІРИ

Прослухайте відео «ЯКІ Є ТИПИ ШКІРИ. ЯК ВИЗНАЧИТИ СВІЙ ТИП ШКІРИ». Посилання: <https://www.youtube.com/watch?v=6wlJrjlYMNc>

Зробіть висновок, який у вас тип шкіри.

2. Обговоріть ситуацію, запропоновану нижче.

«Донька взяла мамин крем, туш, тіні, помаду й скористалася ними. За якийсь час у неї на обличчі з'явилося висипання?»

Які причини такого наслідку?

Щоб ви порекомендували дівчині?

3.3. ЧИННИКИ, ЩО ВПЛИВАЮТЬ НА ЗДОРОВ'Я ШКІРИ

Прослухайте відео «Як позбутися прищів: причини появи акне та як їх лікувати» https://www.youtube.com/watch?v=M_1J0CCOebs (1 хв. 10 с. – 5 хв. 50 с.).

Питання для обговорення:

Які чинники впливають на здоров'я шкіри?

Яким чином вони впливають на неї?

Чинники	Наслідки
Посилення виділення гормонів	Збільшується кількість прищів
Неправильний догляд	Сухість шкіри, опіки, лущення, запалення (дерматит), поширення інфекцій
Зміна навколишнього середовища	
Неправильне харчування	

IV. ДОМАШНЄ ЗАВДАННЯ

- Обговорити з батьками правильність догляду за шкірою.
- Переглянути запропоновані відео.
- Запишіть або сфотографуйте ті косметичні засоби, якими ви користуєтеся для догляду за шкірою, зробіть коротку рецензію на них.

Зворотній зв'язок: Human або електронна адреса zhannaandreeva95@ukr.net