



Природа і здоров'я

Урок з основ здоров'я
для учнів 6 класів
Вчитель: Андрєєва Ж.В.

Все на землі, все треба
берегти
І птаха й звіра, і оту рослину,
Не чванься тим, що цар
природи ти –
Бо врешті, ти його частинка.
Друже мій, люби життя,
Люби людей, природу,
А кривду кинь у забуття,
Як камінь в тиху воду.

Б.Лепкий



Людина — частина живої природи, яка живе серед природи і бере з неї все необхідне для життя: повітря, воду, продукти харчування, одяг, корисні копалини, використовує природні ресурси для отримання предметів побуту. Її відмінність від інших живих істот полягає в тому, що вона має розум, а відтак може мислити, творити, спілкуватися з іншими.



Природа Землі схожа на організм людини, лише дуже великий. Дихальна система постачає в організм кисень, так і ліси збагачують киснем повітря Землі.

Кров живить всі клітини організму, так ріки і моря несуть воду і поживні речовини до всього живого. Земля хворіє, коли вирубують ліси, забруднюють ріки та моря, а від цього і хворіє людина.



Природа - це неповторний загадковий світ, це непрочитана книга, гортаючи сторінки якої, ми дізнаємося багато нового і цікавого. Від стану навколишнього середовища залежить і стан нашого здоров'я.

Чим більше відходів ми викидаємо у довкілля, тим більше мікробів, чим більше сміття, тим більше хвороб.



Давайте поміркуємо

- 1) Що таке природа?
- 2) Як ви можете допомогти зберегти природу?
- 3) Чому люди хворіють?
- 4) «Що впливає на стан здоров 'я?»



Давайте пройдемо невеличкий тест і
з'ясуємо

« Чи турбуєтесь ви про природу?»

1. Уявіть, що ви на відпочинку. Ви їсте
шоколаді цукерки але ніде не має
смітника. ЩО ТИ РОБИШ?

а) Тримаєте обгортку в кишені, поки не
побачите смітник.

б) кидаєте їх на землю. Це не ваша вина
просто не має смітника.

в) Це залежить від багатьох чинників.



2. По дорозі додому ви дуже захотіли пити. Що ти купиш?

а) Щось в пластиковій пляшці

б) Щось в скляній пляшці або алюмінієвій банці.

в) Щось в коробці.



3. Ваш особистий плеєр потребує нові елементи живлення. ЩО ТИ РОБИШ?

а) купити акумулятор.

б) Покладіть старі батарейки у відро для сміття і купити нові батарейки.

в) купувати нові і здати старі на переробку



4. Якщо б ви жили недалеко біля зони відпочинку, як би ви відреагували, якщо фастфуд ресторан відкрився недалеко від вас?

а) Радієте, але і турбує велика кількість сміття.

б) Радієте. Тепер ви можете з'їсти щось смачненьке.

в) Ви ніколи не їсте у фаст-фудах.



Ваш рахунок

1. а) 3; б) 1; в) 2;

2. а) 1; б) 3; в) 2;

3. а) 3; б) 1; в) 2;

4. а) 2; б) 1; в) 3.



Аналіз

- 12-10: Ви безумовно піклуєтесь про навколишнє середовище
- 9-7: Ви намагаєтесь піклуватися про природу, але не постійно
- 6-4: Ви не піклуєтесь про природу.



Де взяти здоров'я?

- Відповідь ще наші прадавні предки знали — у природи, їм добре відомі були і лікувальні властивості першого сонячного променя, і користь роси, й цінність лісового повітря, і цілющість прохолодної води, тож бережімо, цінуймо те, що найближче, найдоступніше, найприродніше — рідну природу.

Природа- це здоров'я.



Вплив природи на людину

- Вплив природи на людину подвійний. Чиста вода й повітря, родючий ґрунт приносять людині користь, а забруднена відходами вода, повітря, насичене вихлопними газами, що містить отрутохімікати, завдають здоров'ю людини шкоди.



Проблемне питання:

«Що може робити школяр, щоб
не завдавати природі шкоди?»



1) Сортиувати сміття і віддавати на переробку

- Замість того, щоб скло, пластик та папір опинилися на смітнику чи в океані, вони можуть бути перероблені на інші продукти. Для цього ми маємо сортувати відходи та викидати їх у спеціальні смітники для переробки. Віддавати на переробку можна такі речі як папір, батарейки, пластик, скло та багато іншого.



2) Відмовитися від одноразових пляшок та посуду

- Лише 9 відсотків усіх пластикових відходів, які були коли-небудь вироблені, були перероблені.
- Пластикові пляшки, одноразовий посуд – ми зустрічаємося з цими одноразовими виробами кожного дня. Їх використання можна легко обмежити.
- Замість того, щоб купувати воду у пластикових пляшках, можна придбати пляшку багаторазового використання і носити воду з собою. Замість одноразового посуду – звичайний.



3) Відмовитися від поліетиленових пакетів – екологічно та економічно

- Наразі, близько 60 країн світу почали боротьбу із пластиком на законодавчому рівні. І основним об'єктом цієї боротьби стали поліетиленові пакети, і, в певній мірі, пінопласт.
- Але боротьбу із поліетиленовими пакетами можна розпочати самотійно, просто зменшивши їх споживання. Наприклад, в магазині замість них можна використовувати багаторазові торбинки.





Подумай та
напиши в зошиті
свої варіанти!



ДОМАШНЄ ЗАВДАННЯ

ПРИДУМАТИ І ЗАПИСАТИ В ЗОШИТІ 5
ПРАВИЛ ТУРБОТЛИВОГО СТАВЛЕННЯ
ДО ПРИРОДИ