

# ***КРАСА І ЗДОРОВ'Я***

**Ідеали краси і здоров'я. Вплив  
модних тенденцій на здоров'я**



**Про здоров'я людини краще всього говорить його зовнішність, адже здоров'я і краса нерозривно пов'язані між собою. Зовнішній вигляд людини є відображенням його внутрішнього стану**

- Але виникає питання що таке краса?*



# *Кожна епоха виробляла свій еталон прекрасного*



## Ідеал краси Древнього Єгипту

струнка й граціозна жінка. Тонкі  
риси обличчя з повними губами  
й величезними  
мигдалеподібними очами,  
форма яких підкреслювалася  
спеціальними  
контурами, контраст важких  
зачісок з витонченою  
витагнутою фігурою  
викликали думки про  
екзотичну рослину на гнучкому  
стеблі, що колишеться на вітрі.





## *Ідеал краси у древньому Китаї*

маленька, тендітна жінка з малюсінькими ногами. Щоб ніжка залишалася маленькою, дівчаткам незабаром після народження туго бинтували стопу, домагаючись припинення її росту. Жінки білили обличчя, рум'янили щоки, подовжували брови, фарбували нігті в червоний колір.

Чоловіки відрощували довге волосся й заплітали його в косу.



***У сучасному світі красива людина-  
це насамперед людина, яка веде  
здоровий спосіб життя***



# *Поняття “краса”, “ідеал краси”*

- **Краса** — характеристика персони, місця, об'єкта чи ідеї, що приносить відчуття приємності, яка відповідає задоволенню. Краса є невід'ємною складовою сприйняття світу людиною.
- **Ідеал краси** — це взірець, яким захоплюються (чи обожнюють) залежно від особливостей сприймання краси в конкретній культурі.

# *“Навіщо потрібна краса”*

Олена часто сумувала через веснянки на обличчі.

— Ти мені така подобаєшся, — говорив дівчині молодець Іван, але Олена думала, що він над нею кепкує.

Одного разу Олена ходила по ягоди на болото і побачила, що в баговинні тоне дідок. Витягла дівчина дідка, а той каже:

— За те, що врятувала мене, виконаю одне твоє бажання. Говори, про що мрієш?

— Хочу стати красунею! — вигукнула дівчина.

Дідок плеснув у долоні і зник, а дівчина повернулася додому.

«Ах, Олено, яка ти красива!» — здивувався Іван, зустрівши дівчину.

Кинулася Олена до дзеркала і побачила, що на її щоках замість веснянок рум'янець червоніє.

Тепер у дівчини женихів ціла купа, і Олена вирішила вибрати найбагатшого.

Дізнавшись про це, Іван засмутився:

— Краса недовговічна. Зникне вона — і кине тебе багач.

Довго думала Олена над словами Івана, а потім побігла до болота і покликала дідка. Він з'явився, немов із-під землі, і дівчина попросила:



— Спасибі, що дав мені красу, але зроби так, щоб вона не старіла.

— Вічна тільки внутрішня краса, — пробурмотів дідок. Потім він знову плеснув у долоні і зник.

Повернулася Олена додому, а там женихи її чекають, ошатні і багаті.

Подивилася дівчина на женихів і одразу зрозуміла, що люди вони жадібні. Тут Іван у двір зайшов і вигукнув:

— Оленко, радосте моя! Побачивши тебе, сонце сильніше світить і птахи голосніше співають!

Глянула Оленка в його добрі ласкаві очі — і спалахнула в її серці любов.

Одружилися вони і жили дружно і щасливо до самої старості.

### **Питання :**

**\* Як ви гадаєте, що подарував дідусь Олені, коли вона прийшла до нього вдруге?**

**\* Про що б ви попросили дідка, якби у вас було тільки одне бажання?**

**\* Коли ви зустрічаєте незнайому людину, на що ви насамперед звертаєте увагу?**

**\* Що таке внутрішня краса?**

**\* Якщо вас щось непокоїть у власній зовнішності, як ви з цим можете впоратися?**

-Говорячи про красу, ми зазвичай маємо на увазі не тільки зовнішній вигляд, гарне обличчя, а й багато інших ознак

## “Ознаки привабливої людини”



# **«Татуаж і пірсинг у сучасному житті: можливі ризики для здоров'я»**

- Втручання в організм є дуже небезпечним і може завдати непоправної шкоди нашому здоров'ю. Отож вибирайте – мода чи здоров'я. А краще, оберіть власний стиль, який і модним буде, і убезпечить вас від багатьох проблем зі здоров'ям



# Татуаж і пірсинг: можливі ризики для здоров'я



- 1. Інфекційне запалення.
- 2. Поява великих шрамів та рубців.
- 3. Пірсинг язика може стати причиною абсцесу мозку.
- 4. Якщо технологія стерилізації порушена, наслідками є СПІД, гепатит В та С, зараження крові.



## *Пам'ятайте!*

Пірсинг і татуювання мають робити тільки фахівці і тільки стерильними інструментами.

Негативних наслідків пірсингу і татуювання позбавитися важко. На місці проколу може виникнути запалення, а коли зняти прикраси, залишаються рубці.

А щоб позбутися татуювання, доведеться робити операцію. Татуювання може залишитися з людиною на все життя, адже процедура його видалення дорога і малодоступна.

# «Високі підбори і здоров'я»

- **Переваги.**

- Туфлі на високих підборах завжди виглядають стильно і елегантно.
- Перевага взуття на високих підборах в тім, що вони візуально збільшують зріст, роблять фігуру стрункою.



- **Недоліки.**

- Незручно ходити. Так, в туфлях на високих підборах ноги починають швидко втомлюватися, а після тривалого носіння починають хворіти стопи. Носіння збільшує навантаження на коліна, щиколотки і спину, що в свою чергу може призвести до травм, зсувів і розтягування сухожиль



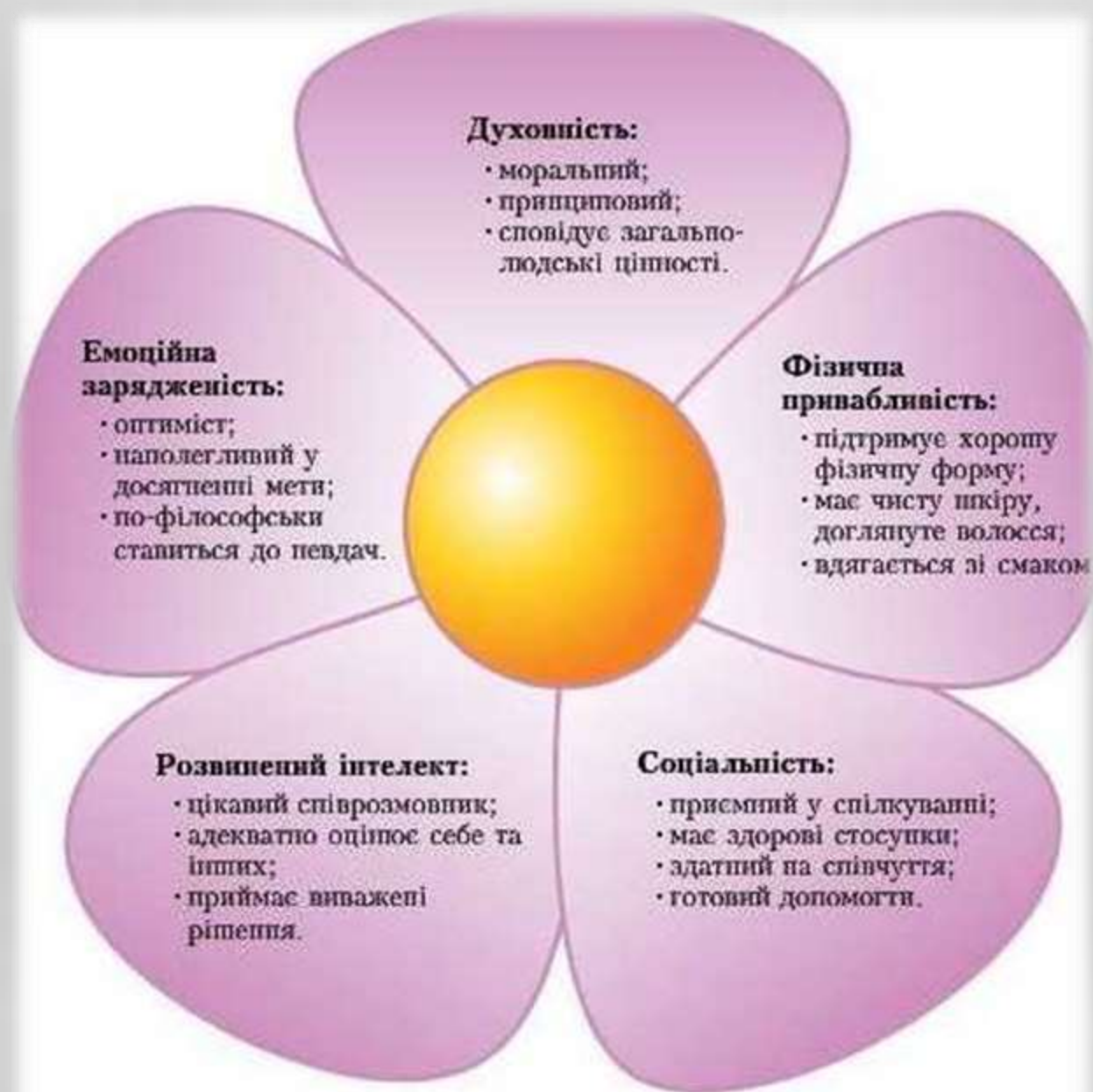
# ***«Пластична хірургія»***

- Головне завдання пластичної хірургії – виправлення вроджених вад і допомога потерпілим зі складними травмами. Пластичні операції пов'язані з багатьма ризиками, тому їх використання для вдосконалення зовнішності може мати протилежні наслідки.
- Перетягнута шкіра, провалені носи, перекачані губи — ось деякі можливі наслідки для тих, хто відважиться сперечатися з природою.

# Квітка краси

- Вона складається з 5 пелюсток, які і є складовими краси.
- Якщо людина підтримує хорошу фізичну форму, має чисту шкіру, доглянуте волосся, то ці всі риси краси притаманні **фізичній** складовій краси.
- Якщо людина приємна у спілкуванні, має здорові стосунки, готова допомогти - це... **соціальна** складова краси.
- Якщо людина цікава як співрозмовник, багато знає - це... **інтелектуальна** складова квітки краси.
- Якщо людина дотримується моральних принципів, сповідає загальнолюдські цінності, то це **духовна** складова квітки.
- І нарешті, якщо людині керує своїми емоціями, оптиміст, наполегливий, то це... **емоційна** складова квітки краси.





# *Домашнє завдання*

Опрацювати матеріал презентації.

Підготувати інформацію

*-«У гонитві за ідеалом краси: «за» і «проти»».*

- Виконане завдання надсилати на освітню платформу Human або ел. пошту [valentinakapusta55@gmail.com](mailto:valentinakapusta55@gmail.com)

# Використані джерела

- <https://narodna-osvita.com.ua/5759--11-krasa-zdorovya.html>
- <https://vseosvita.ua/library/prezentacia-krasa-i-zdorovaideali-krasi-i-zdorova-vpliv-modnih-tendencij-na-zdorova-123728.html>