

Факторы, определяющие здоровье

Урок биологии в 11 классе

Обсудим:

- Что такое здоровье?
- От чего зависит физическое и психическое здоровье?
- Проверим знание терминов: гомеостаз, онтогенез, гены, генотип, наследование признаков, наследственные заболевания, фенотип.

Задачи урока:

- Выяснить, как человек может участвовать в формировании своего здоровья?
- Может ли воздействовать на процесс реализации генетической информации?

ОСНОВНЫЕ ВЫВОДЫ

- Гены определяют физическое и психическое здоровье человека.
- Нормальное развитие человеческого организма является результатом взаимодействия триединого комплекса факторов – генетических, онтогенетических и средовых.
- Здоровый образ жизни показатель культуры личности.

Словарь

❖ Здоровье:

- Физическое;

- Психическое;

 Репродуктивное.

❖ Образ жизни...

Задание 1.

- Подробно рассмотрите материал стр.67-71.
- Приведите примеры
- Выполните упражнения для закрепления материала на стр.71.

Задание 2

- Подробно рассмотрите материал на стр.71-75.
- Приведите примеры.
- Выполните упражнения для закрепления материала на стр.75.

Выводы

- Здоровый образ жизни – это оптимальная организация своей жизнедеятельности изо дня в день;
это поведение человека, обеспечивающее его собственное здоровье и здоровье окружающих людей.

Дополнительное задание

- Почему воспитание навыков ЗОЖ является важной и актуальной проблемой современного общества?
- Проявляете ли вы интерес к вопросам здоровья?
- Подберите материалы по вопросам ЗОЖ: статьи, открытия, тесты, мнения.