**EdB**

**Temat: Choroby cywilizacyjne.**

*Uczeń po lekcji wie/umie/potrafi/zna:*

* *Zna problem narastania chorób cywilizacyjnych*
* *Wymienia przyczyny chorób cywilizacyjnych*
* *Wyjaśnia wpływ stresu na zdrowie*
* *Omawia objawy depresji i anoreksji*

Proszę, zapoznaj się z treścią zawartą w podręczniku na stronie 129 - 137

W celu lepszego zrozumienia i utrwalenia wiadomości kliknij poniższy link

https://www.edukator.pl/choroby-cywilizacyjne,presentation,235d84f212d863f601c395ca71c39ba74e98cfbd.html

**Po zapoznaniu się z prezentacją rozwiąż zadania 1,3, i 4 ze strony 137**

Poniżej zamieszczam notatkę do zeszytu – przepisz ją lub wklej.

**Do zeszytu:**

1. Choroby cywilizacyjne to choroby wywołane cywilizacyjnym rozwojem ludzkości
2. Stres to stan wzmożonego napięcia organizmu, wywołany silnym bodźcem psychicznym lub fizycznym
3. Najczęstsze przyczyny chorób cywilizacyjnych to; złe odżywianie, mała aktywność fizyczna, spożywanie używek, degradacja środowiska
4. Choroby cywilizacyjne dzielimy na, choroby somatyczne i choroby o podłożu psychicznym
5. Ze stresem walczymy poprzez aktywność fizyczną, zdrowe odżywianie, kontakty z bliskimi i wypoczynek
6. Najpowszechniejsze uzależnienia behawioralne to; gry komputerowe, Internet, hazard i korzystanie z portali społecznościowych

**Powodzenia!!!**

**Służę Tobie pomocą codziennie w godz. 9.00 – 14.00.**

**Realizacja do 15.05.2020 r.**

**Mój e-mail;** **kbs\_kozmin@wp.pl**

Przypominam że za dwa tygodnie będę wystawiał oceny za systematyczność pracy i poziom realizacji wykonanych zadań