Тема: «Здоровье человека и его охрана.»

## План

- 1. Влияние физических упражнений на органы и системы органов.
- 2. Защитно-приспособительные реакции организма. (перечислить)
- 3. Факторы, нарушающие здоровье.(Гиподинамия, курение, стресс, употребление алкоголя, несбалансированное питание)
- 4. Культура, отношения к собственному здоровью и здоровью окружающих.

## Задания

- 1. Изучить п. 58, 59 ответить на вопросы.(устно)
- 2. По 3 п. плана подготовить короткие сообщения о вредных факторах и их влиянии на организм человека.