

Klasa VII 03.04.2020

Drodzy uczniowie!

Proszę o zapisanie do zeszytu daty, tematu i celów lekcji.

Lekcja 4

T: Higiena i choroby układu nerwowego.

Cel:

- poznasz czynniki stresogenne;
- dowiesz się, jak radzić sobie ze stresem;
- poznasz wybrane choroby układu nerwowego;

Zapoznaj się z materiałem w podręczniku strony: 185 – 189, aby móc uzupełnić notatkę.

Przepisz ją do zeszytu.

1. Wyjaśnij, co to jest stres

.....

2. Rodzaje stresu:

- a) krótkotrwały, czyli
- b) długotrwały, czyli

3. Wymień sposoby radzenia sobie ze stresem:

- a)
- b)
- c)
- d)
- e)

4. Wymień choroby układu nerwowego.

.....

5. Podaj przyczynę chorób takich jak:

- a) stwardnienie rozsiane –
- b) choroba Alzheimera –
- c) depresja -

Chętni mogą wejść na stronę [Epodreczniki.pl](https://epodreczniki.pl) by poszerzyć swoją wiedzę na ten temat, a następnie wykonać ćwiczenia interaktywne.

link <https://epodreczniki.pl/a/radzimy-sobie-ze-stresem/DtWR0roTI>

Miłej pracy.

Pozdrawiam.