

Tematyka z EDB – Zagadnienie nr 10

Witam wszystkich ponownie.

W tym tygodniu (01.06.2020 – 07.06.2020) zamiast tematu z bhp (mamy zrealizowanych dużo tematów, zrealizujemy temat z edb – trochę lekcji nam przepadło wcześniej), dlatego proszę was o opracowanie tematu:

Zasady zdrowego stylu życia.

Skupcie się szczególnie na następujących zagadnieniach ;

- Czynniki wpływające na zdrowie,
- Źródła informacji o zdrowiu,
- Choroby cywilizacyjne,
- Aktywność fizyczna,
- Żywnienie, otyłość, wskaźnik masy ciała (BMI),
- Palenie, alkohol, dopalacze (skutki, tendencje),
- Leki a suplementy diety.

Proszę o zapisanie tematu lekcji w zeszycie wraz z podanymi podpunktami.

Praca domowa

Zapoznajcie się z materiałami w podręczniku i w zamieszczonych linkach.

Zamieszczam linki do niektórych zagadnień

<http://podr.pl/wp-content/uploads/2019/12/ULOTKA-Ciesielska.pdf>

https://www.powiat.swidnica.pl/images/powiat_swidnicki/zdrowie/profilaktyka/003.pdf

<https://alkalicznystylzycia.com/2013/06/o-tym-co-wpywa-na-nasze-zdrowie-7.html>

<https://www.aptekagemini.pl/poradnik/zdrowe-odzywianie/oblicz-wskaznik-bmi-normy-i-tabela-bmi/>

<https://portal.abczdrowie.pl/choroby-cywilizacyjne>

<https://portal.abczdrowie.pl/alkoholizm-wsrod-mlodziezy>

<https://ncez.pl/abc-zywienia-fakty-i-mity/suplementy-diety-czy-leki->

Kontakt: henrykzagajewski@gmail.com lub za poprzez e-dziennik.

Pozdrawiam. Trzymajcie się zdrowo.