

MODUŁ III

Dorota Rybałtowska

**Człowiek
i jego zdrowie**

MODUŁ III

TEMAT:

Człowiek i jego zdrowie

PRZEZNACZONY DLA:

uczniów klas IV - VI szkoły podstawowej

CZAS REALIZACJI:

4 godzin lekcyjnych

POZIOM WIEDZY POCZĄTKOWEJ:

wiadomości i umiejętności z zakresu klas I - III szkoły podstawowej

CELE EDUKACYJNE:

- Poznanie zachowań sprzyjających bezpieczeństwu i zdrowiu ludzi.
- krzewienie podstawowych nawyków prozdrowotnych,
- uświadomienie zależności pomiędzy zdrowiem a czynnikami je zakłócającymi,
- nabycie umiejętności reagowania w sytuacji zagrożenia,
- dostrzeganie czynników szkodliwych dla zdrowia człowieka w najbliższym otoczeniu.

SPIS JEDNOSTEK LEKCYJNYCH:

1. Funkcjonowanie organizmu człowieka.
2. Metody postępowania w razie wypadku.
3. Higiena osobista - dlaczego musimy jej przestrzegać?
4. Czy wiesz, co jesz? - czyli o zdrowej żywności i nie tylko.

SPIS FOLIOGRAMÓW

1. Piramida zdrowego żywienia.

LITERATURA:

1. Dziak A., Kamiński B., *Wypadki w domu*, Warszawa 1973.
2. Dr Miriam Stoppard, *Dziecko od A do Z, Poradnik medyczny*, Oficyna Wydawnicza Atena 1991.
3. A. Przerwa-Tetmajer, *Pierwsza pomoc w nagłych wypadkach u dzieci*, Warszawa 1987.
4. Korczak C., *Problemy higieny i zdrowia*, WSiP 1988.
5. Kierebiński Cz., Godlewska Z., *Żywność a zdrowie*, PZWL 1986.
6. Gumowska I., *Ratuj swoje zdrowie*, Agencja Wydawnicza Comes.
7. Gumowska I., *Dziesięć przykazań prawidłowego żywienia*, Watra 1986.
8. Gumowska I., *Jak się zachować, żeby nie chorować*, Stowarzyszenie Radiestezyjne w Bydgoszczy 1990.