



# Неделя биологии



МОУ «СОШ №5 УИМ»  
город Магнитогорск  
2015г

A scenic landscape featuring a body of water in the foreground, with bare trees and a misty atmosphere. The sky is a pale blue, and the water reflects the light. The overall mood is serene and contemplative.

**Не то, что мните вы,  
природа:**

**Не слепок, не бездушный  
лик-**

**В ней есть душа, в ней есть  
свобода,**

**В ней есть любовь, в ней  
есть язык...**

**Ф. Тютчев**



**В рамках реализации проекта «ТЕМП» в школе с 23.10.2015 по 30.10 2015 года была проведена предметная неделя по биологии**

.

**Цель - углубление и расширение знаний учащихся по биологии, привитие интереса к предмету и связь теории с практикой.**

1. Тематическое выступление старшеклассников у школьников начальных классов по теме: «Чистые руки – залог здоровья» 10кл













Подумайте о сохранении своего здоровья и окружающих Вас людей и не отказывайтесь от противотуберкулезных прививок и не забывайте про профилактику от заражения.



конец!!!!

Спасибо за внимание





«Зеленый патруль» - выступление  
старшекласников по теме:  
«Сохраним цветы в нашей школе»











**Тематическое выступление старшеклассников у школьников начальных классов по теме: «Чистые руки – залог здоровья».  
Флэш - моб.**



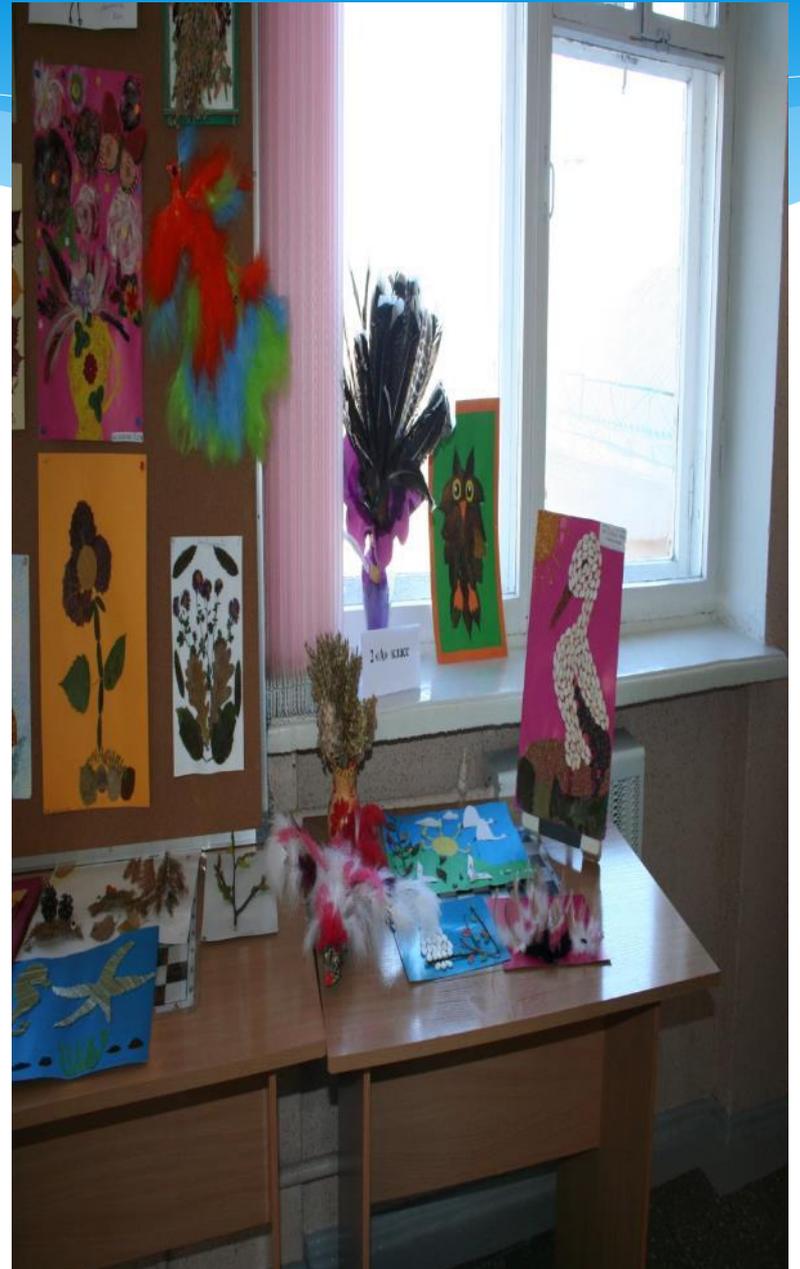




## **Конкурс «Осенний калейдоскоп»**

**-Выставка рисунков (любимые растения, осенние цветы), поделок из естественных материалов для 1-х классов.**

**- Выставка аппликаций (из цветов, листьев), гербариев, поделок для 2 - х классов**

















Арина  
Хорошова 20

Хорошова Арина 20

Хорошова Арина 20















Щиловский Дима 2А

## **Конкурс «Осенний калейдоскоп»**

- **Выставка плакатов, рисунков, листовок, коллажей, по темам:**
- **«Я выбираю здоровый образ жизни», «Лучший предметный кроссворд», «Юные защитники природы».**

**8 –9кл.**





### Курение: Зло или нет?

Substance	Effect
Табак	Высокая смертность
Алкоголь	Средняя смертность
Наркотики	Низкая смертность

#### Сигарета

Вещество	Вред
Никотин	Сужает сосуды, вызывает зависимость
Тар	Повреждает легкие, вызывает рак
Углекислый газ	Вызывает головную боль, тошноту

### Вред и польза косметики

Косметика может быть как полезной, так и вредной. Важно выбирать качественные средства и использовать их правильно.

# СТРЕСС

## Stress Relax

Стресс — это состояние организма, возникающее в ответ на воздействие внешних факторов. Он может быть как полезным, так и вредным. Важно научиться управлять стрессом.

- 1. Определите источник стресса.
- 2. Примите решение, как вы хотите справиться с ним.
- 3. Составьте план действий.
- 4. Действуйте по плану.
- 5. Оцените результаты.

# ПРАВИЛЬНАЯ ОСАНКА



Осанка — это взаиморасположение частей тела человека при стоянии, сидении и ходьбе.

При правильной осанке тело симметрично по отношению к позвоночнику. Плечи на одной высоте. Физиологические прогибы позвоночника умеренно выражены и соответствуют возрасту.



### Правильная поза в положении стоя

Спина прямая, расстояние между плечами равно ширине плечей.

Плечи опущены на 45° вниз.

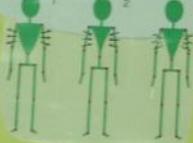
При движении стопы должны быть направлены вперед, на одну из пятки, при этом внутренняя дуга и внешний свод стопы.

На ступню, когда человек идет, падает тяжесть туловища, поэтому ступня или пятка имеют выемку.



### Принятие правильной осанки. Положение груди

Взгляд вперед, лопатки вместе (1), выдвинуты вперед и разведены (2). Живот при этом слегка вперед.



### Правильная поза при ходьбе

При ходьбе голова прямо вперед и выдвинута вперед, шея выдвинута вперед, плечи опущены, локти согнуты в локтях.

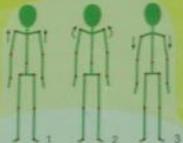
При ходьбе шаг не должен быть мелким или очень большим. При ходьбе шаг должен быть средним.

При ходьбе шаг должен быть средним, шаг не должен быть мелким, шаг не должен быть большим.



### Принятие правильной осанки. Положение спины

Позвонок между лопатками выдвинут вперед (1), опущен вниз (2) и опущен назад (3).



### Правильная поза в положении сидя

Спина прямая, без сутулости. Спина ровная, голова выдвинута вперед, шея выдвинута вперед, плечи опущены, локти согнуты в локтях.

Мозок опущен на одну ступню. Ступня опущена в локоть.

# ЗАГРЯЗНЕНИЕ РЕК

- 10 САМЫХ ГРЯЗНЫХ РЕК МИРА
- 1) КИТАРУМ
  - 2) ЯМУНА
  - 3) БУРИГАНГА
  - 4) ЖЕЛТАЯ
  - 5) МАРИДАО
  - 6) СОНГХУА
  - 7) МИССИССИППИ
  - 8) САРНО
  - 9) КОРОЛЕВСКАЯ
  - 10) ГАНГА



## КУРЕНИЕ УБИВАЕТ

## КУРЕНИЕ УБИВАЕТ

## КУРЕНИЕ УБИВАЕТ

**КУРЕНИЕ**

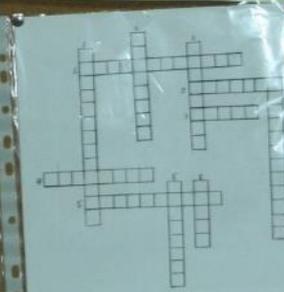
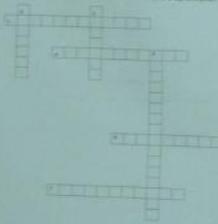
ПУЛЯ — ЭТО СМЕРТЬ

СИГАРЕТА — СМЕРТЬ



### Кроссворд

«Принципы действия антимикробного препарата»



## ТУБЕРКУЛЕЗ



# ПОЗВОНОЧНИК

Наше позвоночное состоит из позвонков

Упражнения для предотвращения искривления позвоночника

Позвоночный столб

Важнейшее значение имеет правильное положение тела. А это зависит от нас и зависит от нас. Мы должны следить за своим здоровьем. А это значит, что мы должны следить за своим здоровьем.

Будьте здоровы!!!

## БЕРЕГИТЕ ПРИРОДУ

Всё доброе беречь

1. Заботи об экологии  
2. Кольца погоды и мимозы  
3. Травяные удобрения и натуральные удобрения

ПОГОДА в доме

Осторожно

Важно помнить о безопасности

## ЗАЩИТИМ НАШЕ БОГАТСТВО-ЛЕС

Лес играет в жизни человека важную роль. С одной стороны, лес в большой степени влияет на климат, наличие чистой воды, чистого воздуха, защищает сельскохозяйственные земли, обеспечивает места для комфортного проживания и отдыха людей, сохраняет разнообразие живой природы.

С другой стороны, лес - источник множества натуральных ресурсов, без которых человечество пока не может обходиться и вряд ли сможет обойтись в будущем - древесины для строительства, производства бумаги и мебели, сока, шишечек и лекарственных растений и других.

С третьей стороны, лес - часть той культурно-исторической среды, вне воздействия которой формируются культура и быт целых народов, население рабочих, промышленных и сельскохозяйственных предприятий, особенно тех, кто живет в лесных зонах и поселках.

Такой образом можно сказать, что лес существует для того, чтобы существовал человек.

## ОРВИ

Основные симптомы ОРВИ

Симптомы ОРВИ: насморк, кашель, боль в горле, головная боль, слабость, повышение температуры.

Профилактика ОРВИ: мытье рук, избегание контактов с больными, использование масок.

Лечение ОРВИ: покой, обильное питье, витаминизация.



занимающихся. А медикаментозное лечение приводит к положительному результату только у каждого второго пациента, причем курс лечения нужно периодически повторять. Вывод однозначный — надо регулярно заниматься самоодорождением позвоночника!



# ЗАЩИТИМ НАШЕ БОГАТСТВО-ЛЕС



Лес играет в жизни человека важную роль. С одной стороны, лес в большой степени влияет на климат, наличие чистой воды, чистого воздуха, защищает сельскохозяйственные земли, обеспечивает места для комфортного проживания и отдыха людей, сохраняет разнообразие живой природы.



С другой стороны, лес - источник множества материальных ресурсов, без которых человечество пока не может обойтись и вряд ли сможет обойтись в будущем - древесины для строительства, производства бумаги и мебели, дров, пищевых и лекарственных растений и других.



С третьей стороны, лес - часть той культурно-исторической среды, под воздействием которой формируются культура и обычаи целых народов, источник работы, независимости и материального благополучия значительной части населения, особенно тех, кто живет в лесных деревнях и поселках.



Таким образом можно сказать, что лес существует для того, чтобы существовал человек.

*Виктория Кумаченко и Франческа Е.*

Осн... — это группа Б...  
Все они являются ин...  
Выделяют их в отдель...  
выделенные болонез...  
палеонтологический...



Это на первый...  
такие, как...  
ОСН (очень ча...

Для профили...  
структурных...  
капиталом.

Для профи...

# ПОЗВОНОЧНИК

Как правильно сидеть  
за партой



Позвоночный столб



Каждый раз, демонстрирую по просьбе доктора свой язык, Вы, возможно думаете: "И что он может увидеть?" Оказывается, на языке спрятаны практически все внутренние органы нашего организма.

Складка, идущая посередине языка, поведает о состоянии позвоночника еще задолго до появления клинических симптомов. Если искривление этой складки наблюдается на самом кончике языка, можно говорить о шейном остеохондрозе, в середине - непорядок с грудным отделом, кривизна у корня языка свидетельствует о поясничных неполадках.

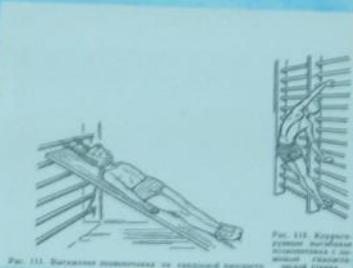


Рис. 110. Выкатывание позвоночника на наклонной поверхности

Рис. 111. Коррекция грудного кифоза и поясничного гиперлордоза с помощью гимнастики

Упражнения для предотвращения искривления позвоночника



TvoyaSpina.ru

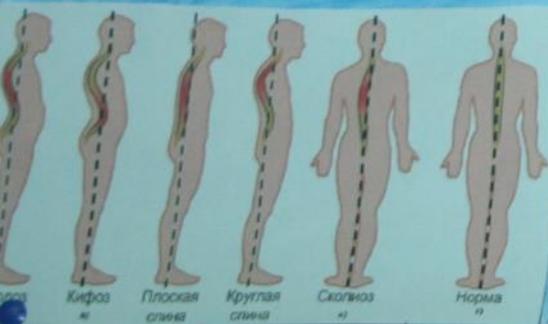
Возраст позвоночника человека определяется не количеством прожитых лет, а его гибкостью! Так у воинов в возрасте 70 лет позвоночник по гибкости не уступает 15-летним юношам. А о существовании остеохондроза они вообще не знают!

Гибкость — единственное физическое качество человека, которое при регулярных занятиях может развиваться всю жизнь и этот процесс не только укрепляет наш позвоночник, но и способствует обновлению всего организма в целом!



Рис. 76. Поза, корректирующая форму позвоночника и предотвращающая его деформацию

Практический опыт педагогов и медиков показал, что выполнение комплексов упражнений специально направленных на оздоровление позвоночника избавляет от диагноза «остеохондроз» почти у 100% занимающихся. А медикаментозное лечение приводит к положительному результату только у каждого второго пациента, причем курс лечения нужно периодически повторять. Вывод однозначный — надо регулярно заниматься самооздоровлением позвоночника!



Ольга Николаевна и Людмила Николаевна 9-а

Будьте здоровы!!!



КАК СЕБЕ ПОМОЧЬ?

В ОТВЕТЕ ЗА БУДУЩЕЕ

3 условия

# БЕРЕГИТЕ

# ПРИРОДУ

- 1). Занятия об экологии
- 2). Конец погони за маммиВон
- 3). Превращение уничтожения животных и деревьев

## Погода в доме

ИСТОТА В ДОМЕ

Погода в доме зависит от того, как вы ведёте себя в природе.

Погода в доме зависит от того, как вы ведёте себя в природе.

Погода в доме зависит от того, как вы ведёте себя в природе.

Белый мишка в зелёном лесу

## Мир — безопасный и добрый!

# ОРВИ

Весь покрытый зеленью

МИР



## Осторожно

Кто придумал Красную книгу?

Красная книга — это список животных, растений и грибов, которые находятся под угрозой исчезновения. В 1963 году в ней были собраны сведения о 213 исчезающих и 312 редких. Его составил английский натуралист Петер Скотт, а затем его поддержал Всемирный союз охраны природы. Он и предложил название, ведь красный — цвет тревоги.

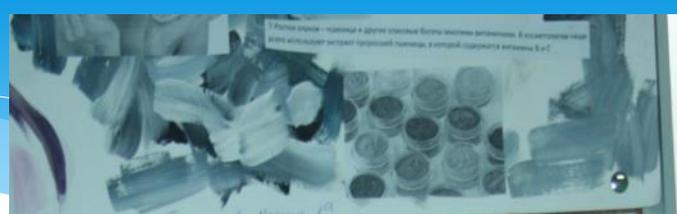
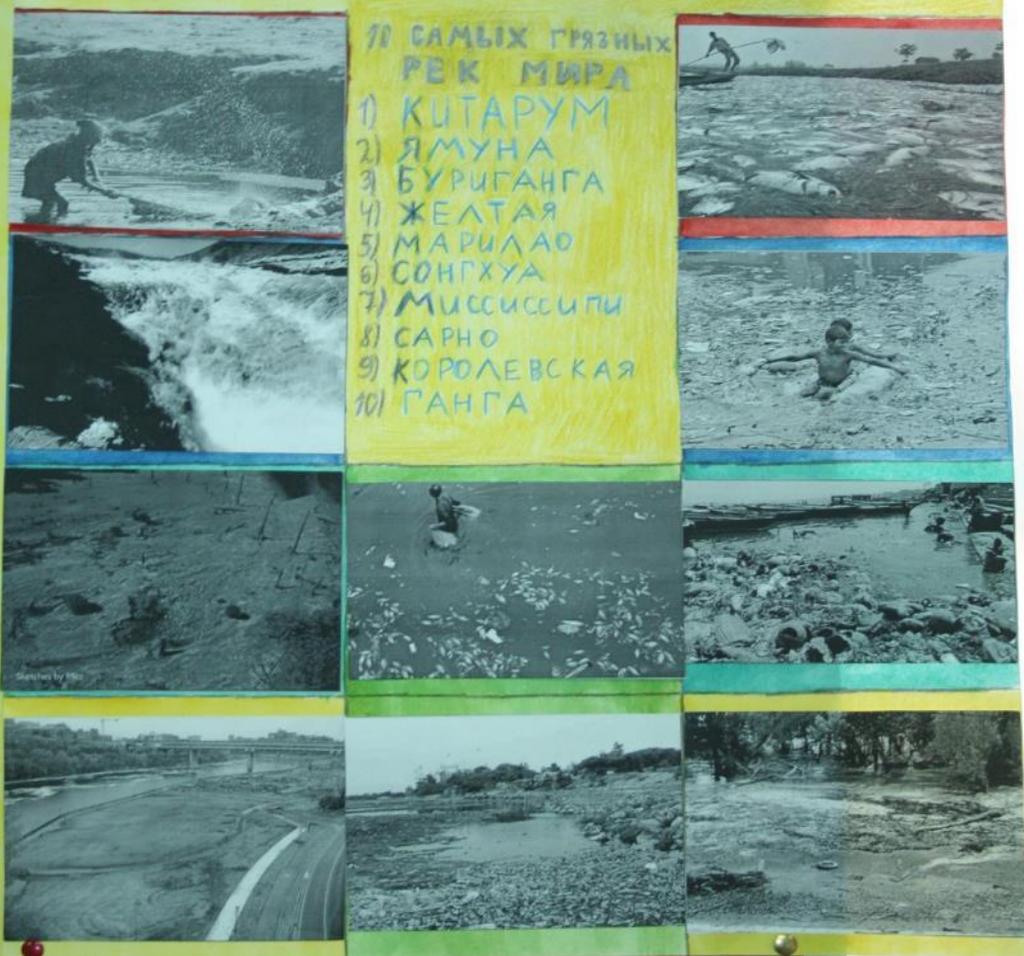
КЕКСЕЛЧНИК

Обладатель иммунитета. Обладатель иммунитета. Обладатель иммунитета.

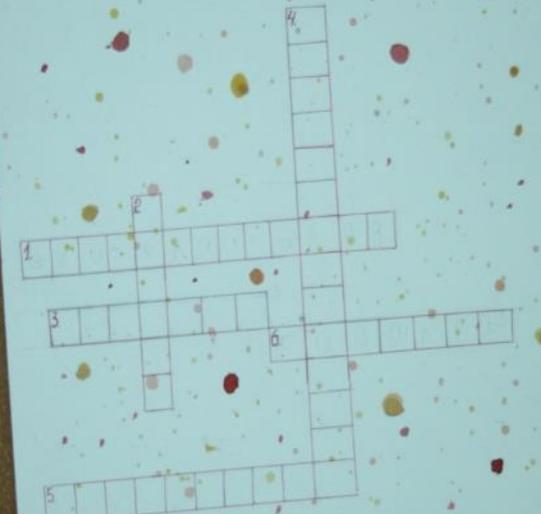


# ЗАГРЯЗНЕНИЕ РЕК

- 10 САМЫХ ГРЯЗНЫХ РЕК МИРА
- 1) КИТАРУМ
  - 2) ЯМУНА
  - 3) БУРИГАНГА
  - 4) ЖЕЛТАЯ
  - 5) МАРИАДО
  - 6) СОНГХУА
  - 7) МИССИССИПИ
  - 8) САРНО
  - 9) КОРОЛЕВСКАЯ
  - 10) ГАНГА



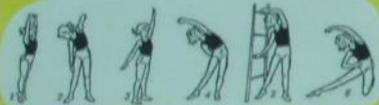
## Ткани организма человека



- Кроссворд
1. Ткань, образующая покровы тела
  2. Структурная единица нервной ткани
  3. Какой из видов соединительной ткани выполняет опорно-активную функцию
  4. Каким из типов тканей организм скелет
  5. Наука, изучающая строение и функции тканей
  6. Проводят нервные импульсы к телу нейроны

Выполнила: Гусева А. 8<sup>Б</sup>

# ПРАВИЛЬНАЯ ОСАНКА



Осанка – это непринужденное взаиморасположение частей тела человека при стоянии, сидении и передвижениях. При правильной осанке тело симметрично по отношению к позвоночнику. Плечи на одном уровне. Физиологические прогибы позвоночника умеренно выражены и соответствуют норме.



**Правильная поза в положении стоя**  
 Стой прямо, развернув плечи, подбери живот, опираясь одновременно на обе ноги. При длительном стоянии менять позу можно переменяя с ноги на ногу на месте, или делать несколько шагов в разных направлениях. Не стой долго опираясь на одну ногу, держа голову опущенной, согнув спину или выставив живот вперед.



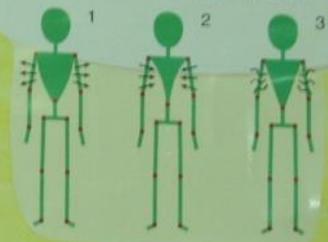
**Правильная поза при ходьбе**  
 При ходьбе голову держи прямо и высоко, иди свободным, уверенным, пружинистым шагом. Начиная движение с бедра, а не с колен. При ходьбе шаг не должен быть мелким или очень широким. Не наклоняйся вперед, не «падай» на стопу. Не ходи, опустив голову, но и не «задержай» нос».



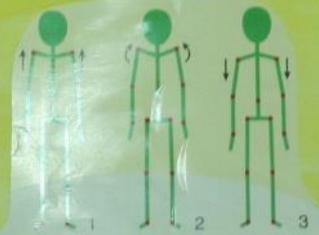
**Правильная поза в положении сидя**  
 Сиди прямо, без напряжения. Спина ровная, голова немного наклонена вперед, обе руки лежат свободно, лучше с опорой. Можно опереться на спинку стула. Стулны упираются в пол.



**Принятие правильной осанки. Положение груди**  
 Встань прямо, глубоко вдыхая (1), выдыхая (2) и расслабься (3). Живот при этом слегка втянут.



**Принятие правильной осанки. Положение плеч**  
 Подними плечи как можно выше (1), опусти их назад (2) и опусти (3).



# Вред и польза косметики



Вред косметики: вредные вещества



Аллергия может вызвать зуд, который входит в состав многих косметических средств, провоцирует прыщи и губный герпес, имеет зудящий и раздражающий свойства, способно восстановить кожу в местах повреждений, но при постоянном использовании, поры кожи забиваются и в них перекрывается доступ кислорода, раздражающий эффект способен вызвать и зуд для лица, вызываясь частыми от которой забивается в поры, и не позволяет коже нормально дышать, в течение долгого времени, и в результате на коже возникает прыщ, раздражение, тусклый цвет и прочие крайне неприятные для глаза последствия.

Парабены - воск полученный на основе животного жира, известный как олеин (смягчающее и увлажняющее средство) может повысить чувствительность кожи, вызвать воспалительные реакции, сыпь и кроме того он как и любой воск может на верхней основе перекрывает доступ кислорода к порам кожи.

Кроме всего прочего многие косметические средства содержат нефтепродукты, которые неизбежно попадают в организм, например через рот, вместе с губной помадой, либо через дыхательные пути, или впитываясь в кожу, а все нефтепродукты одинаково вредны и имеют свойства накапливаться в организме. К нефтепродуктам относятся любые минеральные масла, парабены, кристаллический парафин, пропанол гликоль, петролатум и др.

## Болезни, вызываемые косметикой

Многие женщины полагающие, что у них аллергия на косметические средства, на самом деле страдают от раздражения, вызванного одним или группой химических веществ, входящих в состав косметических средств.

Аллергическая реакция возникает тогда, когда иммунная система организма вступает в реакцию с веществом, которое обычно не вызывает такой реакции у других людей. Симптомами аллергии являются: зуд, образование опухлостей на коже, сыпь.



Угри с черными головками возникают тогда, когда волосяной фолликул или сальные железы кожи окисляются забитыми жирными и мертвой смесью, состоящей из кожного сала (натуральный восковой жир) и кератина (губный волосяной белок, который покрывает кожу, волосы и ногти). Эта смесь затвердевает и превращается в пробку, которая при соприкосновении с воздухом приобретает черную окраску. Если в такую пробку попадают бактерии и обретают способность размножаться, то угри с черными головками становятся инфицированными и образуются красные прыщи - acne. Одной из причин возникновения acne является использование или жаркие вещества, которые проникают в поры кожи вместе с косметикой и закупоривают их.

1. Сложности, от депривированной косметикой могут нанести пользу, если только в составе этой косметики не входят какие-либо натуральные компоненты.

2. Сое - растение носит название гингереллы. В основном, как известно, не вредно, но в составе косметики в больших количествах алыча, сандал, валериана, ванилин, А и С, витаминизация.

3. Виноград - этот фрукт не только вкусный, но еще и полезный. Виноградные косточки содержат в себе витаминизацию, которые защищают нашу кожу от различных свободных радикалов, являются ультрафиолетовую защиту и оказывают увлажняющий эффект.

4. Пчелиный мед - обогащает кожу питательными веществами и способствует обновлению клеток. Именно поэтому мед многие производители косметики добавляют в натуральные и отшелушивающие маски. Пчелиный мед не только благотворно влияет на кожу, что еще используют для ухода за волосами, поэтому добавляют в маски и шампуни для волос. Медом можно также часто добавляет в увлажняющие крема и гели.



5. Миндаль - тоже полезная штука. Миндальный эфир используется для движения масел, которые хорошо проникают в кожу. Кроме того, в косметологии также используют миндальное масло.

6. Молочная кислота, которая содержится в зрелых фруктах, способствует созданию идеальной баланс кожи. Если разбавить натуральной яблочный сок какой-нибудь жидкостью (растительными маслами, минеральной, талой или обильной водой), получится отличный тоник для лица.

7. Фрукты - практически все фрукты используют для изготовления косметики. Во фруктах содержится большое количество витаминов и микроэлементов, которые полезны для кожи.

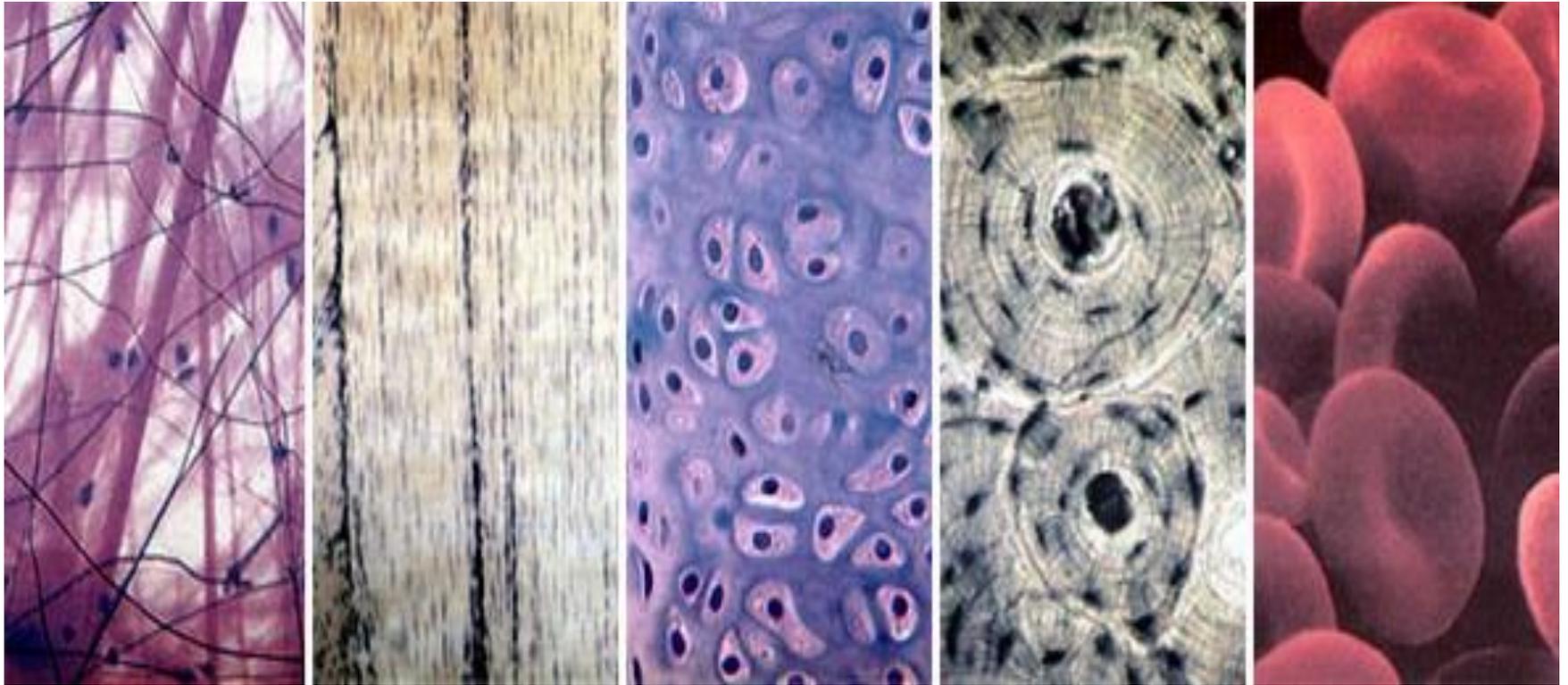
8. Растения злаков - пшеница и другие злаковые богаты многими витаминами. В косметическом масле можно использовать экстракт порошковой пшеницы, в которой содержится витамины В и С.



Горюхинова Мария 82



# Кроссворд «Ткани»



Суспицын Георгий, 8Б



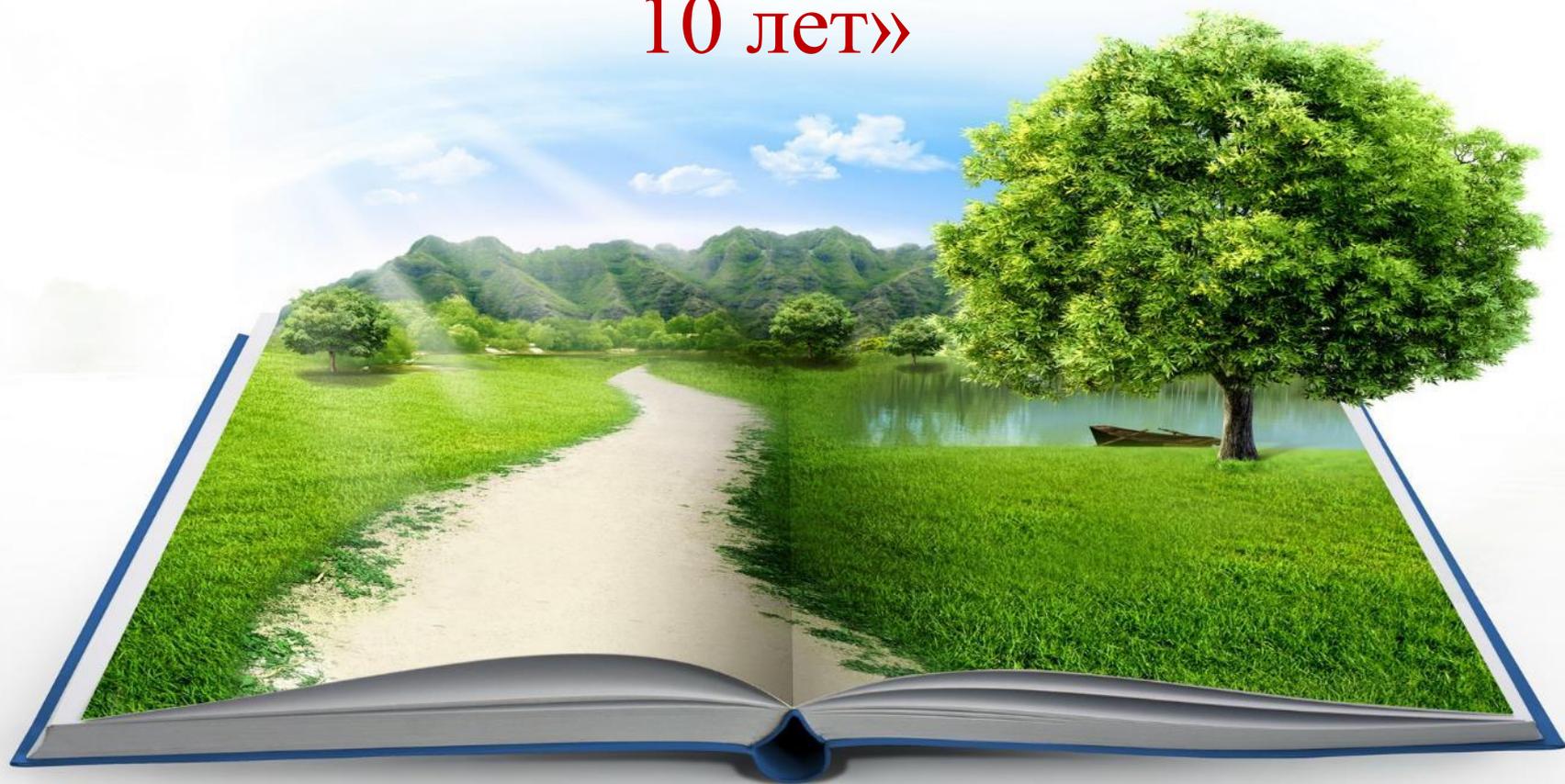




**В ЗДОРОВОМ ТЕЛЕ -  
ЗДОРОВЫЙ ДУХ!**

Открытие выставки в школьной  
библиотеке:

«Красной книге Челябинской области –  
10 лет»











➤ **Итог недели биологии:**

**Проведено 12 уроков в начальной школе (1- 4 классы)**

**Проведено 3 флэш - моба среди 1 классов.**

**Акция «Зеленый патруль» среди 1 - 11классов;**

**Выставка рисунков (любимые растения, осенние цветы), поделок из естественных материалов для 1-х классов:**

гербарии – 15;

поделок – 30;

рисунки – 10;

**Выставка:**

плакатов - 10;

рисунков – 5;

листовок - 4;

коллажей – 12;

кроссвордов – 3;

**Выставка в школьной библиотеке «Красной книге Челябинской области – 10 лет»:**

Количество представленной литературы – 25;

принимали участие 5 – 11 класс.

