

13.05.2022

Група № 35

Предмет «Технології»

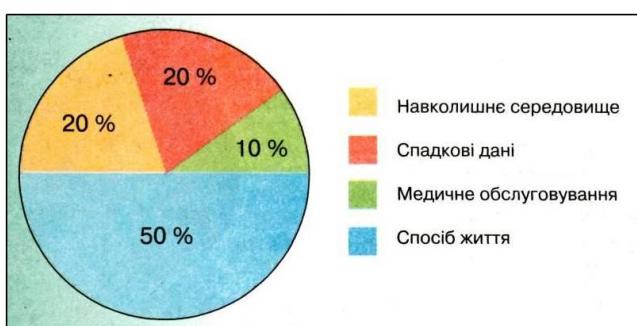
Урок 17-18

Тема: Фізична складова здоров'я людини. Соціальна складова здоров'я людини

Мета: вивчити основні критерії фізичного та соціального здоров'я людини

Учені вважають, що здоров'я – це «стан повного фізичного, духовного й соціального благополуччя, а не лише відсутність хвороб та фізичних дефектів». А от у побутовому розумінні здоров'я – це всього-на-всього відсутність хвороб. Багатьох людей, перш за все, цікавить фізична складова здоров'я, проте вона не єдина, хоча й є дуже важливою.

Отже, щоб бути здоровим, недостатньо мати тільки здорове тіло. Адже, якщо людина не живе духовним життям, її фізичні резерви швидко вичерпуються, що неминуче призведе до хвороби. Якщо людина перебуває тривалий час в атмосфері страху, стресу, це може привести до онкологічних, серцево-судинних чи психічних захворювань.



І навпаки, в історії людства відомі випадки, коли завдяки великій духовності та вірі люди з надзвичайно важкими захворюваннями чи травмами не тільки одужували, але й поверталися до активного життя.

Залежність здоров'я від соціальних, психічних та духовних умов також очевидна. Люди, які живуть у зліднях, у нездовільних побутових умовах, значно частіше хворіють на інфекційні, паразитарні, шлунково-кишкові й легеневі захворювання. Так, в бідняцьких хижаках багатьох країн Африки, Азії та Південної Америки звичними стали епідемії туберкульозу і холери, тифу і чуми, які забирають щороку життя десятків і навіть сотень тисяч людей. У багатьох країнах мільйони дітей голодують, що зумовлює затримку і порушення їхнього фізичного й психічного розвитку.

Так, у результаті численних досліджень учені дійшли висновку, що серед чинників, від яких залежить здоров'я людини, котра проживає в цивілізованій країні в умовах миру, за відсутності природних катаklізмів (землетруси, повені, посухи), приблизно 20-22 % припадає на екологічні й соціальні чинники, 20-22 % - на спадковість і генетичні порушення, 8-10 % – на розвиток медицини і якість медичного обслуговування та охорони здоров'я, а близько 50 % припадає на спосіб життя людини, на її ставлення до власного здоров'я.

Так дійсно, навіть у країнах зі сприятливими екологічними та кліматичними умовами, з високим рівнем життя, медичного обслуговування і системи охорони здоров'я (наприклад, Швеція, Швейцарія, Австрія, Канада) у частині людей, які не мали ніяких генетичних захворювань, внаслідок неправильного способу життя (переїдання, недостатньої рухової активності, тютюнопаління, зловживання алкоголем) напоями,

вживання наркотичних речовин тощо) виникали тяжкі захворювання (інфаркт, інсульт, алкоголізм, наркоманія, рак легенів, СНІД тощо), які закінчувалися каліцтвом або смертю цих людей у молодому віці.

I навпаки, люди, які ведуть здоровий спосіб життя, відрізняються високою духовністю, дотримуються правил безпеки праці, залишаються здоровими і активними до глибокої старості, навіть якщо вони проживають в екологічно забруднених регіонах, у великих індустриальних містах чи працюють на «шкідливому» виробництві

Отже, здоров'я значною мірою залежить від умов життя і праці, що визначаються політичним устроєм і рівнем соціально-економічного розвитку держави, а також від екологічних і географічних чинників навколошнього середовища. Головним же чином воно залежить від способу життя людини, її духовності, світогляду, ставлення до власного здоров'я та до інших людей і природи .

Згідно даних Всесвітньої організації охорони здоров'я (ВООЗ), здоров'я визначається надзвичайно різними складовими. Вони взаємопов'язані, й кожна з них робить свій внесок у здоров'я людини. Людину вважають здоровою тільки тоді, коли вона здорована фізично, соціально, психічно і духовно.



Фізичне здоров'я людини залежить від того, наскільки добре виконують свою роботу опорно-рухова, кровоносна, травна, нервова, видільна та інші системи організму.

Людина – істота і соціальна. Вона є особистістю – представником суспільства. Людина, як особистість, вільно й свідомо обирає ту чи іншу соціальну роль, усвідомлює можливі Наслідки своїх дій, бере на себе відповідальність за їхній результат. Якщо людина вміє це робити, то вона є соціально здоровою.

Фізична – складова, що визначає фізичний (тілесний) стан людини, її розвиток. Це можливість виконувати певні дії: рухатися, працювати, пристосовуватися до змін довкілля.

Соціальна – складова, що окреслює ефективну взаємодію людини із соціальним середовищем (сім'я; колектив учнів у класі, гуртку; суспільство). Відповідний соціальний статус людини, вміння спілкуватися з навколошніми дає змогу створити належні умови для формування і зміцнення здоров'я.

Домашнє завдання:

1. Опрацювати та законспектувати матеріал.

Усі виконані завдання надсилайте на електронну адресу gr.ev@ukr.net з підписом у темі листа «ПІБ, № групи та назва навчальної дисципліні».