

## **«Екологічний тренажер»**

### **Тестові завдання**

1. Укажіть, що становить більшу частину сміття, яке забруднює Землю:

А пластмаса

Б скло

В метал

2. Укажіть місто, що є світовим рекордсменом за кількістю побутових відходів:

А Київ

Б Лондон

В Нью-Йорк

3. Укажіть, що необхідно зробити перед початком утилізації:

А розсортувати відходи

Б зібрати в одному місці

В подрібнити

4. Укажіть найбільш шкідливу добавку до води:

А побутове сміття

Б пестициди

В мінеральні добрива

5. Укажіть, яку країну називають «ящиком сміття Європи»:

А Росію

Б Британію

В Польщу.

6. Укажіть, що таке гарбологія:

А наука про будинок

Б наука про ґрунти

В сміттєведення

7. Укажіть, скільки років пролежить без змін склянка з пластмаси, що її було викинуто в лісі:

А 10

Б 50

В 100 і більше.

8. Укажіть, за скільки років «з'їдять» викинутий папір невидимки-мікроби:

А 1 - 2

Б 5 - 8

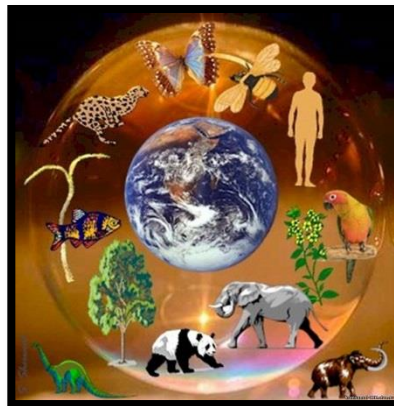
В 20 та більше

9. Укажіть, чого стосується оптимальне розв'язування енергетичної проблеми:

А економії електроенергії

Б розвитку атомної енергетики

В розвитку вітроенергетики

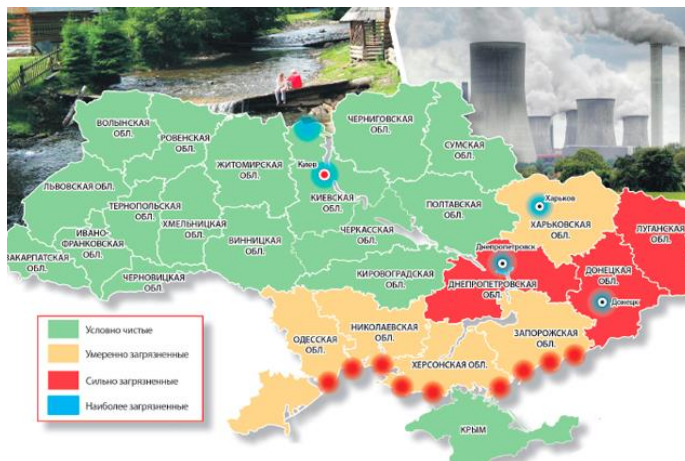
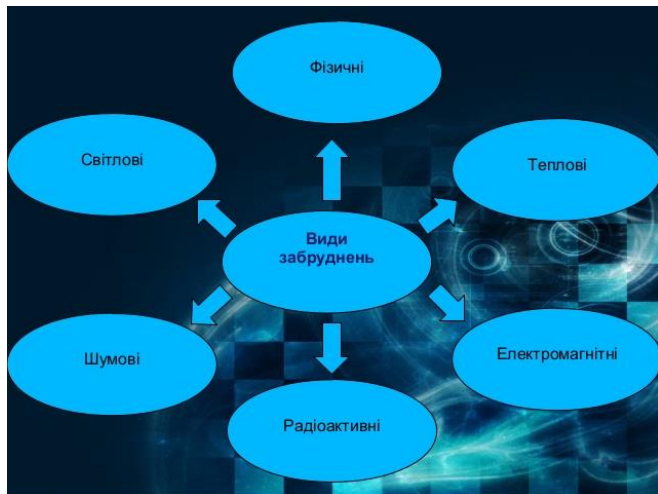


**Кам'янець-Подільське медичне училище**  
**Циклова комісія загальноосвітніх**  
**дисциплін**

**Відкрите заняття з теми:**  
**«Екологічні фактори.**  
**Антропогенні фактори і їх вплив**  
**на організм людини»**



Викладач: Кавецька Л.І.



## Екологія – комплексна біологічна наука



## Зміни абіотичних факторів можуть бути

|  |   |   |
|--|---|---|
| <b>Періодичними</b><br>(залежно від часу доби, пори року, положення Місяця відносно Землі тощо.) | <b>Неперіодичними</b><br>(виверження вулканів, землетруси, урагани тощо.) | <b>Спрямованими</b><br>Протягом значних історичних проміжків часу (зміни клімату Землі, пов'язані з перерозподілом співвідношенням площ суходолу та Світового океану) |
|--|---|---|



**Валеологія** - теорія та практика формування, збереження і зміцнення здоров'я індивіда з використанням медичних і парамедичних технологій. Валеологія, як і будь-яка інша наука, має свій предмет наукового пізнання, об'єкт застосування своїх зусиль, методологічні основи, мету, задачі і методи їх вирішення.

Предметом валеології є індивідуальне здоров'я людини. Методологічні основи валеології можуть бути сформульовані в **наступних принципах**.

1. Валеологія розглядає здоров'я людини як самостійну соціально-медичну категорію, суть якої може бути кількісно й якісно охарактеризована прямими показниками і якою можна керувати (формувати, зберігати, зміцнювати).

2. Між здоров'ям та хворобою існують перехідні стани. При цьому здоров'я розглядається як більша загальна категорія порівняно з передхворобою і хворобою. Передхвороба ("третій стан") і хвороба - особливий випадок здоров'я, коли рівень його знижений або наявні його дефекти.

3. Підхід до людини і її здоров'я, що використовується у валеології, - інтегративний (системний), холістичний. Методи дії - переважно немедикаментозні, природні.

4. Розробка теоретичних принципів санології відповідає завданню формування спільної теорії медицини, що поєднує філософське осмислення суті здоров'я, хвороби та перехідних станів.

### Основними задачами валеології є:

- розробка і реалізація уявлень про суть здоров'я, будову діагностичних моделей та методи його оцінки, а також прогнозування;
- кількісна оцінка рівня здоров'я майже здорової людини, його прогнозування, характеристики способу та якості життя; розробка на цій основі систем скринінгу та моніторингу за станом здоров'я індивіда, формування індивідуальних оздоровчих програм;
- формування "психології" здоров'я, мотивації до корекції способу життя індивідом з метою зміцнення його здоров'я;
- реалізація індивідуальних оздоровчих програм, первинна та вторинна профілактика захворювань, оцінка ефективності оздоровчих заходів.

