7.05.2020r.  
Temat: Wpływ stresu i snu na organizm człowieka  
Cele:  
-Poznanie znaczenia stresu i jego wpływu na człowieka  
-Poznanie znaczenia snu - jako odpoczynku,oraz norm snu dla poszczególnych grup wiekowych  
Zadania:  
1.Przeczytaj uważnie informacje w podręczniku na temat stresu s.185-186  
2.Zapisz w zeszycie temat i datę lekcji  
3.Wypisz w zeszycie informacje:  
a)STRES jest to reakcja ........................................  
b)STRES POZYTYWNY powoduje .....................................  
c)STRES NEGATYWNY sprawia ......................................  
d)Pod wpływem STRESU w organizmie zachodzą reakcje:(wypisz wszystkie reakcje z ilustracji s.185)  
4.Przeczytaj informacje na temat znaczenia snu dla człowieka s.186   
5.Odpowiedz pisemnie:  
a)Ile godzin snu na dobę potrzebuje nastolatek?  
b)Ile godzin Ty śpisz na dobę?