Ομάδα 4 – Φύλλο εργασίας

Γνωρίζοντας πώς λειτουργεί το ανθρώπινο σώμα, μπορούμε να αθληθούμε και να χαρούμε το φυσικό περιβάλλον με μεγαλύτερη ασφάλεια.

Απαντήστε στα παρακάτω ερωτήματα:

* Τι συμβαίνει στο σώμα μας όταν αθλούμαστε σε πολύ ζεστό περιβάλλον; Τι μηχανισμοί αναπτύσσονται;
* Τι συμβαίνει στο σώμα μας όταν αθλούμαστε σε μεγάλο υψόμετρο (π.χ. σε βουνό);
* Τι συμβαίνει στο σώμα μας όταν κάνουμε καταδύσεις σε μεγάλο βάθος;
* Ποιες προφυλάξεις παίρνουμε για καθεμία από τις παραπάνω περιπτώσεις;

Προτεινόμενες πηγές

* Διαδραστικό βιβλίο Βιολογίας Γ’ Γυμνασίου <http://ebooks.edu.gr/new/ebooks.php?course=DSGYM-C103>
* Διαδραστικό βιβλίο Φυσικής Αγωγής Α, Β, Γ Γυμνασίου [http://ebooks.edu.gr/modules/ebook/show.php/DSGYM-C108/378/2517,9723/](http://ebooks.edu.gr/modules/ebook/show.php/DSGYM-C108/378/2517%2C9723/)
* [www.onsports.gr](http://www.onsports.gr/)
* <http://www.iatronet.gr/askisi/gymnastiki-askisi/article/30522/athlitikoi-travmatismoi-kai-kryo-antimetwpisi-kryopagimatwn-kai-ypothermias.html>
* <http://www.iatronet.gr/ygeia/iatriki-ergasias/article/354/atmosfairiki-piesi-nosos-twn-dytwn.html>
* <http://www.hbo.gr/katad-medicine.html>

*Σημείωση*: η εργασία να είναι σε αρχείο word