*Извлечение информации, уровень 1*

Изучите диаграмму. **Запишите ответы на вопросы**:

1. Сколько часов рекомендуется спать подростку?

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

1. Является ли сон продолжительностью 9 часов нормой для пожилых?

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

1. Для каких возрастных групп продолжительность сна 8 часов входит в рекомендуемый диапазон?

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_



*Инструмент проверки*

|  |  |
| --- | --- |
| ответ | кол-во баллов |
| 1. 8-10 часов | 1 |
| 2. Да | 1 |
| 3. Подростки, молодые люди, взрослые, пожилые | 1 |
| **Максимально** | **3** |

*Источник*

<https://kladvsebe.ru/zdorove/skolko-nuzhno-spat-cheloveku.html>