

# ГИГИЕНА



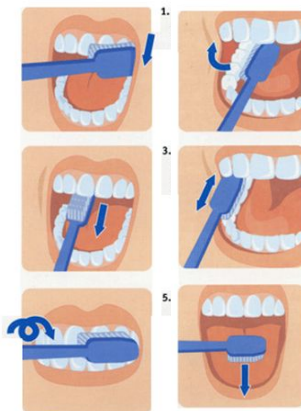
Выполнил:  
ученик 4 класса



**Гигиена - профилактическая медицинская наука, изучающая влияние факторов окружающей среды и производственной деятельности на здоровье человека.**



**Всегда мой грязные руки!!!**



**Правильно чистите зубы**

**Личная гигиена - это правила поведения человека в быту, на производстве, в школе и общественных местах - гигиеническое содержание тела, одежды и предметов домашнего обихода.**

**Нарушение требований личной гигиены может негативно сказаться на здоровье.**

# Правила гигиены в общественном транспорте



После выхода из транспорта **обязательно** протрите руки **влажной антибактериальной салфеткой.**



Во время эпидемии **наденьте маску!**



Лучше всего мойте руки, лицо и нос с мылом!!!

## Гигиенические правила рационального питания



**Полноценное и рациональное питание обеспечивает нормальное функционирование организма, нормальный рост, поддерживает работоспособность и физическую активность.**



## **Вопросы:**

1. Что называется личной гигиеной?

**Гигиеническое содержание тела, одежды и предметов домашнего обихода**

2. Что надо надеть на нос и рот во время эпидемии при поездке в транспорте?

**Маску**

3. Что надо обязательно сделать, когда вышел из транспорта?

**Протрите руки влажной антибактериальной салфеткой**



# Спасибо за внимание!

Источник информации:  
«Жить до 180 лет», автор Джустин Гласс