

# Загадка

Тело сверху прикрываю,  
Защищаю и дышу.  
Пот наружу выделяю,  
Температурой тела руковожу.

Кожа

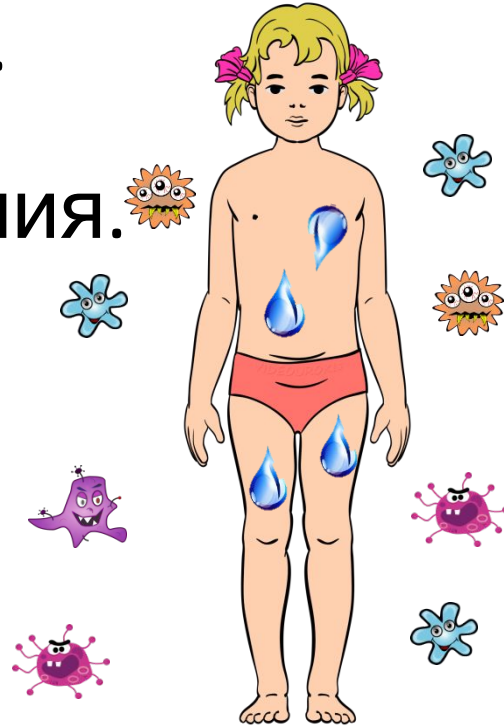


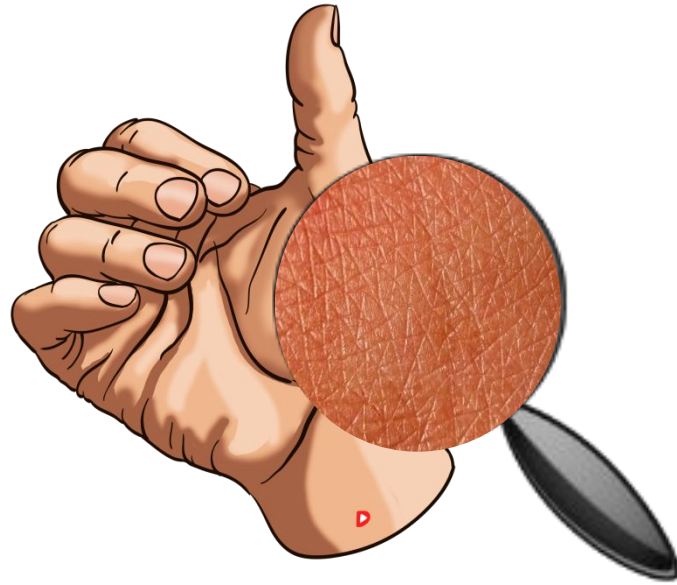
**Кожа-надёжная  
защита  
организма**

Наружный покров нашего тела  
представлен **кожей**.

**Кожа** – орган осязания.

Главная «забота»  
кожи – **защита**  
внутренних частей  
тела.



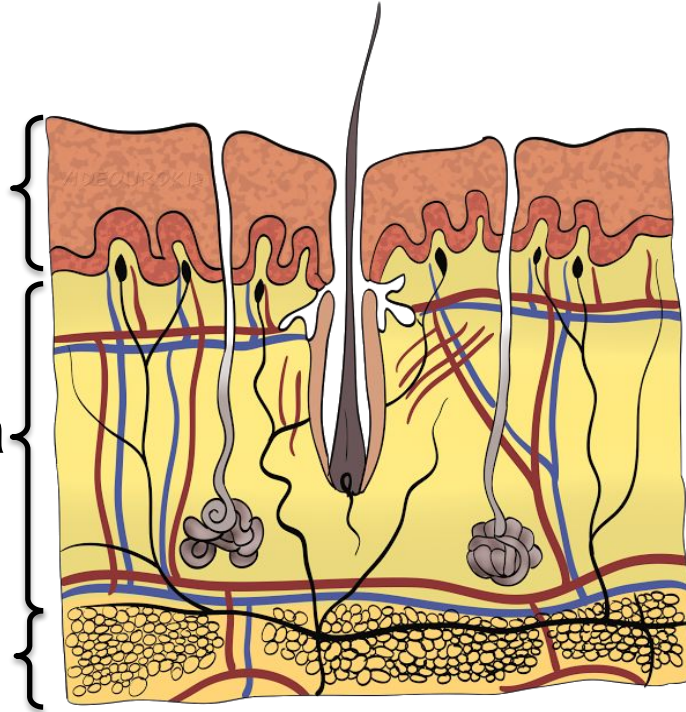


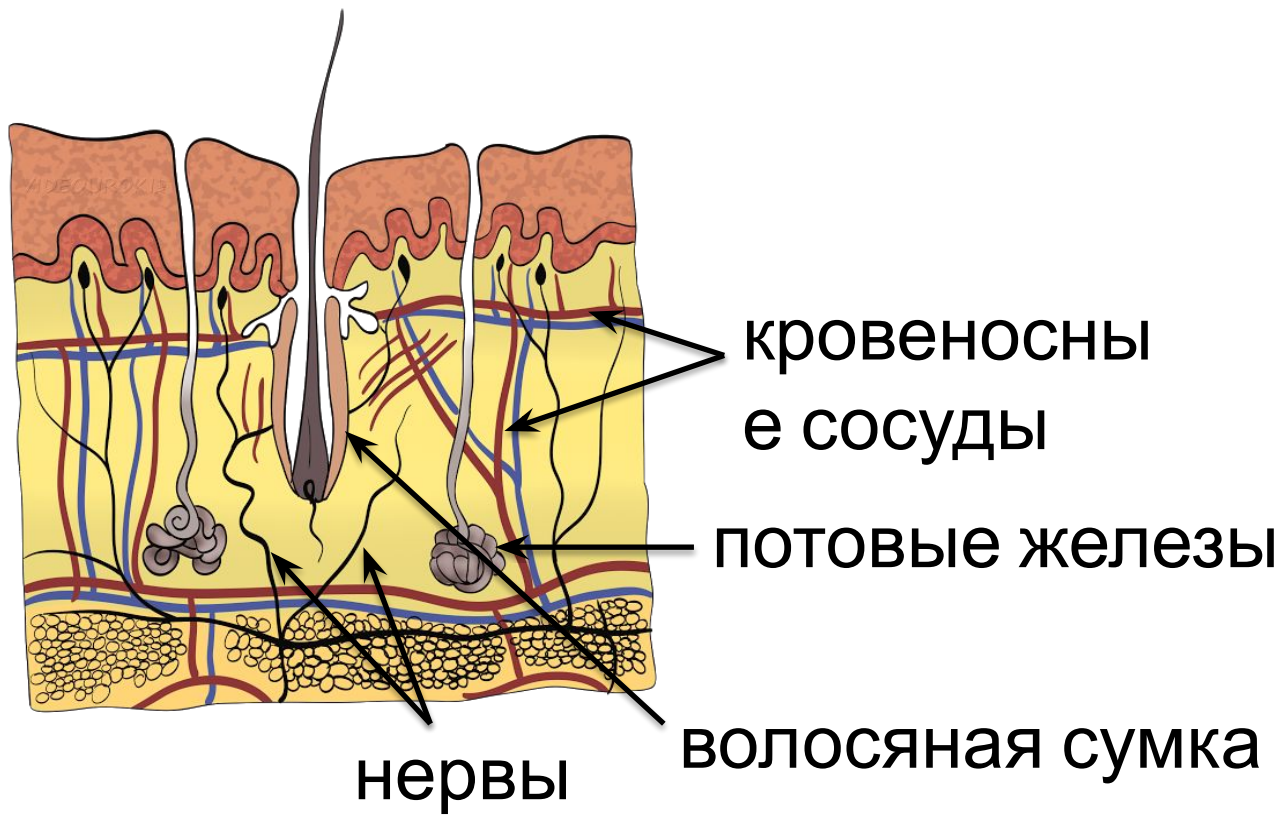
Поверхность кожи покрыта  
мельчайшими отверстиями – **порами**.

# Строение кожи

наружная  
оболочка (защитает кожу от  
повреждений)

сама кожа





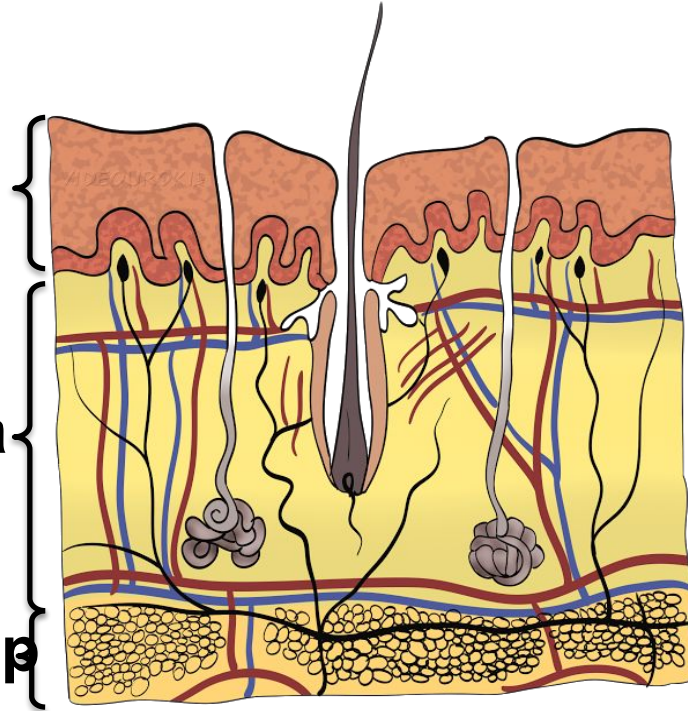


# Строение кожи

наружная  
оболочка (защитит кожу от  
повреждений)

сама кожа

подкожный жир



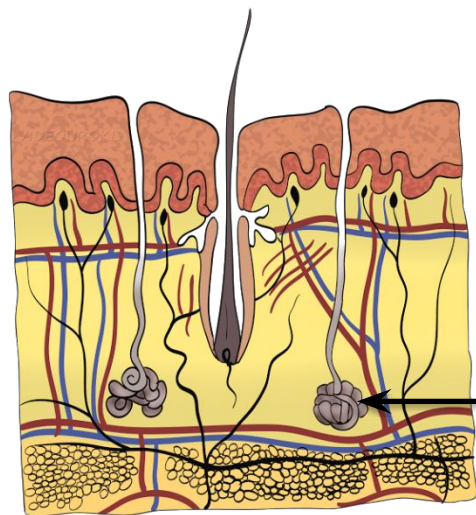




Кожа прочная  
и упругая.



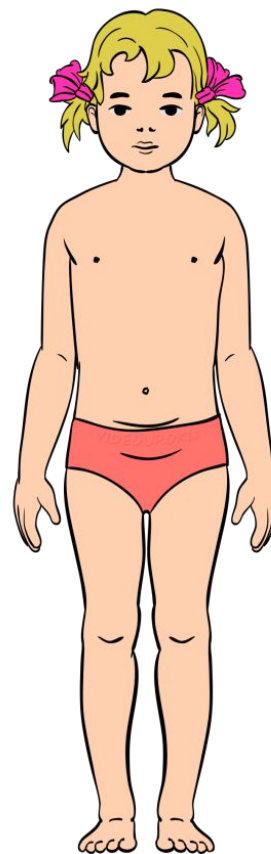
Через поры  
кожи  
выделяется



**ПОТ**



**ПОТОВЫЕ  
ЖЕЛЕЗЫ**



**Пот** – водянистая  
жидкость, солоноватая на  
вкус.

испарение

пота



охлаждение

кожи

испарение

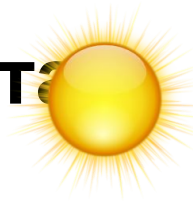
пота



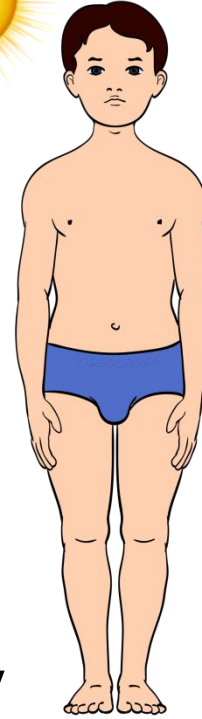
выделение

вредных веществ

# Кожа – надёжная защита



- ✓ водонепроницаема;
- ✓ защищает от солнечной радиации;
- ✓ она прочная, мягкая и упругая;
- ✓ поддерживает постоянную температуру тела.



**Чистая кожа – залог  
здоровья.**



Доктор, доктор, как нам быть

Уши мыть или не мыть?

Если мыть, то как нам быть?

Часто мыть или пореже?

Отвечает доктор: — ЕЖЕ! —

Отвечает доктор гневно: — ЕЖЕ

—

**ЕЖЕДНЕВНО!**



# Правила гигиены



Мой всё  
тело мылом  
и мочалкой  
раз в  
неделю.



Лицо, уши и  
шею мой 2  
раза в день  
(утром и  
вечером).



Мой руки  
перед едой.



# Правила оказания первой помощи при повреждениях

рана

царапин

а

ссадина

порез

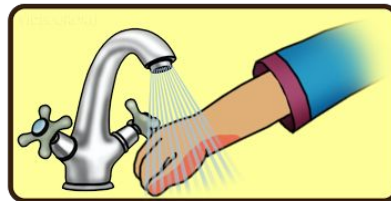




ушиб

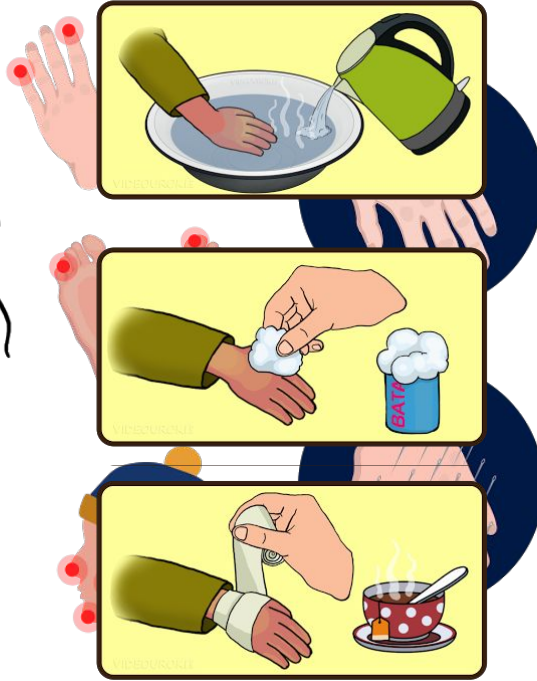


ОЖОГ



# обморожени

е





Если рана, ушиб, ожог,  
обморожение большие,  
**нужно немедленно**  
**обратиться к врачу!**



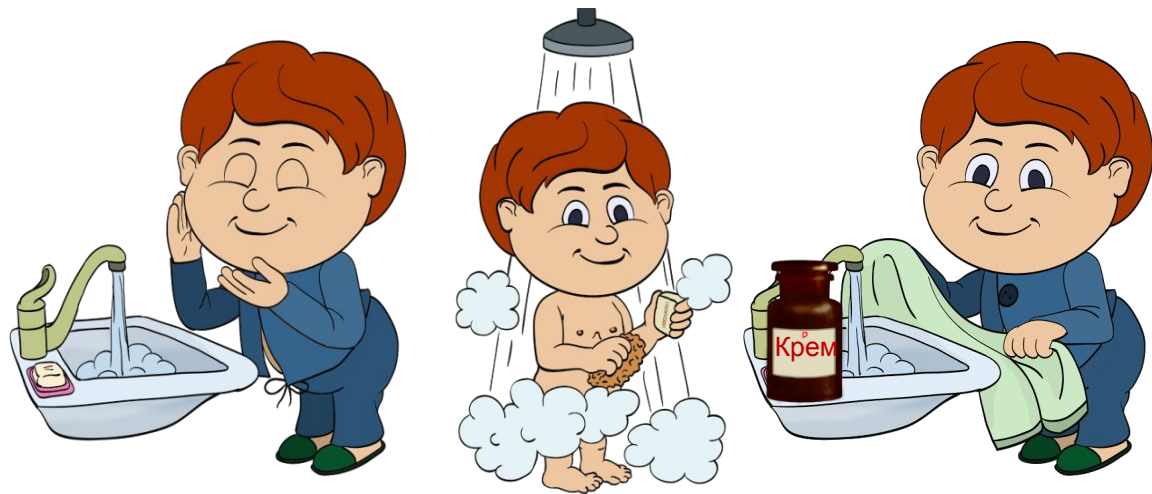
**Кожа** – наружный покров  
человека.

Она **защищает** организм  
от:

- ✓ повреждений;
- ✓ жары и холода;
- ✓ бактерий.



За кожей необходимо **ухаживать**.



**Чистота кожи – залог  
здоровья.**