

Гигиена

**Педагог дополнительного
образования**

Ерохина Т. В. 2020г.

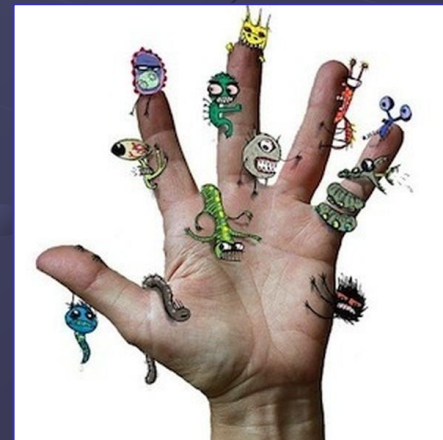
Гигиена – раздел медицины, изучающий, как сохранить здоровье, а так же система действий, направленная на поддержание чистоты.

Друзжи с водой.

Послушайте «Сказку о микробах».

- Жили-были **микробы**-разносчики разных болезней. Больше всего на свете они любили грязь. Чем грязнее, тем им было приятнее и тем больше их становилось. Вот на столе кто-то оставил немытые тарелки, крошки, кусочки хлеба. Тут как тут муха. А на ее лапках сотни микробов, особенно если она прилетела с помойки. Муха улетела, а микробы остались лежать на столе –на тарелке, на ложках, на хлебе и думают: **«КАК ХОРОШО, ЧТО НА СВЕТЕ ЕСТЬ ГРЯЗНУЛИ И МУХИ»**.И стало микробам раздолье. И на руки можно попасть, и в рот к человеку. А там уж и до болезни рукой подать!

- Подумайте , что в этой сказке правда , а что вымысел ?
- Что помогает нам победить микробов ? (вода)



- Раз в неделю мойся основательно.
- Утром, после сна, мой шею, уши, руки, лицо.
- Каждый день мой ноги и руки перед сном
- Обязательно мой руки после уборки комнаты, туалета, игры, прогулки, общения с животными и т. д.



МОЕМ РУКИ правильно!



1
Ладонка
об ладонку



2
Между пальчиков



3
Тыльные
стороны ладоней



4
Моем пальчики



5
Моем пальчики
с внешней стороны



6
Не забываем
про ногти



7
Моем запястья



8
Смываем мыло,
вытираемся насухо!

Не забывайте мыть руки:



после туалета



после кашля
или чихания



после игры
с животными



после улицы



перед едой

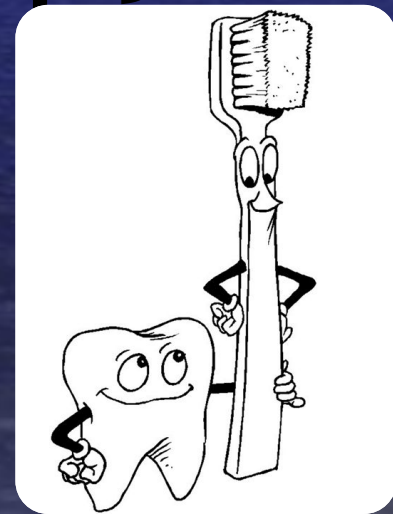


Расшифруйте анаграммы, и вы узнаете помощников чистоты:

- **млоы**
- **щтёка**
- **лмочака**
- **лотенпоец**
- **ашпумнь**

Расшифруйте анаграммы, и вы узнаете помощников чистоты:

- млоы (мыло)
- щтёка (щётка)
- лмочака (мочалка)
- лотенпоец (полотенце)
- ашпумнь (шампунь)





Правило от Мойдодыра.

Гигиену очень строго нужно соблюдать всегда,

Под ногтями грязи много, хоть она и не видна.

Грязь микробами пугает, ох, коварные они!

Ведь от них заболевают люди в считанные дни.

Если руки моешь с мылом, то микробы поскорей

Прячут под ногтями силу и глядят из-под ногтей.

И бывают же на свете, словно выросли в лесу,

Непонятливые дети: ногти грязные грызут.

Не грызите ногти, дети, не тяните пальцы в рот!

Это правило, поверьте, лишь на пользу вам пойдёт!

**Помни главное
условие:**

