Гигиена

Педагог дополнительного образования

Ерохина Т. В. 2020г.

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

Дружси 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.

Мо I М РУК правильно!



Ладошка об ладошку



Между пальчиков



Тыльные стороны ладоней



Моем пальчики



Моем пальчики с внешней стороны



Не забываем про ноготки



Моем запястья



Смываем мыло, вытираемся насухо?

Не забывайте мыть руки:



после туалета



после кашля или чихания



после игры с животными



после улицы



перед едой



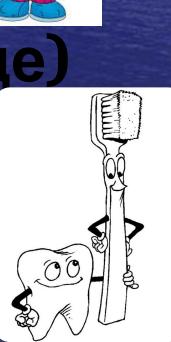
Расшифруйте анаграммы, и вы узнаете помощников чистоты:

- □ млоы
- 🛮 щтёка
- П лмочака
- 🛮 лотенпоец
- П 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:

