

Тема «Бережём здоровье»

Цель: дать детям элементарные представления об инфекционных болезнях и их возбудителях (микробах и вирусах), научить детей заботиться о своем здоровье, избегать ситуаций, приносящих здоровью вред, воспитывать заботливое отношение к окружающим и своему организму.

Предварительная работа: чтение Г. Остер « Петька – микроб».

Ход занятия: ребята, сегодня мы с вами поговорим о микробах. Как вы думаете, что такое микробы? Микробы бывают полезные и вредные, вредных микробов еще называют вирусами. При чихании, кашле больной человек разбрызгивает множество капелек, которые разлетаются на большое расстояние и могут долго находиться в воздухе, вместе с воздухом другие люди их вдыхают и могут тоже заболеть. Капельки опускаются даже на различные предметы и пищу. Поэтому при чихании и кашле не надо забывать прикрывать нос и рот рукой или носовым платком, чтобы не заболели другие люди.

Микробы есть повсюду, но они очень маленькие. Их можно увидеть только под микроскопом. Защитой от вредных микробов служит наша кожа, если на ней нет ранок, царапин, через которые вредные невидимки могут проникнуть внутрь организма. А чтобы этого не произошло надо ранку или царапину сразу же помазать зеленкой, она уничтожает вредных микробов. Послушайте такое стихотворение.

«Зеленка»

Давным-давно случилось то событие.

Один ученый кончил десять школ

И совершил ужасное открытие:

Зеленую зеленку изобрел.

С тех пор зеленку продают в аптеке,

Чтоб ею рисовать на человеке,

Хоть и не всем к лицу зеленый цвет.

Царапины зеленкой мажут, чтобы

Там не бродили вредные микробы.

Полезным - тоже от зеленки вред.

Разбил коленку – мажь зеленкой сразу,

Она прогонит разную заразу,

Но не забудь сказать такую речь:

«Полезные микробы отойдите,

Детей своих отсюда уводите,

Сейчас сюда зеленка будет течь».

Много вредных микробов на земле, в магазинах, базарах, в подъезде, на ручках, перилах, на не мытых овощах, фруктах. Мы с вами читали рассказ « Петька-микроб». Где жили микробы? (В капле воды). Что надо делать, перед тем как пить воду? (Кипятить, чтобы убить вредных микробов). А что

надо делать перед тем, как кушать овощи или фрукты? Много вредных микробов на деньгах, поэтому тщательно мойте руки, если держали их в руках. Когда еще мы моем руки?

Как вы считаете, какие важные правила надо соблюдать, чтобы не заразиться и не занести инфекцию в наш организм?

1. Когда чихаем, кашляем прикрываться носовым платком.
2. Не забывать мыть руки с мылом перед едой, после улицы, после туалета.
3. Тщательно мыть овощи и фрукты.
4. Не пить сырую воду.
5. Ранки, царапины не мыть, а сразу обрабатывать зеленкой.
6. Чтобы организм был крепким, здоровым и быстрее справлялся с болезнями надо заниматься спортом, делать зарядку, кататься на лыжах, плавать, закаляться.