

Вопросы:

- 1. Кто такие микробы?**
- 2. Где находятся микробы?**
- 3. Способы борьбы с микробами?**

Отгадай!

РЕ

СТУ

ГИСЬ

БЕ



ПРО

ДЫ

БЕРЕГИСЬ

ПРОСТУДЫ!



Простуда—

охлаждение организма,
являющееся причиной
разных заболеваний.

Основные симптомы простуды:

- Болит горло.
- Начинается кашель.
- Мёрзнут руки, ноги.
- Человек быстро устаёт, ему хочется спать.
- Повышается температура.

Какие болезни относятся к простудным?

- Ангина
- Воспаление лёгких.
- Бронхит.
- Грипп.

Причины простудных заболеваний?



Переохлаждение



Какие причины простуды мы знаем?

- Не одеваемся по погоде.
- Промокнув или вспотев, сразу не переодеваемся в сухое.
- Не просушиваем мокрую обувь и одежду.
- Не проветриваем комнату.
- Сидим под открытой форточкой.
- Пьем холодную и сырую воду.

Лечение при простудных заболеваниях

- 1 Обратиться к врачу;
- 2 Принимать лекарства под наблюдением взрослых;
- 3 Соблюдать постельный режим;
- 4 Чаще пить морсы, чай с вареньем, приготовленные родителями травяные настои.



Профилактика простудных заболеваний с помощью народной медицины



blog-travuscka.ru

Запрещено!!!

1. Без ведома взрослых принимать лекарства, пить травяные настои;
2. Нарушать постельный режим.



Что нельзя делать при простуде

- Нельзя гулять.
- Ходить в школу.
- Смотреть телевизор.



Почему надо опасаться простуды?

- Организм становится беззащитным перед опасными микробами.
- Простуда может дать осложнение, вызвать другое заболевание.



Как избежать простуды?

- 1 Не переохлаждаться.
- 2 Соблюдать правила личной гигиены.
- 3 Не ходить в мокрой одежде и обуви.
- 4 Делать зарядку, закаляться.
- 5 Кушать больше овощей и фруктов, укрепляющих защитные силы организма.
- 6 Меньше общаться с людьми, которые чихают и кашляют.
- 7 Не есть снег и сосульки.



- Проветривать помещение.
- Делать влажную уборку.
- Носить защитную повязку на лице.





БАВУБЛОГ

А ВАМ СЛАБО?

babyblog.ru/user/КПУСТУНА



Домашнее задание:

1. В учебнике стр. 77-79,

читать

2. ТПО 66, 67.

Сегодня на уроке:

Я узнал(а)...

Для меня было удивительным...

Я понял, что никогда не буду...

Открытием для меня стало...



**БУДЬТЕ
ЗДОРОВЫ!**