

# УРОК ЗДОРОВЬЯ 1 КЛАСС

## Зачем человеку кожа



Занятие 12

# Проведение опытов

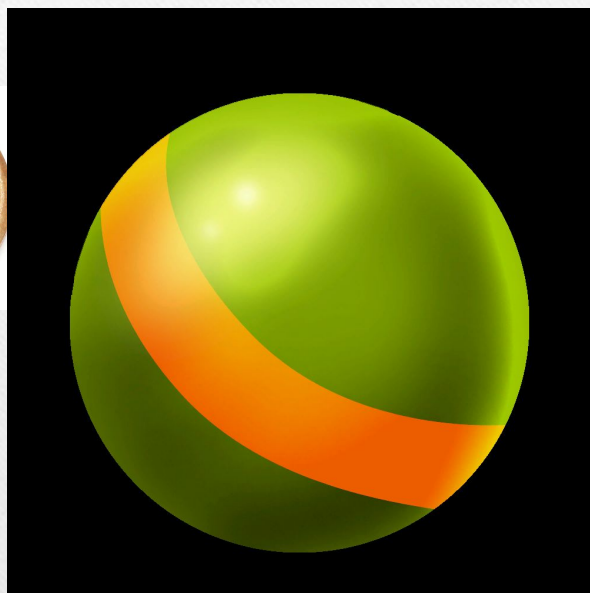


- *Вывод:* кожа очень важна для нашего организма. Она помогает человеку почувствовать тепло, холод, жару, мороз, боль, в какой-то мере заменяет глаза.



С закрытыми глазами, на ощупь,  
что мы можем определить?

## ОСЯЗАНИЕ









кожа

эпидермис

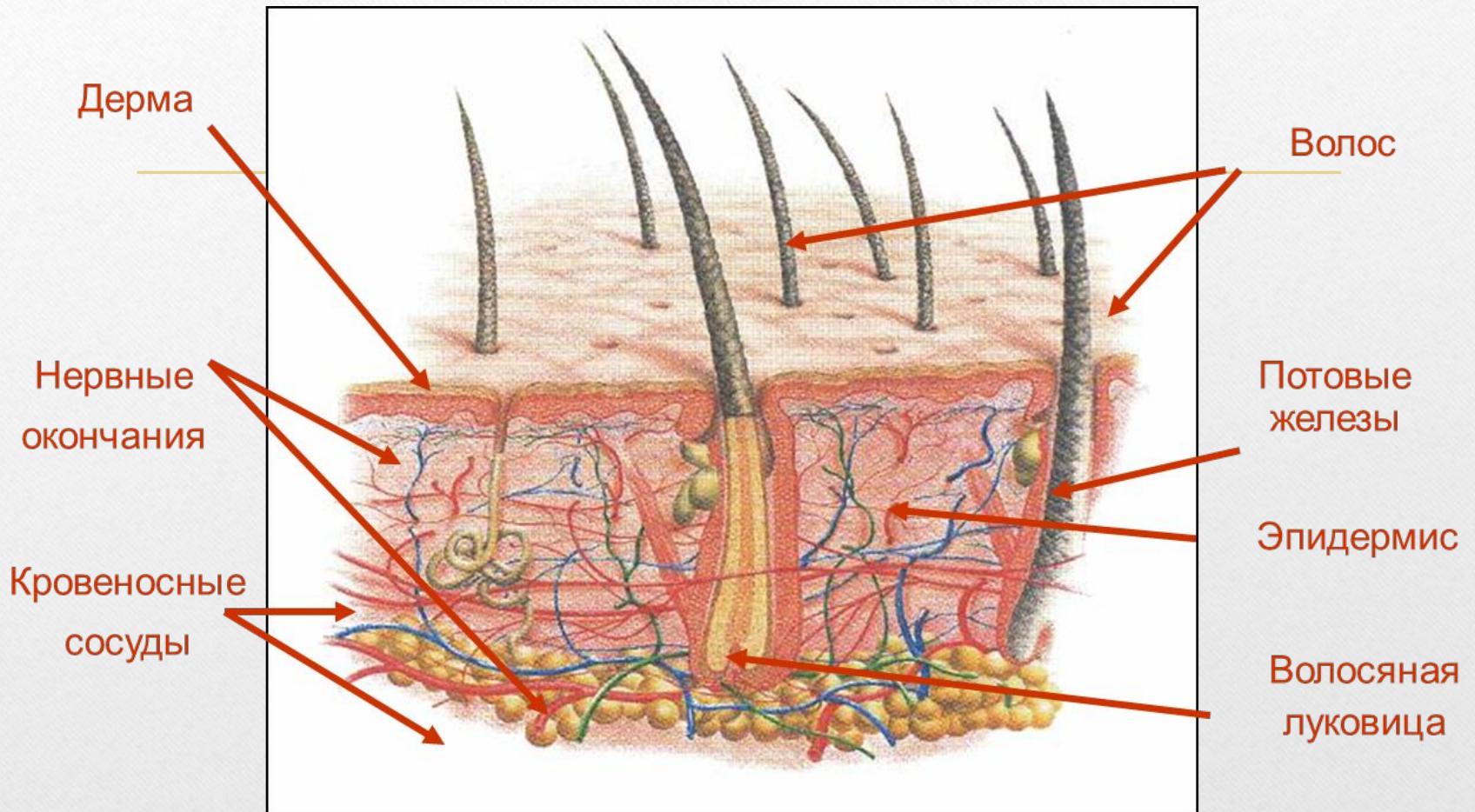
гиподерма

дерма





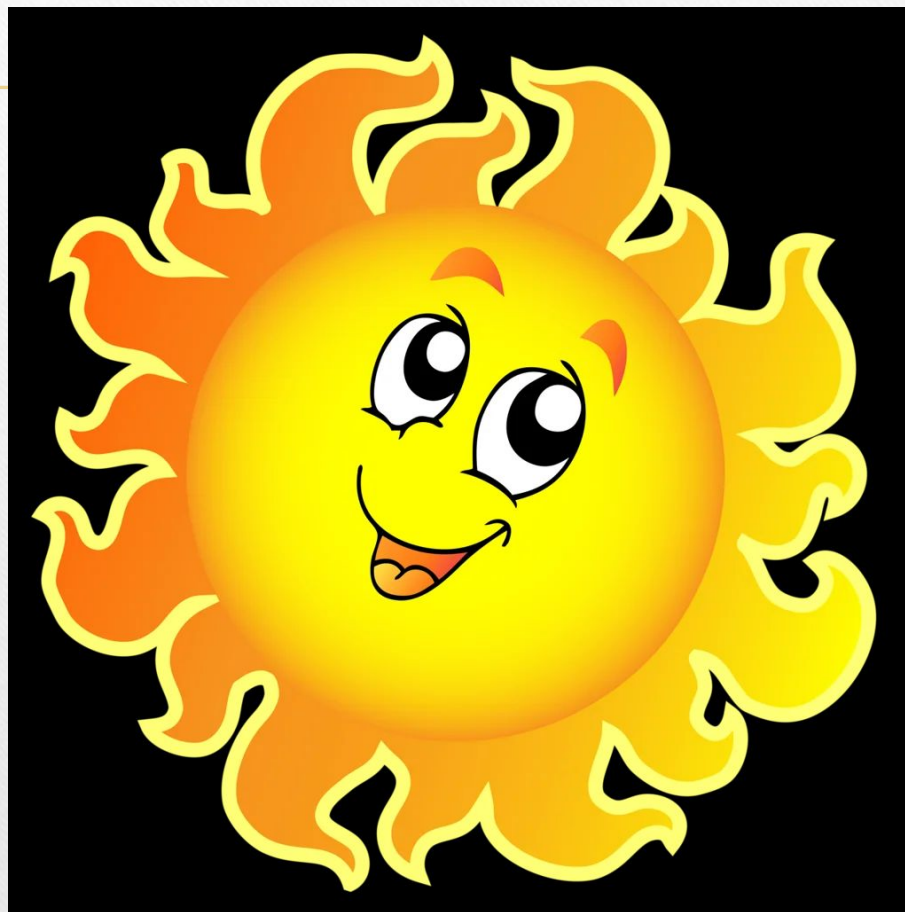
# Строение кожи





# Оздоровительная минутка

## «Солнышко»





# Правила ухода за кожей

- 1. Каждую неделю мыть тело горячей водой с мылом.
- 2. Мыть руки каждый день после загрязнения.
- 3. Охранять кожу от ожогов, порезов, ушибов.
- 4. Носить свободную одежду и обувь.
- 5. Закаляться(обтирание, душ).



# Пигмент определяет цвет КОЖИ





# **Альбиносы – люди с отсутствием пигмента**





***Кожа с возрастом меняется.  
Она стареет.***





**Чистота – залог здоровья!**





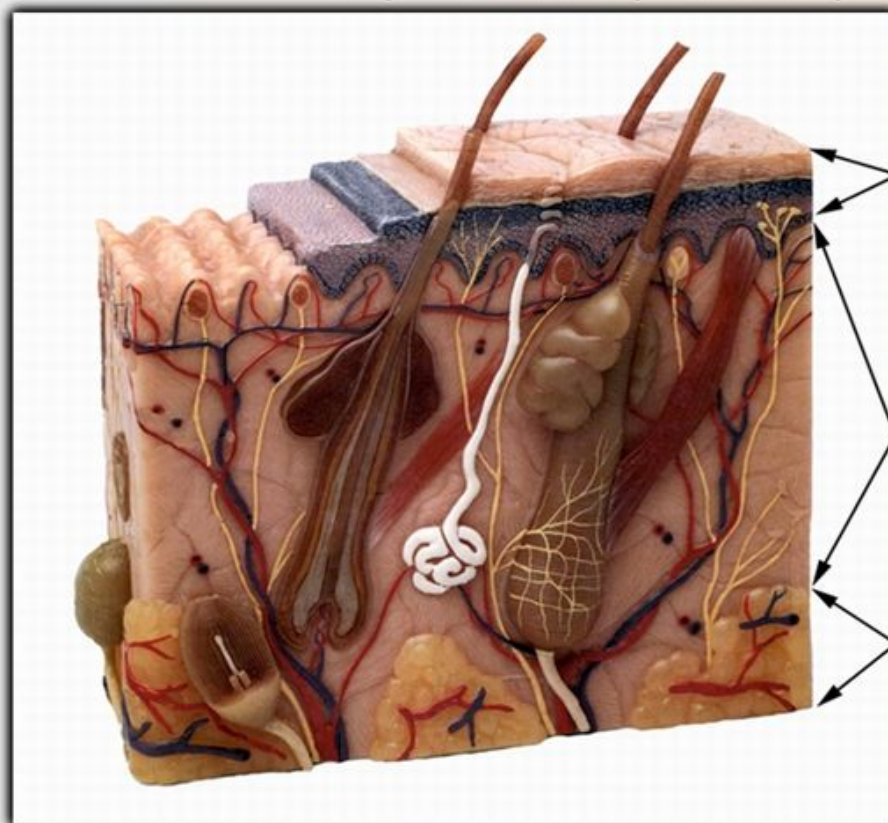


# Из скольких слоёв состоит кожа?

5

3

2



эпидермис

дерма

гиподерма  
(подкожная  
жировая  
клетчатка)





## Кожа – это ...

- о) наружный покров человека;
- б) внутренний орган;
- в) это обёртка человека







# Благодаря чему кожа всегда мягкая?

- ❖ **ПОТОВЫМ ЖЕЛЕЗАМ**
- ❖ **ПОРАМ**
- ❖ **САЛЬНЫМ ЖЕЛЕЗАМ**







## Кожу надо мыть...

- по мере необходимости
- перед сном
- МОЖНО И НЕ МЫТЬ





**Чистота - залог  
здоровья!**





# Будьте зд

---

