

УРОК ЗДОРОВЬЯ 1 КЛАСС

Зачем человеку кожа



Занятие 12

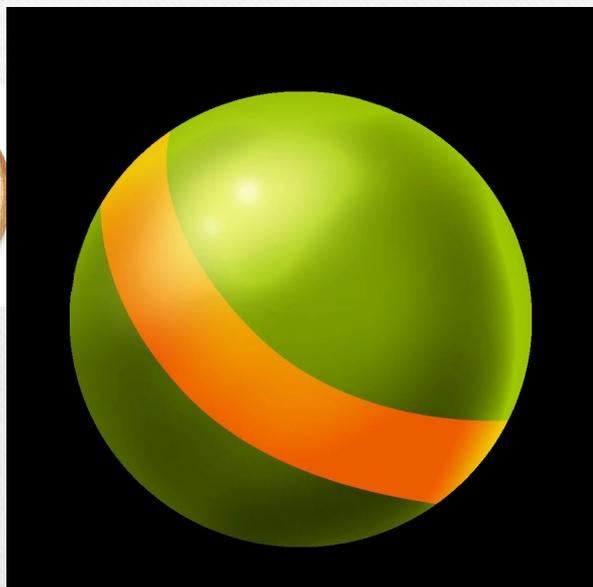
Проведение опытов



- *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

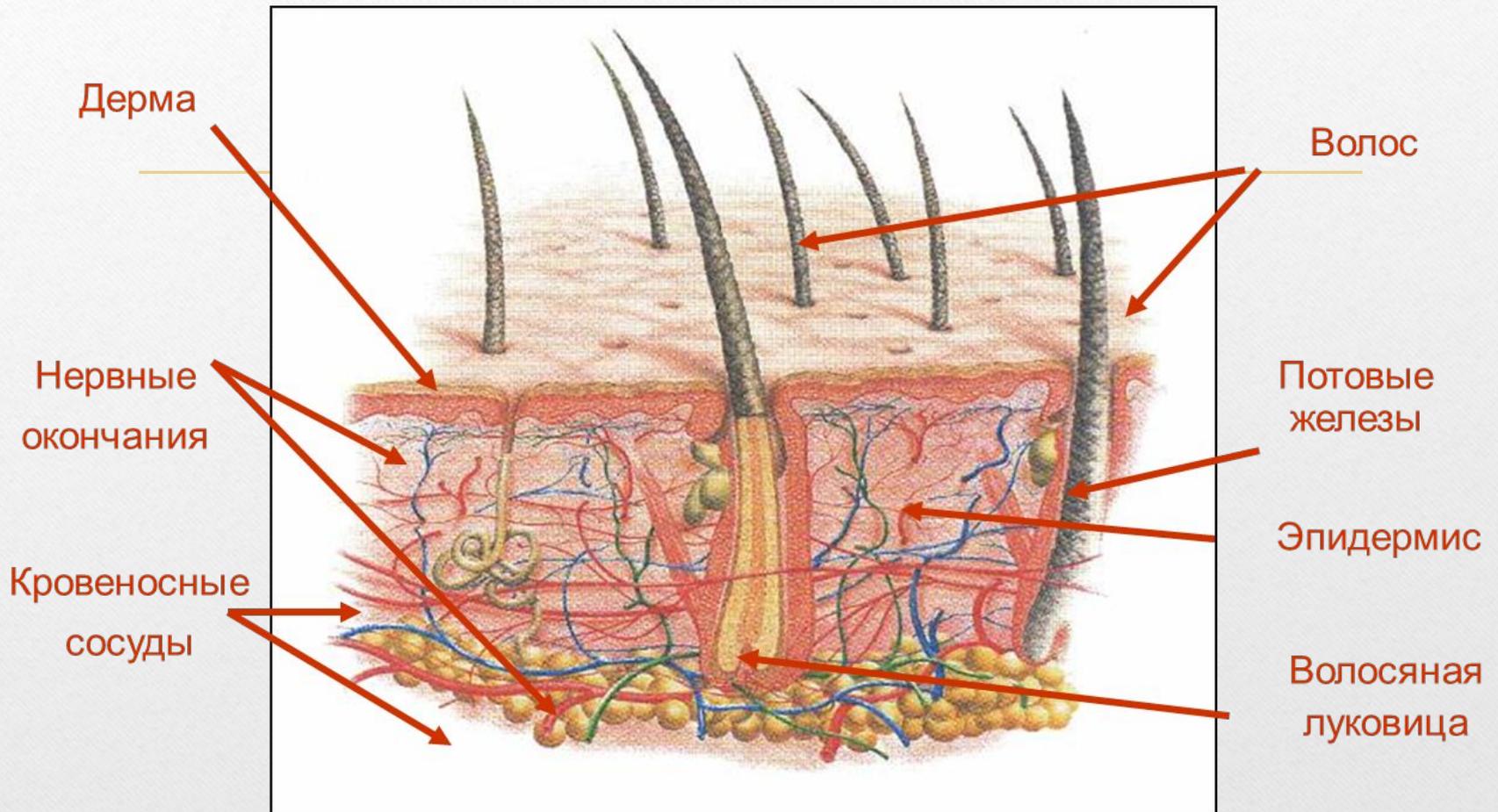
эпидермис

гиподерма

дерма

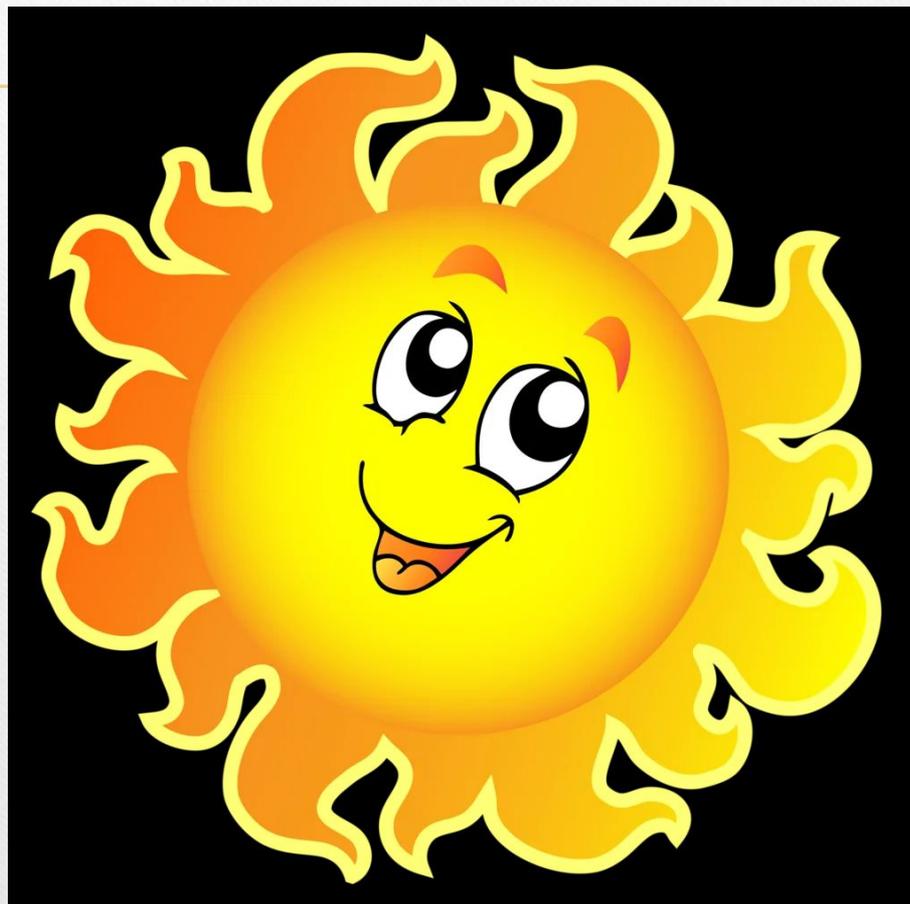


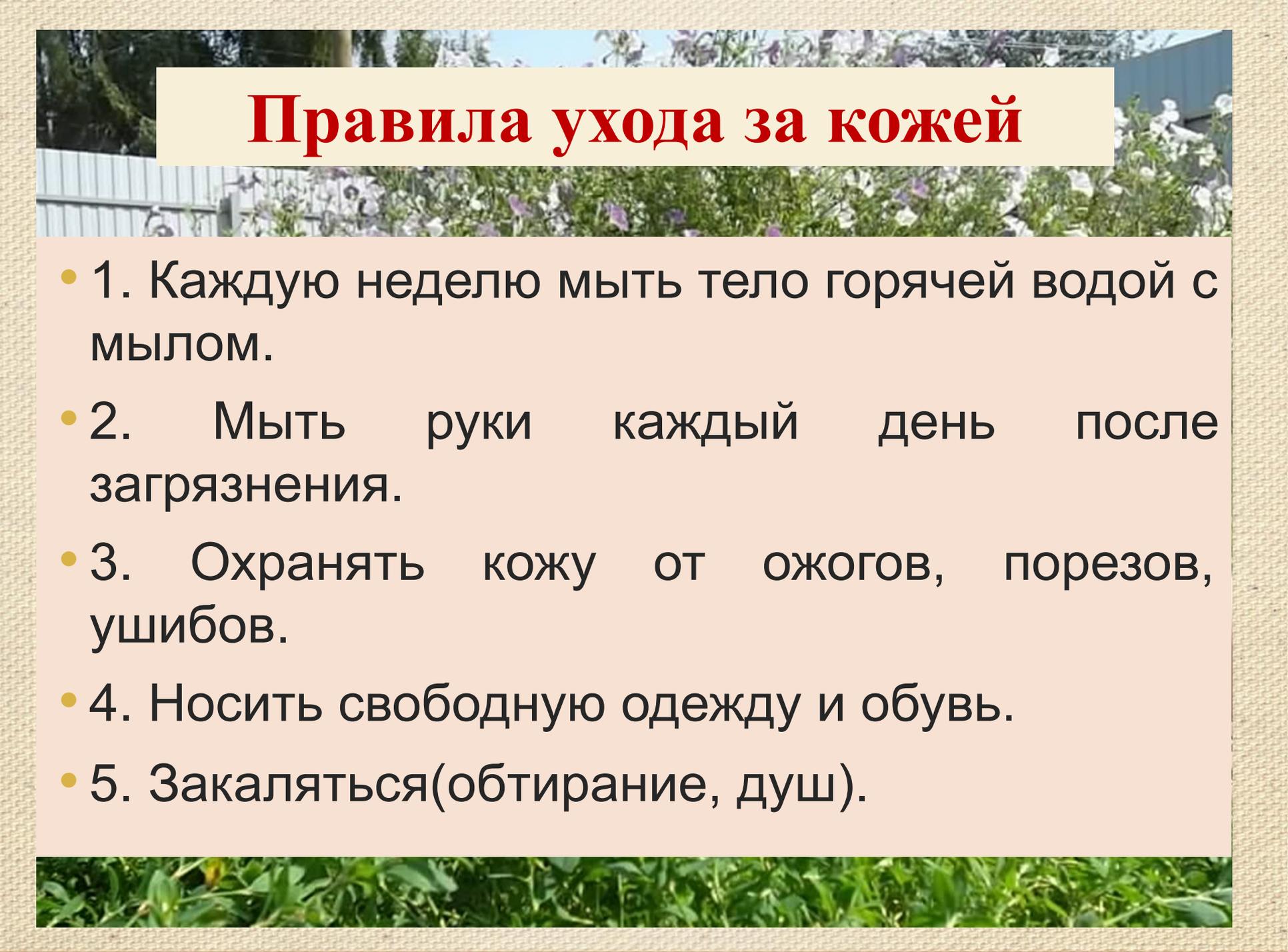
Строение кожи



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!



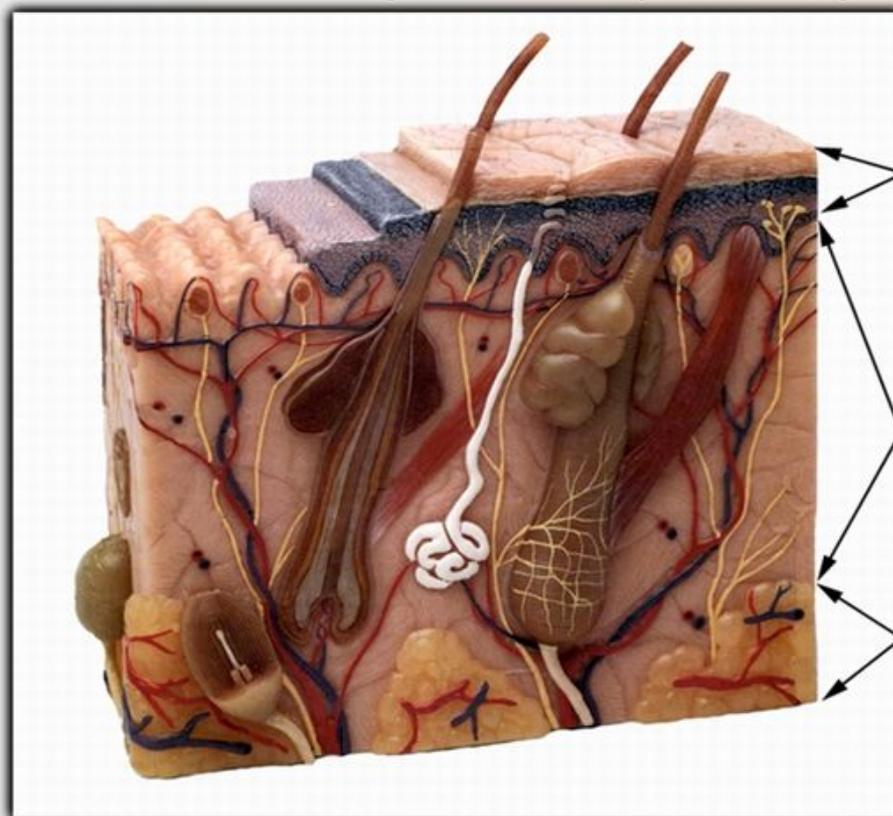


Из скольких слоёв состоит кожа?

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**





Кожа надо мыть...

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



**Чистота - залог
здоровья!**



Будьте зд

