

# Чистота – залог здоровья.



Борисова Наталья  
Ученица 2 класса В  
Гимназии №18

Руководитель  
Зинатулина  
Оксана Владимировна

Крошечные организмы вызываемые болезни называются -микробами. Их можно увидеть только с помощью микроскопа.



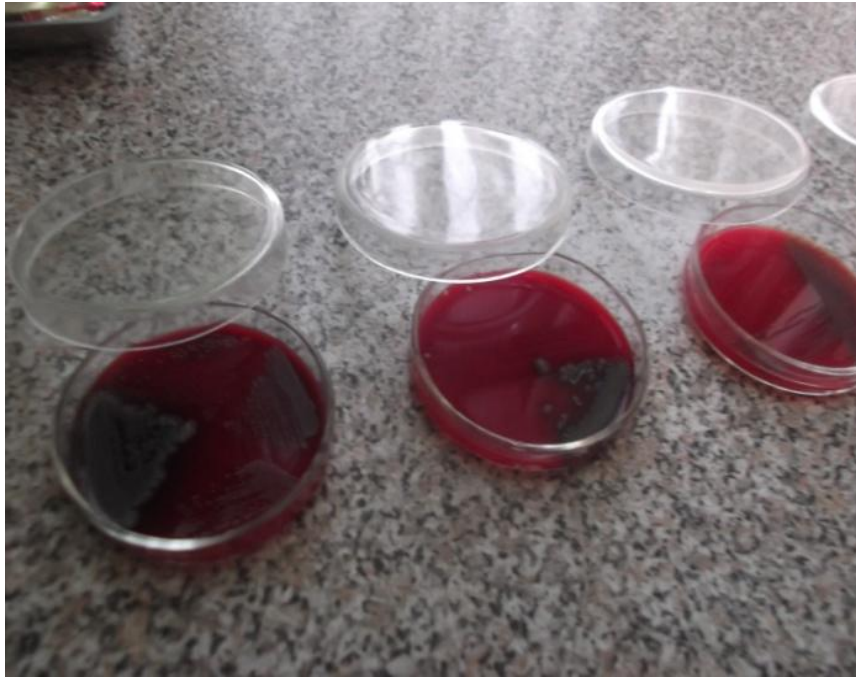
Самые известные типы микробов, выделяемые микробиологами – это бактерии, плесени, актиномицеты и дрожжи.



Ученые нашли приемы выращивания, или, как говорят, культивирования, микробов



Выращивают микробов в специальной питательной среде — на мясных и рыбных бульонах и отварах. В бульон добавляют желатин или агар-агар; в этом случае питательная среда приобретает вид студня. На поверхности студня тончайшим слоем размазывают каплю с разведенной в ней почвой или другим веществом, в котором обитают микробы.



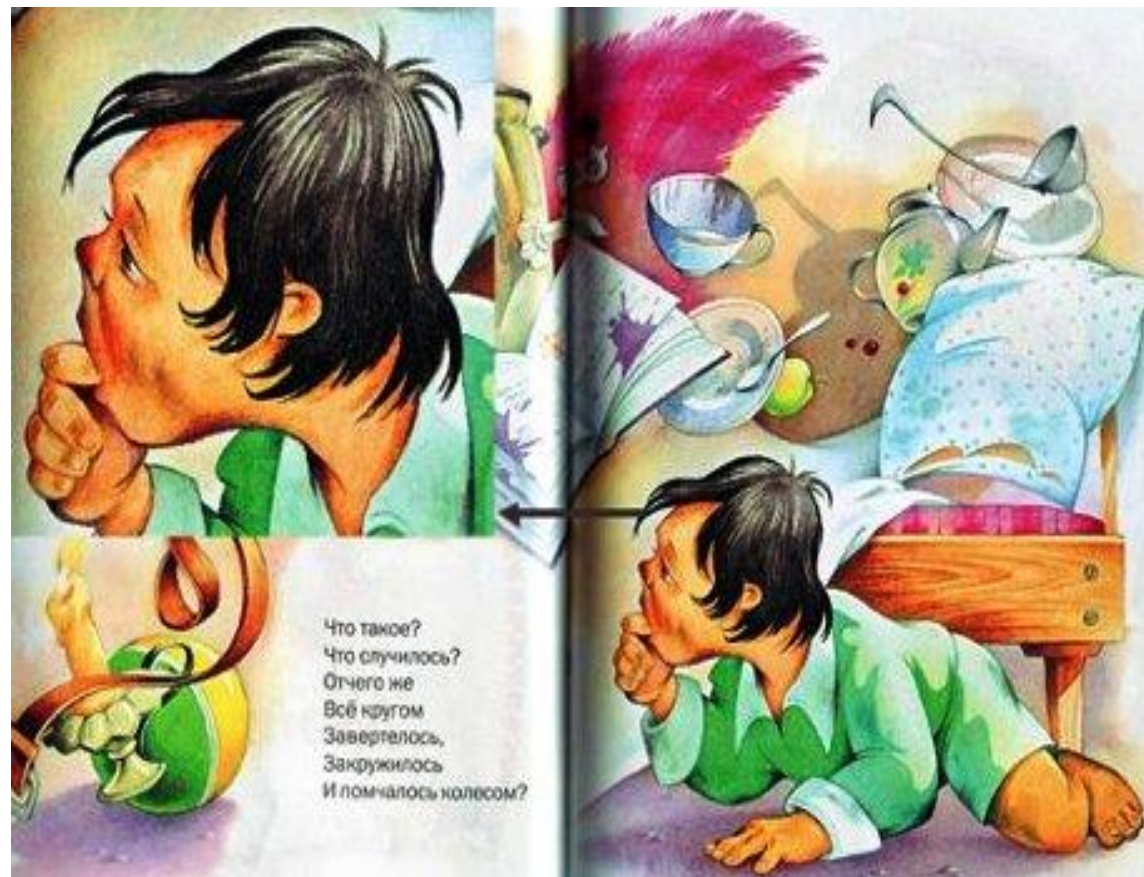
Посевы на питательную  
среду



Питательные среды с посевами выращивают и хранят в термостатах - приборы, где поддерживается постоянная температура



Настырные микробы используют любую лазейку, чтобы попасть в твой организм и начать там размножаться.



Для каждого человека самым ценным является его здоровье. Если ты здоров, легко справишься с любым делом. Купить здоровье невозможно. Его необходимо беречь и укреплять. Для этого нужно:

соблюдать режим дня;

правильно питаться;

чистить зубы, умываться и причёсываться;

принимать душ после сна — утром и перед сном — вечером;

раз в неделю мыться с мылом и мочалкой в ванне или под душем;

регулярно стричь ногти и волосы;

следить за чистотой своей одежды и обуви;

чередовать учёбу с отдыхом.

Ежедневные прогулки на свежем воздухе, зарядка, занятия спортом

закаливание укрепляют твоё здоровье.

Хорошее настроение помогает сохранить здоровье.



## Загадки

Как в лесу обойтись без мыла? (Трутовики, “Собачье мыло”, “зола”, “Мыльнянка”).

Чем почистить зубы в лесу? (Древесным углём, мятой, расщепленной веточкой сосны, ели, дуба).

Какое дерево избавляет ноги от пота, запаха, трещин? (Кора дуба).

Сок этого растения используют вместо йода, для выведения бородавок, настоем из него умываются, моют голову. (Чистотел).

Листья и корни этого растения используют при ушибах от боли.  
(Подорожника, лопуха).

Листья этого растения обжигают нас. Сок из листьев этого растения спасает нас. Весной его используют на суп. Голову мыть его отваром – волосы растут.

(Крапива – кровоостанавливающее, витаминное средство, ускоряет рост волос).

Волосы, вымытые в отваре этого растения, приобретают золотистый оттенок, а при умывании кожа становится нежной, бархатистой. (Ромашка).

Почему нельзя гладить незнакомых собак, кошек?

(Возможно заражение яйцами глистов, блохами, лишаями)



# Микроб

Жил да был один микроб,  
Явный замарашка.  
У него был грязный лоб,  
И в грязи рубашка.

У него была жена -  
Серая микроба.  
Собирала пыль она  
Для еды на пробу.

Даже дочери у них -  
Вредные бациллы -  
Вызывали громки чих  
И боялись мыла.

У микробов был свой дом  
На моей ладошке.  
Жили в нём они ладом  
С мышками и кошкой.

Но однажды в микроскоп  
Я их обнаружил.  
Долго мылом руку скрёб,  
Чтоб идти на ужин.

Стала чистой как сугроб  
Белая ладошка.  
Где теперь живёт микроб?  
Может у Серёжки?