

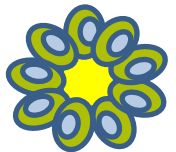


 More Healthy

# Надёжная защита организма

**Составила: Елисеева А.С,  
учитель начальных классов**

# Органы чувств:



**язык**

**орган зрения**

**глаза**

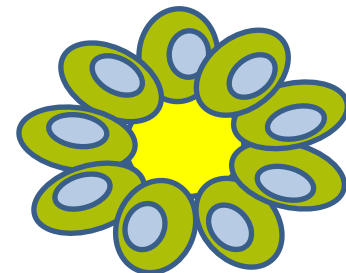
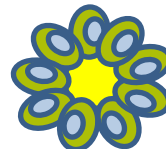
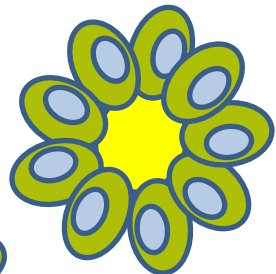
**орган слуха**

**уши**

**орган обоняния**

**нос**

**орган вкуса**



*Мы в нее зимой и летом  
С головы до ног одеты,  
Даже на ночь снять не можем,  
Потому что это...*

**Кожа – надежная  
защита организма.**

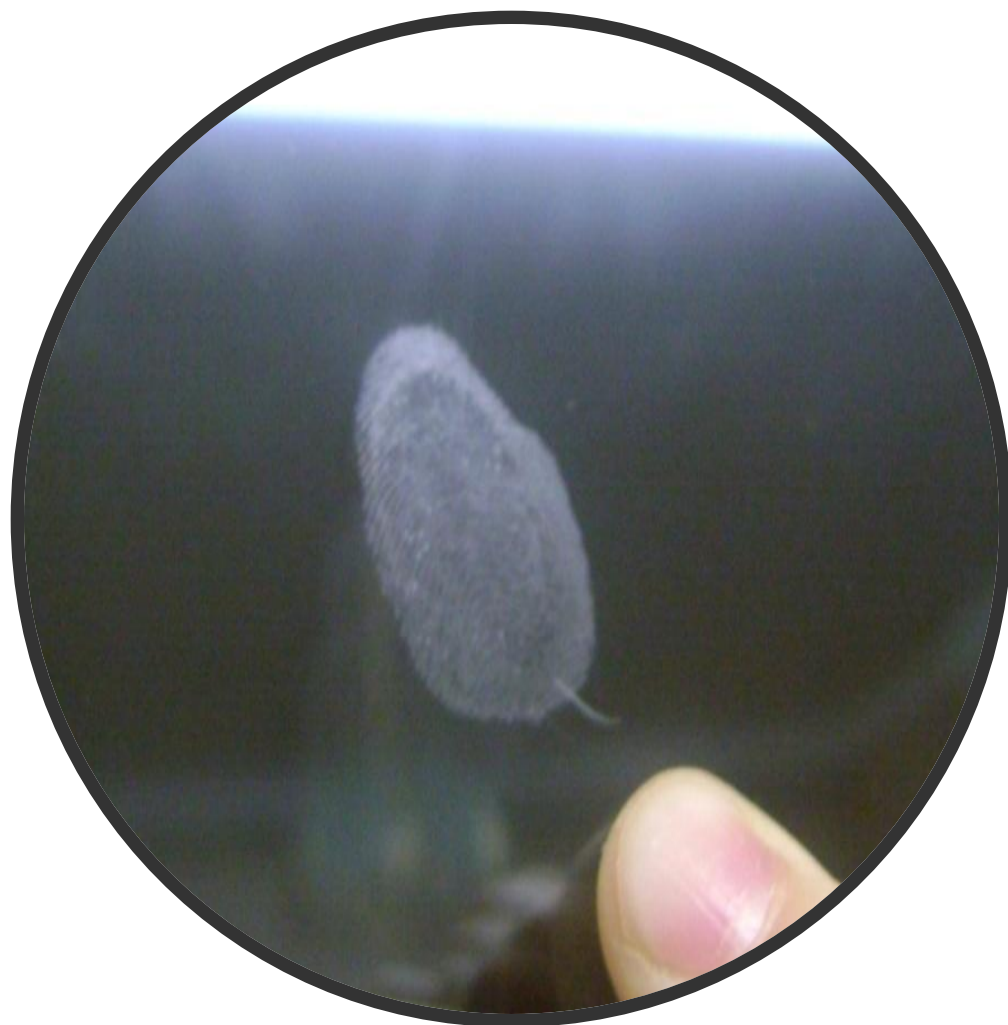
# Практическая работа



## Опыт 1

Рассмотрите кожу своей руки. Потрогайте её, потяните. Какая она?

Вывод: Кожа – мягкая, упругая, прочная, тонкая – мы видим сосуды.



## **Опыт2**

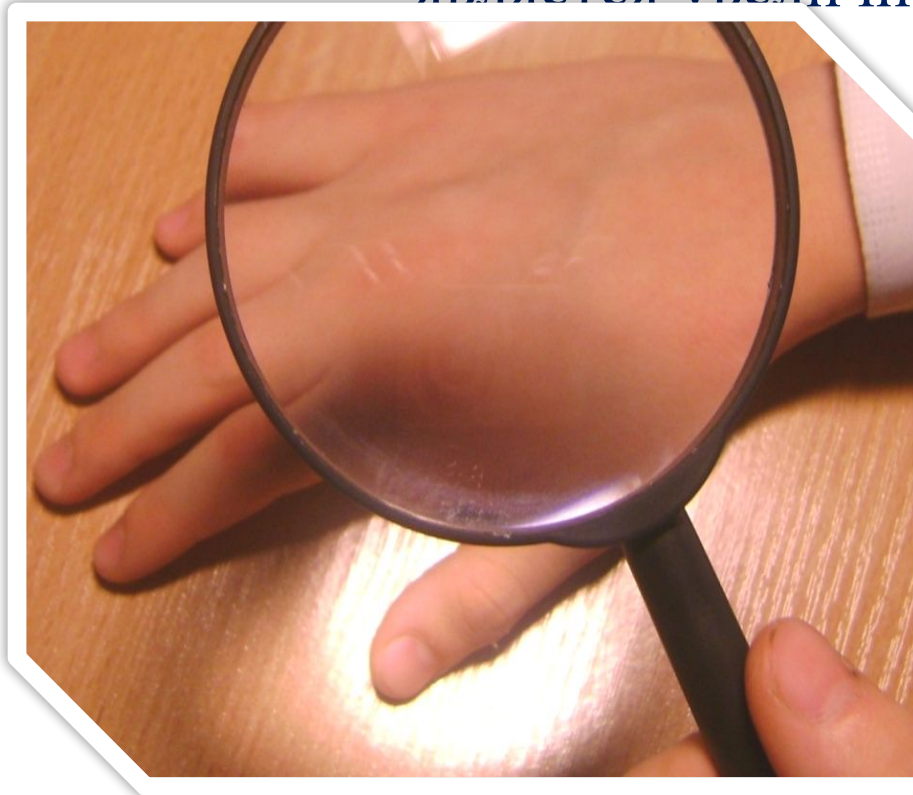
**Посмотрите в зеркало на кожу лица.**

**Провели пальцем по лбу, затем приложили палец к стеклу.**

**Заметили: на стекле осталось жирное пятно.**

**Вывод:** *Кожа выделяет пот и жир.*

**Опыт 3** Рассмотрели кожу через лупу. Что мы на ней увидели? ( Лупа – это прибор главной частью которой, является увеличительное стекло)



**Вывод:**

*При помощи лупы мы увидели волоски и углубления на коже – это **поры**.*

**Какое значение они имеют?**

**Вывод:** *Поры являются путём выведения пота и жира из организма, проводниками воздуха, иначе говоря, через поры наша кожа «дышит».*

При близком рассмотрении кожи можно наблюдать маленькие отверстия - **поры** и волоски. Через поры организм насыщается кислородом.





**Волосы** на коже защищают ее от одежды. Если бы их не было; одежда стирала бы жир, выделяемый кожей, и кожа бы пересыхала.



# *Строение кожи.*

## **1 слой - наружная**

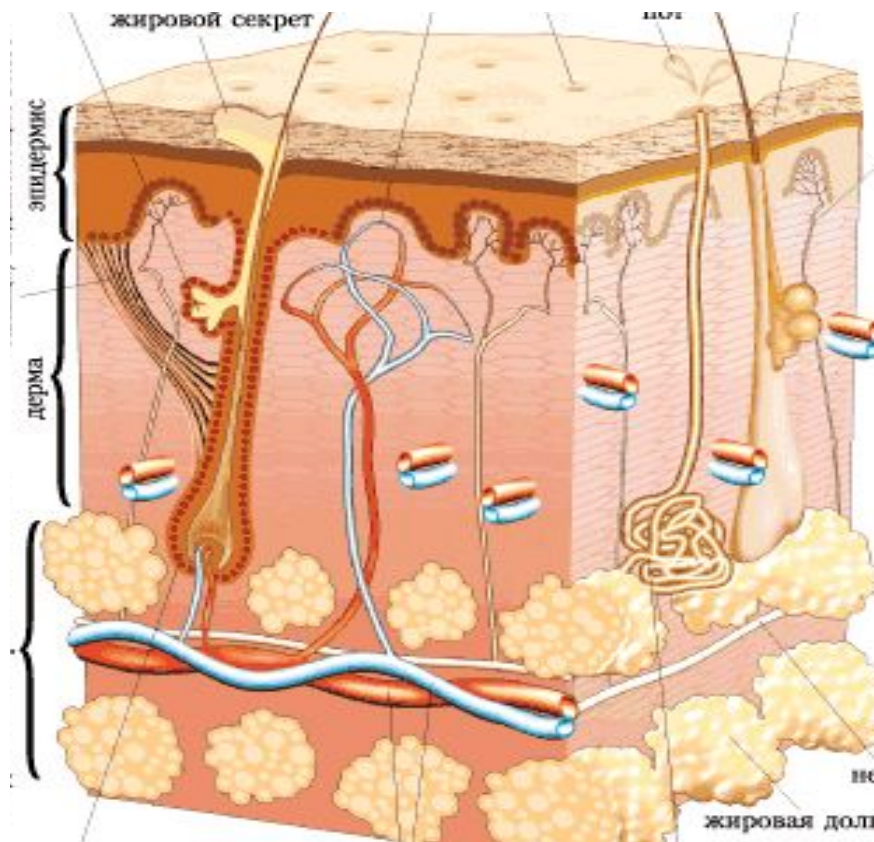
**оболочка** (предохраняет кожу от повреждений)

## **2 слой - сама кожа**

(кровеносные сосуды и нервы)

## **3 слой –подкожный**

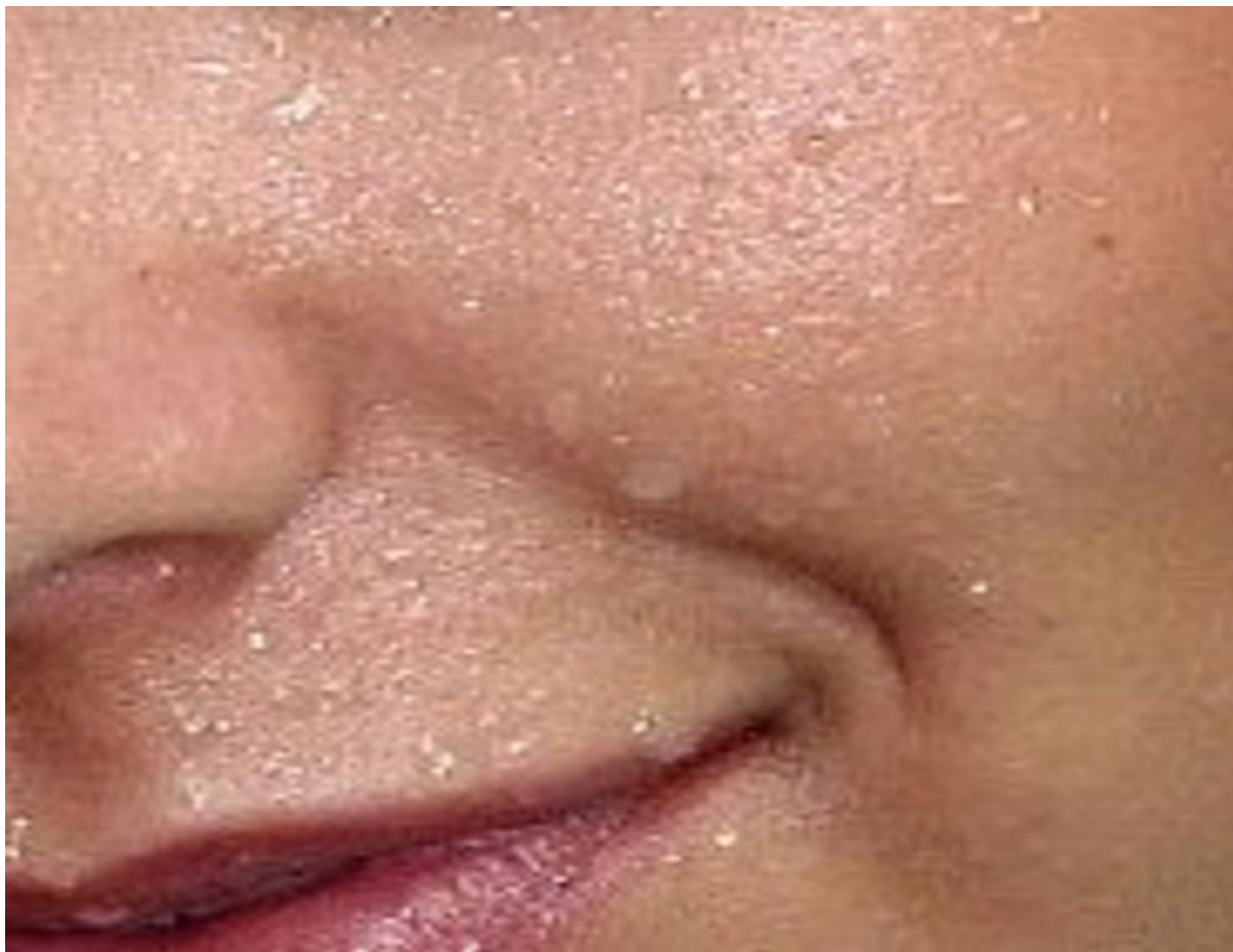
**жир** (защищает кожу от ушибов и сохраняет тепло)



**Кожа защищает нас от жары и от холода.** В жару– сосуды расширяются, отдают лишнее тепло – кожа краснеет, в холод кровеносные сосуды кожи сужаются – кожа бледнеет (тепло в организме).



Потовые железы имеют очень важную функцию, они позволяют регулировать температуру тела.



**Какими функциями обладает  
кожа, благодаря такому строению?**

# Уход за кожей



За кожей нужно ухаживать!



На коже размножаются микробы.  
Поэтому ваша кожа должна быть чистой.





# Уход за кожей.

Мыть руки с мылом перед едой, после прогулки, после посещения туалета.

Ежедневно мыть лицо, руки, ноги, шею, подмышечные впадины.

Мыть тело 1 – 2 раза в неделю.

Подстригать ногти по мере необходимости.

Следить за волосами.



# Ранка



# Ушиб



# ОЖОГ.



# Обмороживание



# Рефлексия

- Что мне сегодня понравилось на уроке?
- Что нового я узнал?
- Как я сегодня работал на уроке, оцениваю себя на « »?