

СОЛНЦЕ



Вода

Bildikce.com



ВОЗДУХ








**СОЛНЦЕ,
ВОЗДУХ И ВОДА
– НАШИ
ЛУЧШИЕ
ДРУЗЬЯ**

Умей
предупредить
болезни!

Цели и задачи

Узнать:

-  как предупреждать болезни?
-  что значит быть закалённым?
-  что такое инфекционные болезни и аллергия;

Учиться: правилам закаливания организма.

закаливание

```
graph TD; A[закаливание] --> B[воздух]; A --> C[вода]; A --> D[солнце];
```

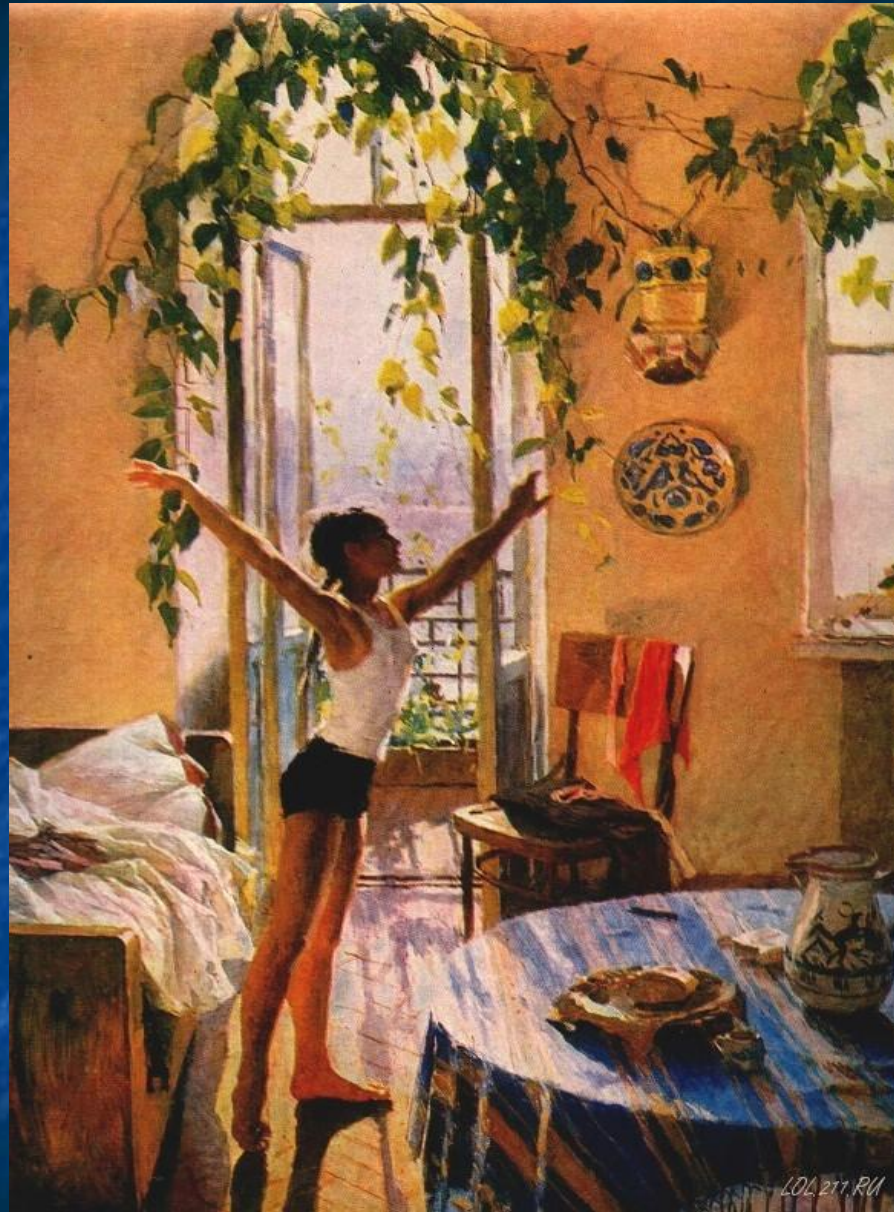
воздух

вода

солнце

Общие правила закаливания

- Систематичность
- Постепенность
- Настойчивость





Контрастный душ





катание на лыжах



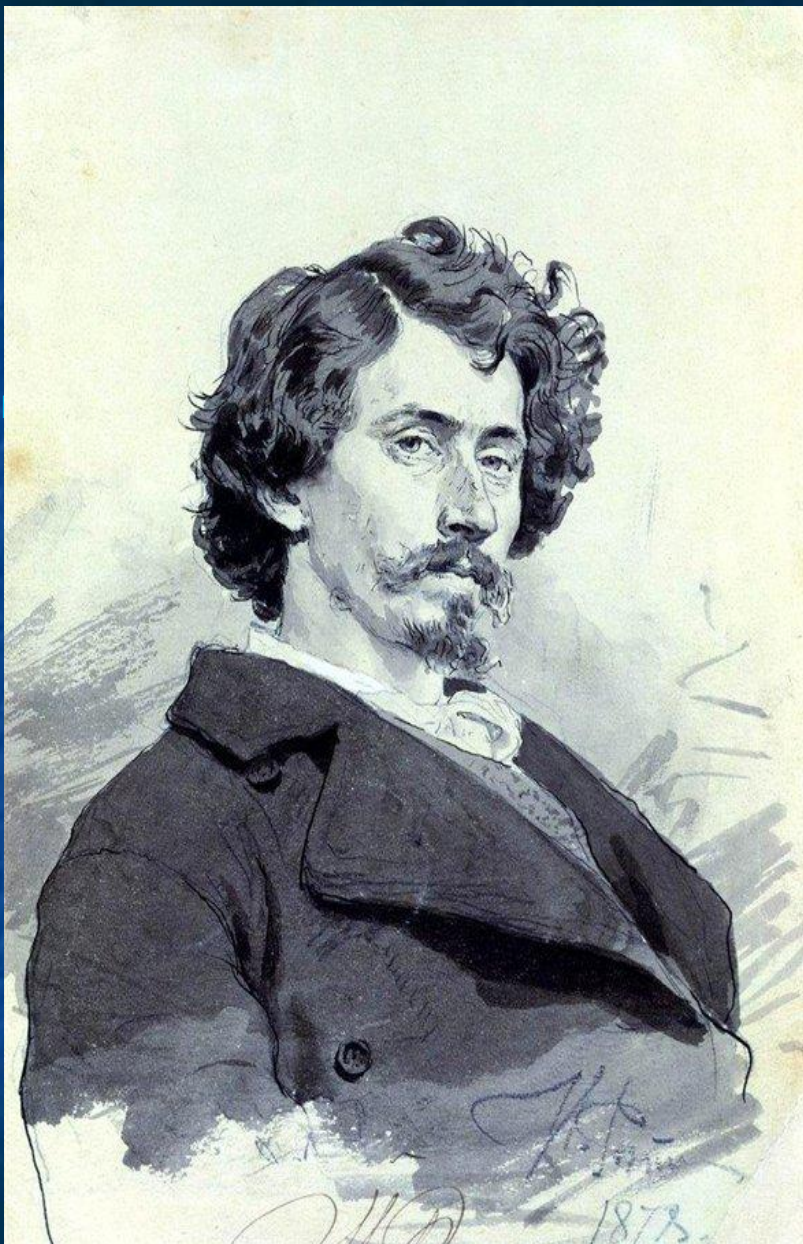
катание на санках



*Отдел военно-патриотического
и гражданского воспитания ЦДТ «Щит»*



СУВОРОВ
Александр Васильевич



Иван
Ефимович
Репин

русский
художник

Инфекционные болезни

- Инфекция – (лат.)
«заражать»
- Эпидемия – (греч.)
«повальная болезнь»

- Аллергия – особая чувствительность к некоторым веществам. Нельзя употреблять отдельные продукты.

Итог урока

- Что же нужно делать, чтобы предупреждать болезни?
- - Какие болезни называются инфекционными?
- - Как уберечься от инфекционных болезней и проявлений аллергии?

Домашнее задание.

По выбору:

- 1) Составить памятку по закаливанию.
- 2) Составить инструкцию по предупреждению инфекционных заболеваний.

Рефлексия

- На сегодняшнем уроке я узнал...
- После урока мне захотелось...
- На этом уроке я похвалил бы себя за...