

# *Кожа. Гигиена кожи*

МКС(К)ОУ школа-интернат № 5

VIII вида г. Аши

Учитель: Попова Л. В.

---

---

# Строение кожи



# Функции кожи

- Кожа защищает тело от повреждений: механических, физических, химических.
  - Кожа главный регулятор отдачи тепла в окружающую среду.
  - Кожа защищает внутренние части тела человека от попадания микробов в организм.
  - Кожа участвует в газообмене организма: поглощает кислород и выделяет углекислоту.
- 
-

# ИГРА «Верно - неверно»

Если вы считаете, что утверждение верно – встаете, а если не верно – сидите.

Читать лёжа

Смотреть телевизор лёжа

Оберегать глаза от ударов

Тереть глаза грязными руками

Слушать музыку в наушниках

Чистить уши

Не надевать шапку в холодную погоду

Посещать ЛОР - врача для профилактического осмотра

Кушать только бутерброды

Кушать свежие овощи и фрукты

Пить газированную воду

Кушать молочные продукты



# *Вопрос 1.*

Что такое личная гигиена?



# *Вопрос 2.*

Почему необходимо **МЫТЬ**  
руки перед едой?

---

---

# *Вопрос 3.*

Почему мыть лицо, шею и руки  
нужно значительно чаще, чем все  
тело?



# *Вопрос 4.*

Зачем надо коротко стричь  
ногти?





# *Вопрос 5.*

Сколько раз в день  
необходимо умываться?



# *Вопрос 6.*

Как часто нужно мыть все тело и голову?



# *Вопрос 7.*

Как часто нужно мыть  
руки?



# *Вопрос 8.*

Как часто нужно стричь  
ногти на руках и ногах?



# *Вопрос 9.*

Как часто надо мыть  
ноги?



## *Задание 3. Здоровый человек*

Закаленное тело,  
ежедневный физический  
труд, красивый, сутулый,  
толстый, бледный, сильный,  
румяный, подтянутый,  
неуклюжий.

---

---

# «Обращение к детям» Ю.Тувим

Дорогие мои дети!

Я пишу вам письмо:

И прошу вас, мойте чаще

Ваши руки и лицо...

Нужно мыться непременно

Утром, вечером и днём –

Перед каждою едою,

После сна и перед сном!..

Не подам руки грязнулям,

Не поеду в гости к ним!

Сам я моюсь очень часто

До свиданья!

Ваш Тувим.



***Будьте  
здоровы!***

