

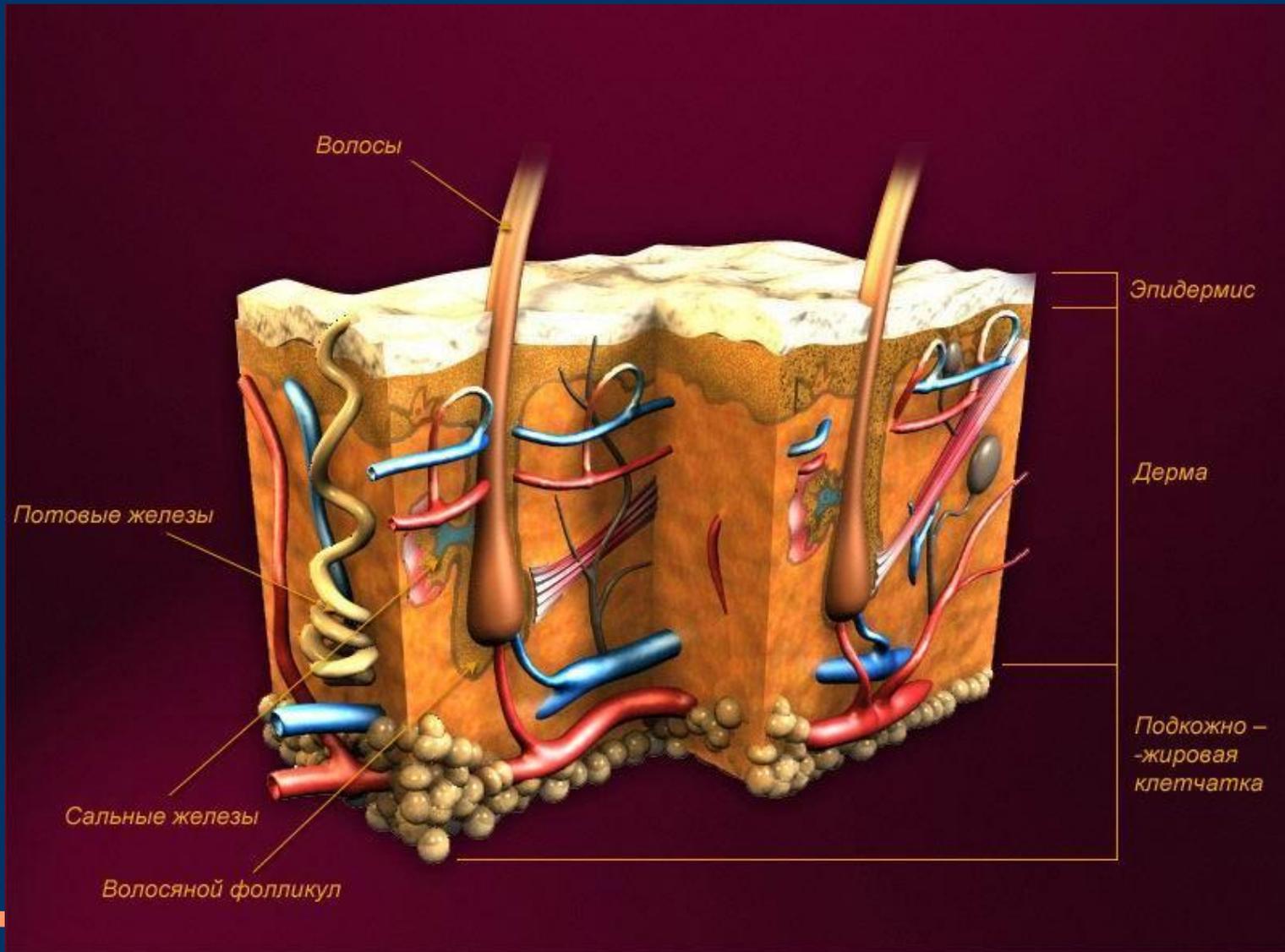
Кожа. Гигиена кожи

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

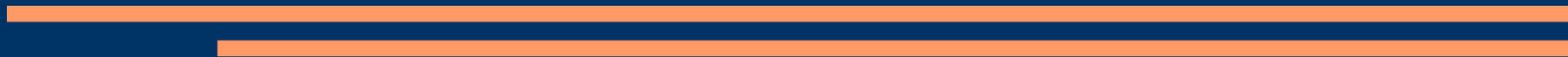
Посещать ЛОР - врача для профилактического осмотра

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?



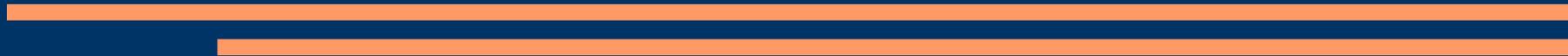
Вопрос 5.

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!***

