

Беседа « Чистота – залог здоровья »

- Ребята, мы сегодня с вами поговорим о чистоте. Как вы думаете, связаны ли чистота и здоровье между собой?

Это означает, что если человек чист и опрятен, вокруг него царит чистота – он соблюдает одно из важных жизненных правил, позволяющих быть здоровым.

- Представьте себе неряшливого мальчика Петю. Он редко моет руки с мылом, не любит стричь ногти, поэтому под ногтями у него образовались тёмные полосы грязи. Петя забывает мыть руки перед едой, после туалета, после того как поиграл со своей любимой собакой. Хотели бы вы дружить с этим мальчиком?

На руках скапливается огромное количество микробов, которые могут стать причиной опасных заразных болезней. Помните, как называются эти болезни? «Болезни грязных рук». К ним относятся желтуха и дизентерия.

На шерсти животных: собак, кошек всегда есть крошечные невидимые глазу яйца глистов. Они попадают на кожу рук человека, погладившего своего любимца, а если руки потом не помыть, то с едой яйца глистов могут оказаться в вашем желудке и вызвать заболевание.

- Ребята, давайте вспомним все случаи, когда надо мыть руки с мылом.

Правильно!

Когда вы приходите домой с улицы, перед едой, после туалета, после игры с кошкой или собакой, хомячком или другим домашним животным.

Чаше надо стричь ногти и под ними не будет грязи.

- Ребята, а наши ножки надо мыть? Правильно, вечером перед сном обязательно мойте их тёплой водой. Ведь грязные ноги плохо пахнут.

- Ребята, а вы любите расчёсываться?

Наши волосы тоже нуждаются в уходе, моем их тёплой водой с детским шампунем, расчёсываем по утрам и делаем причёску. У волос есть подружка – расчёска. Вместе им хорошо, но расчёска обязательно должна быть чистой.

- Ребята, а ещё неопрятного человека всегда выдают грязные уши. Сколько в зеркало ни смотри, никогда не увидишь грязные ушки или чистые. Мойте ушки каждый день и вытирайте насухо полотенцем, чтобы в них не оставалась вода.

- Вы когда смотрите в зеркало, посмотрите на свою одежду: чистая она,

выглажена, нет ли на ней дырок и пятен.

Что такое чистым быть? Руки чаще с мылом мыть
Грязь убрать из - под ногтей, да постричь их поскорей.
Умываться по утрам и ещё по вечерам.
Чисто вымыть уши – будут уши лучше слушать.
Дружить с расчёской – будет хороша причёска.
Девочки и мальчики в садике у нас
Весёлые, красивые и дружат с чистотой.

- Ребята, давайте разучим с вами стих:

Я здоровье сберегу,
Сам себе я помогу.