

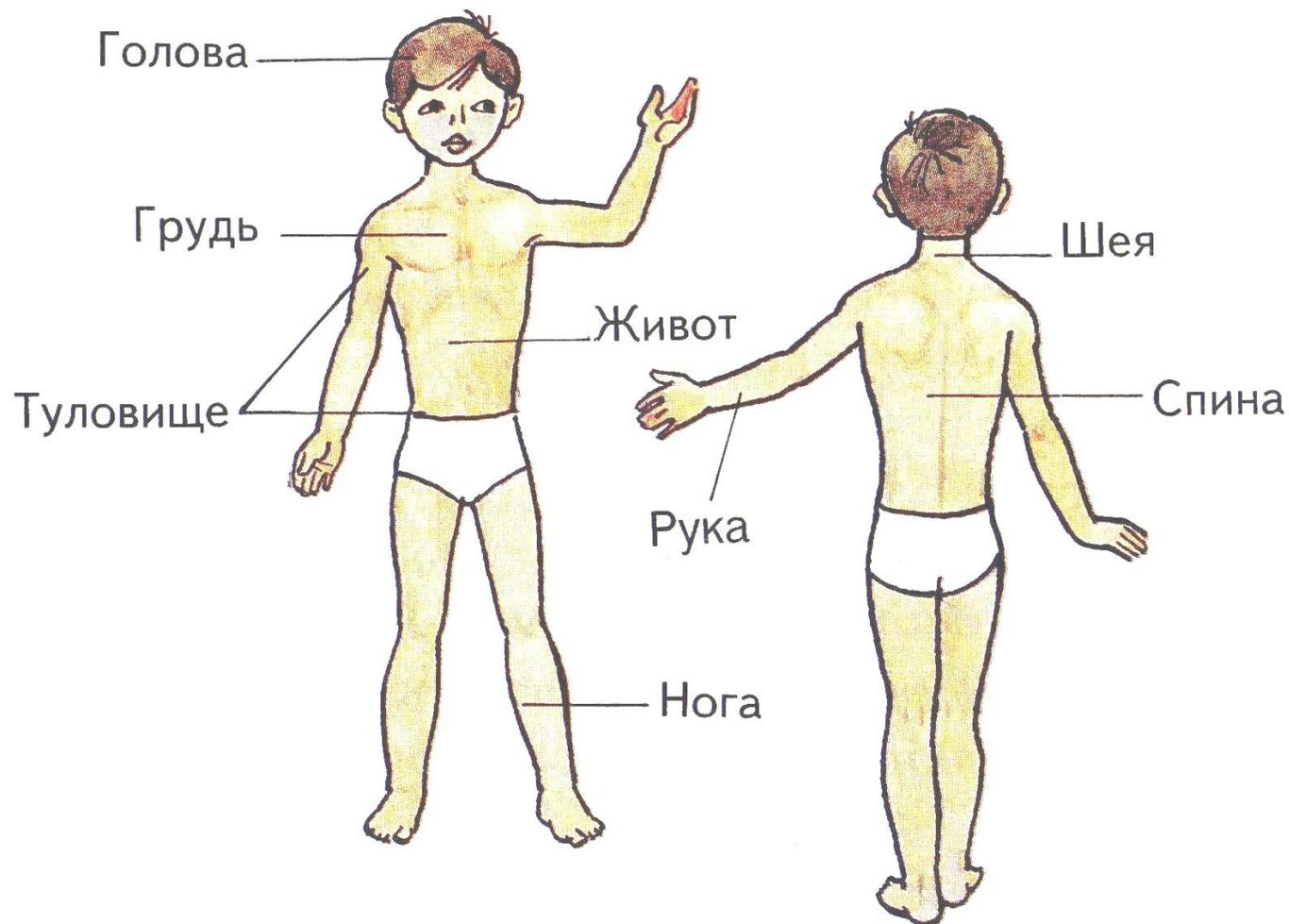
A decorative border consisting of small, stylized human figures in yellow and blue, arranged in a rectangular frame around the page.

# Раздел

# "Моё здоровье"

(приложения)

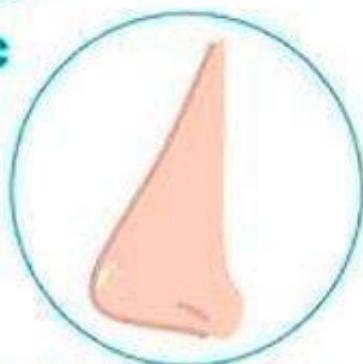
## Основные части тела человека



# Органы чувств человека

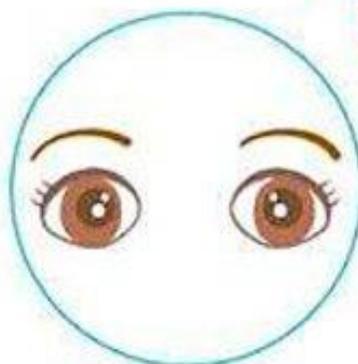


**Вкус**

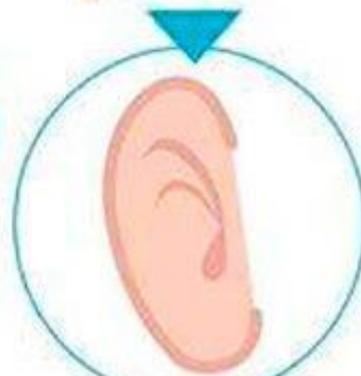


**Обоняние**

**Осязание**



**Зрение**



**Слух**

# Люди



ALLDAY.RU

Презентация «Что микробу хорошо, что микробу плохо»

«Что микробу хорошо, что микробу плохо».



Цель: закрепить у детей знания правил личной гигиены.







*Микроб — ужасно  
вредное животное:  
Коварное и, главное,  
щекотное.  
Такое вот животное в  
живот  
Залезет — и спокойно  
там живет.  
Залезет, шалопай, и  
где захочется  
Гуляет по больному и  
щекочется.  
Он горд, что столько от  
него хлопот:  
И насморк, и чихание,  
и пот.  
Ты спросишь:  
«Как туда он  
попадет?!»  
- Ну конечно через рот!*



Вредные микробы,  
попадая  
внутри организма  
вместе с пищей,  
начинают очень  
быстро размножаться  
и вредить ему. В  
результате у  
человека начинает  
болеть живот,  
начинается  
тошнота и рвота,  
может подняться  
температура и  
человек попадает в  
больницу.



Воспитатель говорила:  
«Подружитесь, дети, с мылом!  
Чаще мойте руки, чтобы,  
Вас не трогали микробы.  
Не ловите мух напрасно,  
Мухи тоже все заразны.  
Не тяните пальцы в рот.  
Вдруг на них сидит микроб?!»  
Мылю руки я, стараюсь,  
Разглядеть микроб пытаюсь.  
Мыло падает из рук,  
Раздаётся громкий звук.  
Воспитатель удивилась  
И спросила: «Что случилось?!»  
Я, как есть, во всём  
признался,  
Что с микробами сражался.  
Всех конечно победил,  
Но один остался жив.  
Это он издал тот стук,  
С мылом выскользнув из рук.  
И уж точно, в этом шуме  
Мой микроб упал и умер!

Воспитатель догадалась.  
Я молчал,  
Она смеялась.



**Все болезни у ребят,  
От микробов, говорят.  
Чтоб всегда здоровым быть,  
Надо руки с мылом мыть!**



## **Пальчиковая гимнастика**

### **«Моем руки чисто-чисто»**

**Ах, вода, вода, вода!**

**Будем чистыми всегда!**

*(энергично потираем ладошку о ладошку)*

**Брызги — вправо, брызги — влево!**

**Мокрым стало наше тело!**

*(сжали в кулак пальцы, а затем с силой выпрямляем пальчики, как бы стряхивая воду)*

**Полотенчиком пушистым**

**Вытрем ручки очень быстро.**

*(энергичными движениями «вытираем» поочередно руки)*



Л. Зильберг



\* \* \*

Никогда не унываю,  
И улыбка на лице,  
Потому что принимаю  
Витамины «А», «Б», «Ц».

\* \* \*

Помни истину простую –  
Лучше видит только тот,  
Кто жуёт морковь сырую  
Или сок морковный пьёт.



\* \* \*

От простуды и ангины  
Помогают апельсины,  
Но а лучше съесть лимон,  
Хоть и очень кислый он.



\* \* \*

Очень важно спозаранку  
Есть за завтраком овсянку.  
Черный хлеб полезен нам,  
И не только по утрам.  
Ты попробуй-ка решить  
Не хитрую задачку:  
Что полезнее жевать –  
Репку или жвачку?  
Рыбий жир всего полезней,  
Хоть противный – надо пить.  
Он спасает от болезней,  
Без болезней лучше жить.



Сказка «Зайчик-победитель»

Утром Зайчик выглянул во двор и первым, кого он увидел, была Белочка. Звери с Белочкой дружили. И Зайчик тоже.

Но сегодня ... Он посмотрел на Белочку - и его сердце забилося, хвостик задрожал от страха. На Белочке сегодня была шапочка с красным крестиком, белый фартук, а сбоку висела сумка с лекарствами. Это означало, что сегодня всем зверям она будет делать прививки.

Белочка была врачом. Она могла очень быстро добраться до любого зверя, даже когда зимой были большие сугробы и трудно было передвигаться по лесу, Белочка ловко прыгала с ветки на ветку, с дерева на дерево. Поэтому она своевременно могла помочь больному или сделать прививку здоровому зверьку.

Зайчик понимал, что прививки делать надо, чтобы потом не заболеть. Но он все равно боялся.

«Хорошо ежику, - думал он, - он смелый и всегда идет первым на прививку. Приговаривает: «Я не боюсь уколов»

Зайчику очень хотелось быть таким, как Ежик. Но как?!

От страха он решил спрятаться от Белочки; прыгнул под елку и она накрыла его своими большими лапами-ветками. Сидит Зайчик тихо. Вдруг шорох в траве, и у елки остановился Ежик. Он начал как-то странно себя вести, ежик то сильно напрягал, сжимал лапки, закрывал глаза, как-будто поднимал что-то очень тяжелое. И говорил: «Это я так очень боюсь!» А потом внезапно разжал лапки и начинал медленно дышать и говорить:

- Беги от меня, страх! Я ничего не боюсь!

Зайчик от удивления аж начал громко икать!

Зайчик. - Я, и не знал, что ты Ежик, тоже боишься. Все считают тебя смелым.

Ежик. - А я и есть смелый. Потому что смелый не тот, кто не боится, - отвечает ежик, а тот, кто может победить свой страх.

Зайчик. - Зачем ты напрягал лапки и все тело?

Ежик. - Потому что страх живет только в напряженном теле, а если расслабиться, то страх быстро покидает тебя, потому что ему больше негде жить. А еще страх очень боится смелых слов. Поэтому я и говорил:

- Я ничего не боюсь!

- Я тоже так хочу! - с завистью прошептал Зайчик. Ну, беги быстро, ищи Белочку и попробуй сделать, как я, - посоветовал Ежик.

Зайчик напряг лапки, сильно закрыл глаза, потом снял с себя напряжение, расслабился.

- Беги от меня, страх! Я ничего не боюсь!

И побежал искать Белочку, чтобы первым сделать прививку.

Не тот смелый, кто не боится, а тот, кто преодолевает свой страх.



