

Тема: Молодь вибирає здоровий спосіб життя.

Серед життєвих цінностей сучасної людини перше місце посідає цінність життя і здоров'я.

1. Бесіда.

Складіть із літер Д З О Р В' О Я слово. (Здоров'я).

Що таке здоров'я?

Чи можете ви сказати про себе: «Я здоровий»?

2. Продовжимо бесіду вправою «Мікрофон».

Свої відповіді починайте зі слів: «Я здоровий...»

Сьогодні ми розглянемо здоров'я як стан людини, коли в неї відсутнє будь-яке нездужання, коли вона має гарний настрій, задоволена своїм життям.

Поговоримо також про те, як потрібно зміцнювати здоров'я та оберігати його.

3. Конкурс «Гострий розум».

Відгадай загадку:

Не золото, а найдорожче. (Здоров'я).

На базарі не знайдеш, на вагах не зважиш. (Розум).

Його хочеш – не купиш. А що хочеш – не продаси. (Здоров'я, хвороби).

Пригадай прислів'я та приказки про здоров'я.

Здоров'я - всьому голова.

Здоров'я за гроші не купиш.

Доки здоров'я служить, то людина не тужить.

Бережи одержу знова, а здоров'я змолоду.

Було б здоров'я, а все інше наживемо.

Ми любимо життя за те, що можемо насолоджуватися красою природи, радіти зустрічам із друзями, щодня дізнаватися про щось нове у світі, який нас оточує. Ваше життя тільки-но починається, і воно сповнене надіями та планами.

Що потрібно для того, щоб ці плани здійснилися?

4. Розшифруйте запис, прочитавши кожне зі слів ззаду наперед:

ИТСЕВ ЙИВОРОДЗ БІСОПС ЯТТИЖ
(ВЕСТИ ЗДОРОВИЙ СПОСІБ ЖИТТЯ)

Існують певні правила, яких повинна дотримуватися людина, щоб бути здоровою. Для здорового способу життя характерні корисні звички.

Які ви знаєте корисні звички ?

Які ви знаєте шкідливі звички?



5. Гра «Режим дня».

Режим дня – це правильне чергування праці і відпочинку.

Завдання: якщо я чітко дотримуюся режиму дня, то:

(знайди правильну відповідь)

все виконую вчасно;

завжди запізнююся;

встигаю багато чого зробити;

почуваюся бадьорим і веселим;

ходжу похмурий і втомлений.

6. Гра «Храм здоров'я».

Давайте запам'ятаємо правила здорового способу життя під час перебування вдома

- 1) Вставай щодня в той самий час.
- 2) Чисть зуби двічі на день.
- 3) Регулярно вживай їжу.
- 4) Мий руки після туалету.
- 5) Регулярно виконуй фізичні вправи.
- 6) Виконуй обіцянки.
- 7) Будь ввічливим.
- 8) Частіше посміхайся.
- 9) Не будь жадібним і заздрисним.
- 10) Говори ввічливі слова.

Особливо це важливо зараз, коли в країні карантин.

7. Рекомендації щодо запобігання зараженню COVID-19

Захистіть себе від хвороби

Уникайте близьких контактів із хворим (доторки очей, носа, рота), з дикими або домашніми тваринами



Мийте руки!

Мийте руки, якщо вони забруднилися, під проточною водою з милом. Без видимих забруднень, можна використати спиртовий антисептик



Без видимих забруднень, можна використати антисептик, що містить у собі спирт



Захистіть себе та близьких - мийте руки!



- Після кашлю або чхання
- після контакту з хворими
- перед, під час, після приготування їжі
- перед прийомом їжі
- після туалету
- коли є забруднення
- після контакту з тваринами або відходами



Готуйте їжу безпечно

використовуйте різні дощечки для нарізання м'яса та інших продуктів



мийте руки після контакту із сирим м'ясом



Готуйте їжу безпечно

Мийте руки з милом або обробляйте їх антисептичними засобами



Прикривайте рот і ніс, коли чхасте або кашляєте серветками або зігнутим ліктем



Не вживайте у їжу сире м'ясо та яйця



Прикривайте рот і ніс, коли чхасте або кашляєте серветками або зігнутим ліктем



КОРОНАВІРУС

ВООЗ рекомендує дотримуватися звичайних заходів обережності*



ЦЕНТР
ГРОМАДСЬКОГО
ЗДОРОВ'Я



ЧАСТО І РЕТЕЛЬНО МИЙТЕ РУКИ З МИЛОМ ЧИ ОБРОБЛЯЙТЕ АНТИСЕПТИЧНИМИ ЗАСОБАМИ



ПІД ЧАС КАШЛЮ І ЧХАННЯ ПРИКРИВАЙТЕ РОТ І НІС СЕРВЕТКОЮ АБО ЗГІНОМ ЛІКТЯ



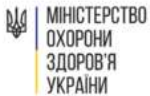
РЕТЕЛЬНО ГОТУЙТЕ ЇЖУ, ЗОКРЕМА М'ЯСО І ЯЙЦЯ



УНИКАЙТЕ ТІСНОГО КОНТАКТУ З ТИМИ, ХТО МАЄ СИМПТОМИ ГРИПУ ЧИ ЗАСТУДИ



УНИКАЙТЕ БЕЗПОСЕРЕДЬОГО КОНТАКТУ З ДИКИМИ ЧИ СВІЙСЬКИМИ ТВАРИНАМИ



МІНІСТЕРСТВО
ОХОРОНИ
ЗДОРОВ'Я
УКРАЇНИ

#НОВИЙКОРОНАВІРУС

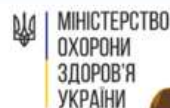
РЕКЛАМА ЛІКІВ ВІД НОВОГО КОРОНАВІРУСУ
У МЕРЕЖІ **ФЕЙК**



ОХОРОНИ
ЗДОРОВ'Я
УКРАЇНИ

#НОВИЙКОРОНАВІРУС

ЗАРАЗИТИСЯ НОВИМ КОРОНАВІРУСОМ ЧЕРЕЗ
ПАКУНКИ З КИТАЮ **НЕ МОЖНА**



МІНІСТЕРСТВО
ОХОРОНИ
ЗДОРОВ'Я
УКРАЇНИ

#НОВИЙКОРОНАВІРУС



КОРОНАВІРУСНА ІНФЕКЦІЯ 2019-NCOV

НЕ ПЕРЕДАЄТЬСЯ ЧЕРЕЗ ФРУКТИ

Бажаю всім міцного здоров'я!

Підготувала вихователь Дегтяр С.В..



ЧИ МОЖУТЬ ДОМАШНІ ТВАРИНИ ПОШИРЮВАТИ КОРОНАВІРУС 2019-NCOV?

- 1 НАРАЗІ НЕМАЄ ДОКАЗІВ ТОГО, ЩО ДОМАШНІ ТВАРИНИ, ЯК-ОТ СОБАКИ ЧИ КОТИ, МОЖУТЬ ЗАРАЖАТИСЯ НОВИМ КОРОНАВІРУСОМ
- 2 АЛЕ ЗАВЖДИ МИЙТЕ РУКИ З МИЛОМ ПІСЛЯ КОНТАКТУ З ВАШИМ УЛЮБЛЕНЦЕМ
- 3 ЦЕ УБЕРЕЖЕ ВАС ВІД ТАКИХ БАКТЕРІЙ, ЯК КИШКОВА ПАЛІЧКА ЧИ САЛЬМОНЕЛА, ЩО МОЖУТЬ ПЕРЕДАВАТИСЯ ВІД ДОМАШНІХ ТВАРИН ЛЮДЯМ

