Беседа с детьми на тему:

«Экология  и  здоровье  человека»

ЦЕЛЬ: Сформировать представления детей о чистоте окружающий среды как о важной составляющей здоровья человека и всего живого на Земле. Заложить основы навыка поддержания чистоты в различных местах: дома, в лесу, в детском саду. Развивать творческое воображение, способности, коммуникативность, любознательность, трудолюбие, приобщать к культуре родного края.

 МАТЕРИАЛ: Таблицы о том, как окружающая среда влияет на организм человека, картинки: мышь, собака, клещ, муха, лес, растения; продукты питания с витаминами. С, Д, А.

                      ХОД ЗАНЯТИЯ.

- Дети, сегодня я шла в детский сад и встретила маленького человечка. Живёт он в волшебном городе. Но случилась там беда. Все его жители заболели, а как лечиться – не знают. И ещё этот человечек добавил, что в их городе очень грязно, везде свалки мусора, дымят трубы заводов, вода и та мутная. Я сказала человечку, что мы с ребятами обязательно поможем.

- Да, действительно, как не заболеть в таком грязном городе.

Ведь наш организм живёт благодаря тому, как мы ощущаем, дышим, питаемся.

С помощью глаз мы видим, с помощью уха мы слышим, получаем новые информации, а головной мозг контролирует все наши органы.

- А что делает наш организм, чтобы мы чувствовали, двигались, радовались, трудились? (показ таблицы).

Человек живёт в квартире, на работе, в каком-то городе, селе. Условия, в которых он живёт, везде разные.

Например: в квартире – на человека действует свет, температура (когда холодно, нам неприятно, мы кутаемся, чтобы согреться); пыль, газ, курение (если папа курит в квартире).

На работе – на человека действует: шум, пыль металлическая (на заводах), холод, жара (у печи).

- А на улице что на нас действует? (солнце, ветер, шум, пыль, автомобильные газы).

Организм человека находится под постоянным воздействием природы.

Вода – это самый важный природный продукт. Без воды гибнут все.

- Для чего нам нужна вода? (для гигиены тела, стирки белья, уборки помещения, для питья, поддержания чистоты улиц, орошений полей и полива растений). Родниковая вода хотя и считается в народе самой чистой, но может стать опасной для человека. А почему? Родник посещают всевозможные животные: лиса, волк, кабаны, птицы. Многие из них могут быть больными или переносчиками возбудителей болезни для человека. Поэтому, нельзя пить воду из рек и ручьёв, а, уходя в поход, в лес надо брать с собой питьевую воду (показ таблицы). Можно заболеть холерой, дизентерией, желтухой, чесоткой, малярией.

А если в воде не хватает очень нужных человеку минеральных веществ (йода, фтора), то это тоже очень плохо. У человека начинается кариес зубов, появляется зоб, болит сердце.

Даже почва представляет опасность для здоровья человека.

- Как вы думаете, какую опасность? (спасаясь от колорадских жуков, мы брызгаем её разными химикатами, которые вредят нашему здоровью).

Современная пища может быть не только вкусной, но может таить в себе и вредные начала.

- Для чего мы едим? (чтобы утолить чувство голода).

Мы взрослые часто вам говорим: - Кушай! Будешь здоровым, сильным, большим!

Недостаток питания (кто очень плохо ест) и человек с пищей не получает необходимые питательные вещества, пища должна быть калорийной и разнообразной. Обязательно надо есть рыбу, мясо, молочные продукты, овощи, ягоды, фрукты. Продукты должны быть всегда свежими, доброкачественными. Пища, которую мы едим, должна хорошо перевариваться в нашем пищеварительном конвейере.

В состав пищи должны входить витамины, без которых невозможна нормальная жизнедеятельность организма. – А какие вы знаете витамины? (показ таблицы).

Так, без витамина А задерживается рост скелета, портится зрение; без витамина Д – нарушается рост костей.

Без витамина С -ухудшается общее состояние организма, развивается кровоточивость.

Вот видите ребята, как пища влияет на здоровье человека.

Роль растений в жизни человека велика.

- Как вы думаете, для чего мы озеленяем улицы города? (сады и парки, зелёные улицы – всё это человек использует для оздоровления города.)

Растения выделяют особые вещества (фитонциды), которые убивают многие микробы и, таким образом, оздоравливают воздух, которым мы дышим.

- Леса очищают воздух от выбросов машин и заводов.

- Леса поглощают углекислоту и выделяют кислород.

- Леса улучшают климат.

А сельскохозяйственные растения (рожь, пшеница, гречиха…) -  это часть зелёного мира природы, обеспечивающая человека пищевыми продуктами.

- Дети, а как вы думаете, телевизоры, компьютеры, магнитофоны, автомобили создают ли они риск для здоровья человека?

- Конечно, да! И пользоваться ими надо умело.

Вот видите дети, как всё нас окружающее влияет на наше здоровье.

Теперь я надеюсь, мы разрешим проблему заболевания маленьких человечков в волшебном городе.

И ответ наш будет таким:

- Мы все должны знать и соблюдать такие правила.

1. Не вредить природе. Никакого мусора. Особенно опасен ядовитый мусор. Поэтому нельзя разбивать старые лампы дневного света – в них ядовитая ртуть. Нельзя разбрасывать батарейки – в них свинец и другие тяжелые металлы. Нельзя выливать краски в воду (кроме акварельных). Нельзя жечь в кострах пластмассу и резину – выделяются опаснейшие ядовитые газы.

2. Сбережение  природных  богатств.

       Запасы чистой воды убывают – нельзя попусту лить воду из крана. Ни к чему оставлять горящими зря электрические лампочки и газ. Надо беречь тепло в доме. Ведь чем меньше сожжено топлива на электростанциях, тем меньше попало в воздух опасных газов и пыли.

3. .Не  навреди  живой  природе.

Мы должны понимать: убиваешь живой мир – губишь жизнь людей, в том числе и свою.

4.Дом, в котором живёшь должен быть чистым, чтоб жилось в нём хорошо. Относится это и к домашнему животному, которое тоже надо оберегать, следить за его здоровьем.

-Дети, как вы думаете, поправятся маленькие человечки, если будут выполнять все эти правила? Безусловно!