Конспект беседы «Внимание! Вирус!» для детей подготовительной группы.

**Цель** – формирование представлений детей о здоровье.

**Задачи:** 1. расширить знания детей о том, как можно заботиться о своем здоровье; познакомить детей с характерными признаками болезни и профилактикой;

2. Учить детей самостоятельно рассказывать о различных способах защиты от вируса.

3. Воспитать желание быть здоровым, сопротивляться болезням, соблюдать правила гигиены.

**Ход беседы.**

**Незнайка:** Здравствуйте ребят! Я приехал погостить к своей бабушке, уже собирался уезжать домой, но узнал, что в нашей стране большая беда. Все жители нашей страны очень сильно заболели. Началась эпидемия и люди заражаются друг от друга.

Вот я и пришёл к вам, чтобы вы объяснили мне, что это за болезнь такая, и как с ней справиться?

**Воспитатель:** Ребята вы готовы помочь Незнайке и рассказать ему всё что знаете, о гриппе и о вирусах.

**Незнайка:**А вы сейчас болеете?

**Воспитатель:** Ты что Незнайка, у нас в детском саду все ребята здоровые, а когда они заболевают, то сидят дома и лечатся.

**Незнайка:** А если вы заболеете, то, как догадаетесь об этом? По каким признакам?

**Дети:** Усталость, кашель, чихание, насморк, головная боль, плохое настроение, плохой аппетит, ломота в руках, ногах и т. д.

**Незнайка:** Ребята, а как вы думаете, где можно заразиться гриппом или вирусом?

**Дети:** В детском саду, в магазине, в транспорте, на улице, в аптеке, на почте….

**Незнайка:** Как много мест, где можно заразиться!

**Воспитатель:** Вирус - это невидимый злодей, несмотря на крошечные размеры, вирус – существо могущественное. Стоит им только пробраться в организм человека, они начинают там разбойничать и размножаться. Человеку становиться плохо, он заболевает – чихает, кашляет, у него поднимается температура. Таким образом, организм человека объявляет вирусам войну.

**Незнайка:**Как же с ними справиться? Как победить болезнь?

**Дети:** Чаще мыть руки с мылом, вызвать врача, носить маску, делать уколы, пить чай с малиной, лимоном, измерять температуру, принимать лекарства, лежать в постели, полоскать горло настойками трав, закапывать лекарство в нос, есть фрукты, овощи, витамины.

**Воспитатель:** Чтобы не заболеть, не заразиться от больных людей, надо соблюдать определённые правила.

**Незнайка:** Какие правила?

**Дети:** Мыть руки с мылом. Есть только мытые овощи и фрукты. Не ходить в людные места, по возможности оставаться дома, не трогать руками лицо, глаза, нос, пользоваться дезинфицирующими средствами. Дома чаще проветривать, проводить влажную уборку.

**Воспитатель:** Правильно ребята, все это помогает избавиться от микробов и вирусов, которые любят грязь.

**Незнайка:**А что ещё нужно делать, чтобы быть здоровыми?

**Дети:** Весной, зимой принимать витамины. Закаляться. Проветривать помещение.

Гулять на свежем воздухе. Не кутаться в тёплые одежды, не надевать лишнего.

Заниматься физкультурой. Соблюдать личную гигиену.

**Незнайка:** Но что делать, если гриппом заболел кто-нибудь из членов вашей семьи?

**Воспитатель:** Следует позаботиться о близком человеке, но и не забывать о себе.

**Воспитатель:** Нужно одевать, марлевую повязку, если рядом находиться больной человек. Зная и соблюдая все эти правила вы никогда не заболеете, и у вас будет всегда прекрасное настроение.

**Воспитатель:** ребята, вы так много знаете о том, что нужно делать. Я записывала все ваши ответы и хочу зачитать их вам и нашему гостю.

• Часто и тщательно мойте руки

• Избегайте контактов с кашляющими людьми

• Придерживайтесь здорового образа жизни (сон, здоровая пища, физическая активность)

• Пейте больше жидкости

• Регулярно проветривайте и увлажняйте воздух в помещении, в котором находитесь

• Реже бывайте в людных местах

• Используйте маску, когда находитесь в транспорте или в людных местах

• Избегайте объятий, поцелуев и рукопожатий при встречах

• Не трогайте лицо, глаза, нос немытыми рукам

**Незнайка:** Спасибо большое ребята. Вы очень помогли мне хорошо объяснили, что такое вирус, и как с ними нужно бороться, теперь я, отправляясь к себе домой, помогу своим друзьям вылечиться, и расскажу им все что узнал у вас.