КОНСУЛЬТАЦИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

**«МИКРОБЫ И ВИРУСЫ И КАК С НИМИ БОРОТЬСЯ»**



Взрослые хорошо понимают, что в окружающем мире огромное количество вредоносных вирусов и бактерий, способных вызвать различные заболевания. Но дети-то этого не знают. **Они не видят микробов, а значит, их не существует.**

Бесполезно ругать ребенка, запугивать, заставлять мыть руки, не есть грязные фрукты, не брать в рот что попало. Это может вызвать агрессию, недоверие, желание сопротивляться. Лучше всего спокойно объяснить ребенку что, почему и зачем. Сделать это правильно можно, зная психологические особенности ребенка. **Поэтому показываем, рассказываем, объясняем доступным языком с помощью сказок и картинок.**

Разные чудовища и злодеи, такие как Кощей Бессмертный и Змей Горыныч, живут не только в сказке, но и в жизни. Только в реальности они очень маленькие. Больше всего на свете они хотят пробраться вовнутрь и стать большими. Лучшее оружие против них - мыло, зубная паста, гигиенические салфетки. А еще прививки и многое другое.

**ЧТО НУЖНО СДЕЛАТЬ?**

Объяснить ребенку, как победить микробов:

1. Мыть руки перед едой.

2. Мыть овощи и фрукты.

3. Не есть из грязной посуды.

4. Не пользоваться чужими вещами.

5. Не общаться с больными людьми.

6. Чистить зубы 2 раза в день.

7. Делать нужные прививки.

8. Есть полезную еду и заниматься спортом.

9. Не переохлаждаться.

**ЛУЧШИЕ СПОСОБЫ ЭТОГО ДОБИТЬСЯ:**

**1. Показать на примере.** Видя, как вы соблюдаете правила гигиены, ребенок будет действовать так же.

**2. Соблюдать правила вместе.** Вместе чистить зубы, мыть руки, следить за чистотой гораздо интереснее, чем одному.

**3. Устраивать веселые игры.**Сейчас мы победим вредных микробов! Выгоним из зубов, из комнаты, с наших ручек. У нас есть оружие! Мыло, веник, зубная щетка! Берегитесь, вредные микробы! Сейчас мы вас победим!

**4. Давать детям жизненный опыт.** Лучше всего в этом вопросе помогают детские книги, в которых на примере веселых зверят ребенок узнает, как победить разные болезни.

**РАССКАЖИТЕ ДЕТЯМ**

Бактерии — очень маленькие живые существа. Их нельзя увидеть глазами, а можно рассмотреть только в **микроскоп.**

Некоторые бактерии полезны. С помощью особых пищевых бактерий получают кефир и сметану. А также с помощью некоторых бактерий производят лекарства, например, пробиотики – живые **микроорганизмы**– бифидо- и лактобактерии, которые способствуют восстановлению **микрофлоры** кишечника детей и взрослых.

Бактерии живут повсюду: в почве; в воздухе, особенно в непроветриваемом помещении; в грязной воде; в пище, которую мы едим, особенно если она готовилась в грязной посуде; на немытых овощах и фруктах; на грязной одежде. Бактерии можно найти на всех предметах, с которыми мы соприкасаемся: на ручках дверей, на поручнях автобусов. Много бактерий на грязной коже. Если бактерии проникают в организм вместе с едой, грязной водой и воздухом, тогда они вызывают различные заболевания. Такие бактерии называются болезнетворными **микробами.**

У **микробов**есть одно интересное свойство. Они не только питаются, но и размножаются. Это значит, что из одного **микроба** очень скоро получается много новых таких же, как и он, **микробов.**

Особенно быстро они размножаются в организме человека. Там тепло, много еды, много влаги, и они чувствуют себя очень хорошо.

Чаще всего у нас грязнятся руки. Вместе с грязью, пылью на руках скапливается много заразных **микробов.** С рук они переносятся на лицо, глаза, губы, попадают в рот, вызывая различные заболевания.



**ПРОВЕДИТЕ С ДЕТЬМИ ОПЫТЫ**

**ОПЫТ 1**

**Цель:** показать, как передаются **микробы** от человека к человеку.

(Перед проведением опыта взрослый наносит себе на ладонь тени с блестками).

Взрослый здоровается с ребенком за руку, при этом плотно сжимает ладошку ребенка. После этого взрослый *«неожиданно»* обнаруживает, что его ладонь грязная и просит ребенка посмотреть на свою ладошку. Ребенок видит на ладошке следы блесток.

Взрослый с ребенком делают вывод: точно так же при контакте с другим человеком *(или с****предметом****)* передаются невидимые **микробы.**

**ОПЫТ 2**

**Цель:** показать, что **микробы боятся мыла**.

Взрослый предлагает ребенку пройти в ванную комнату и тщательно вымыть руки с мылом *(ребенок моет руки с мылом)*.

Взрослый: малыш, а теперь проверь, остались ли блестки - *«****микробы****»* на ладошках? *(ребенок отвечает)*. Если остались, то меньше их стало или нет?

(Если *«****микробы****»* остались, взрослый просит ребенка снова тщательно вымыть руки).

**СКАЗКА «О ВИРУСАХ И ПРИВИВКАХ»**

Случилось это очень давно. В большом теплом болоте поселилось Чудовище. Не было от него людям покоя. Пошли люди к Ивану-богатырю просить помощи. И пошел Иван-богатырь, и сражался с чудовищем. Три дня и три ночи они дрались. Наконец Иван-богатырь победил.

Чтобы отомстить людям, Чудовище, умирая, выплюнуло целые полчища маленьких, сгорбленных, агрессивных пришельцев – вирусов. Они расползлись по всему миру, проникли в организмы взрослых, детей, животных и вызвали очень тяжелое и опасное заболевание - грипп.

Многие люди и животные тяжело болели от гриппа, поскольку не знали, как себя защитить, как уберечься. Это случилось в древности, но, к сожалению, эти злые вирусы очень устойчивы и живучи.

Живут они и сейчас - в организме больных людей, на книгах, игрушках, посуде и других вещах, которыми пользовался больной.

Со слюной микробы попадают на тротуар или на землю. Когда слюна высыхает, вирусы становятся легкими как перышки, поднимаются с пылью в воздух и проникают в организм человека при дыхании.

Поселяются вирусы чаще всего в легких, там им тепло и уютно. Они начинают усиленно питаться и размножаться. Эти злые вирусы желают, чтобы все заболели.

Но хочу тебя успокоить, болеют не все! Те, кто заботится о своем здоровье и всегда соблюдает правила гигиены, а в особенности, всегда моет руки, могут не бояться - грипп им не страшен.

А люди придумали для лечения этих страшных вирусов лекарство-прививку, которую делают врачи. Эта прививка убивает все эти полчища злых вирусов и люди перестают болеть от гриппа.

**ПРЕДЛАГАЕМ ПРОЧИТАТЬ:**

Издательство «Робинс», книги о микробах и вирусах

Издательство «Clever»