

Беседа «Внимание! Коронавирус!» для детей старшего дошкольного возраста

Беседа. «*Внимание! Коронавирус!*»

Для детей старшего дошкольного возраста.

Интеграция образовательных областей: познавательное развитие, физическое развитие, речевое развитие.

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.

Нолик: Здравствуйте ребят! Я приехал погостить к своей бабушке, уже собирался уезжать домой, но узнал, что в нашем городе большая беда. Все жители нашего города 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 Нолику и рассказать ему всё что знаете, о гриппе и о вирусах.

Нолик: А вы сейчас болеете?

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

Нолик: 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.

Нолик: 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....

Нолик: Как много мест, где можно заразиться!

Воспитатель: вирусы проникают в человеческий организм. Они такие маленькие, что их нельзя увидеть даже через увеличительное стекло. Лишь после того, как изобрели микроскоп, врачи увидели тех невидимых отравителей, которые поселяются в организме человека.

Вирус - это невидимый злодей,

Враг честных и простых людей.

Несмотря на крошечные размеры, вирус – существо могущественное. Стоит им только пробраться в организм человека, они начинают там разбойничать и размножаться. Человеку становится плохо, он заболевает – чихает, кашляет, у него поднимается температура. Таким образом, организм человека объявляет вирусам войну.

Воспитатель: Ребята если бы вы взглянули в микроскоп на капельку крови больного человека, то заметили бы, что в ней кишат какие-то крохотные извивающиеся палочки, или видимые запятые, спиральки. Это и есть возбудители болезни.

Иногда вирус забираются в самые дальние закоулки человеческого тела.

Нолик: 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.

Нолик: Как защитить себя от вирусов, чтобы остаться всегда здоровым?

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.

Обязательно как можно чаще мыть руки и лицо с мылом.

И обязательно нужно хорошо мыть все овощи и фрукты.

Нолик: 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.

Пользоваться только своим личным полотенцем.

Соблюдать гигиену сна.

Нолик: 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 находится больной человек. Зная и соблюдая все эти правила вы никогда не заболаете, 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.

ПРАВИЛО 1. ЧАСТО МОЙТЕ РУКИ С МЫЛОМ

Чистите и дезинфицируйте поверхности, используя бытовые моющие средства.

Гигиена рук - это важная мера профилактики распространения гриппа и **коронавирусной инфекции**. Мытье с мылом удаляет вирусы. Если нет возможности помыть руки с мылом, пользуйтесь спиртсодержащими или дезинфицирующими салфетками.

Чистка и регулярная дезинфекция поверхностей (*столов, дверных ручек, стульев, гаджетов и др.*) удаляет вирусы.

ПРАВИЛО 2. СОБЛЮДАЙТЕ РАССТОЯНИЕ И ЭТИКЕТ

Вирусы передаются от больного человека к здоровому воздушно -капельным путем (при чихании, кашле, поэтому необходимо соблюдать расстояние не менее 1 метра от больных).

Избегайте трогать руками глаза, нос или рот. Вирус гриппа и **коронавирус** распространяются этими путями.

Надевайте маску или используйте другие подручные средства защиты, чтобы уменьшить риск заболевания.

При кашле, чихании следует прикрывать рот и нос одноразовыми салфетками, которые после использования нужно выбрасывать.

Избегая излишние поездки и посещения многолюдных мест, можно уменьшить риск заболевания.

ПРАВИЛО 3. ВЕДИТЕ ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ

Здоровый образ жизни повышает сопротивляемость организма к инфекции. Соблюдайте здоровый режим, включая полноценный сон, потребление пищевых продуктов богатых белками, витаминами и минеральными веществами, физическую активность.

ПРАВИЛО 4. ЗАЩИЩАЙТЕ ОРГАНЫ ДЫХАНИЯ С ПОМОЩЬЮ МЕДИЦИНСКОЙ МАСКИ

Среди прочих средств профилактики особое место занимает ношение масок, благодаря которым ограничивается распространение вируса.

Медицинские маски для защиты органов дыхания используют:

- при посещении мест массового скопления людей, поездках в общественном транспорте в период роста заболеваемости острыми респираторными вирусными инфекциями;
- при уходе за больными острыми респираторными вирусными инфекциями;
- при общении с лицами с признаками острой респираторной вирусной инфекции;
- при рисках инфицирования другими инфекциями, передающимися воздушно-капельным путем.

КАК ПРАВИЛЬНО НОСИТЬ МАСКУ?

Маски могут иметь разную конструкцию. Они могут быть одноразовыми или могут применяться многократно. Есть маски, которые служат 2, 4, 6 часов. Стоимость этих масок различная, из-за различной пропитки. Но нельзя все время носить одну и ту же маску, тем самым вы можете инфицировать дважды сами себя. Какой стороной внутрь носить медицинскую маску - непринципально.

Чтобы обезопасить себя от заражения, крайне важно правильно ее носить:

- маска должна тщательно закрепляться, плотно закрывать рот и нос, не оставляя зазоров;
- **старайтесь** не касаться поверхностей маски при ее снятии, если вы ее коснулись, тщательно вымойте руки с мылом или спиртовым средством;
- влажную или отсыревшую маску следует сменить на новую, сухую;
- не используйте вторично одноразовую маску;
- использованную одноразовую маску следует немедленно выбросить в отходы.

При уходе за больным, после окончания контакта с заболевшим, маску следует немедленно снять. После снятия маски необходимо незамедлительно и тщательно вымыть руки.

Маска уместна, если вы находитесь в месте массового скопления людей, в общественном транспорте, а также при уходе за больным, но она нецелесообразна на открытом воздухе.

Во время пребывания на улице полезно дышать свежим воздухом и маску надевать не стоит.

Вместе с тем, медики напоминают, что эта одиночная мера не обеспечивает полной защиты от заболевания. Кроме ношения маски необходимо соблюдать другие профилактические меры.

ПРАВИЛО 5. ЧТО ДЕЛАТЬ В СЛУЧАЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ ГРИППОМ, КОРОНАВИРУСНОЙ ИНФЕКЦИЕЙ?

Оставайтесь дома и срочно обращайтесь к врачу.

Следуйте предписаниям врача, соблюдайте постельный режим и пейте как можно больше жидкости.

КАКОВЫ СИМПТОМЫ ГРИППА/КОРОНАВИРУСНОЙ ИНФЕКЦИИ высокая температура тела, озноб, головная боль, слабость, заложенность носа, кашель, затрудненное дыхание, боли в мышцах, конъюнктивит.

В некоторых случаях могут быть симптомы желудочно-кишечных расстройств: тошнота, рвота, диарея.

КАКОВЫ ОСЛОЖНЕНИЯ

Среди осложнений лидирует вирусная пневмония. Ухудшение состояния при вирусной пневмонии идёт быстрыми темпами, и у многих пациентов уже в течение 24 часов развивается дыхательная недостаточность, требующая немедленной респираторной поддержки с механической вентиляцией лёгких.

Быстро начатое лечение способствует облегчению степени тяжести болезни.

ЧТО ДЕЛАТЬ ЕСЛИ В СЕМЬЕ КТО-ТО ЗАБОЛЕЛ ГРИППОМ/

КОРОНАВИРУСНОЙ ИНФЕКЦИЕЙ?

Вызовите врача.

Выделите больному отдельную комнату в доме. Если это невозможно, соблюдайте расстояние не менее 1 метра от больного.

Ограничьте до минимума контакт между больным и близкими, особенно детьми, пожилыми людьми и лицами, страдающими хроническими заболеваниями.

Часто проветривайте помещение.

Сохраняйте чистоту, как можно чаще мойте и дезинфицируйте поверхности бытовыми моющими средствами.

Часто мойте руки с мылом.

Ухаживая за больным, прикрывайте рот и нос маской или другими защитными средствами (*платком, шарфом и др.*).

Ухаживать за больным должен только один член семьи.

Нолик: 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.

