

Конспект по ознакомлению с окружающим миром (беседа) «Стоп COVID-19» в старшей группе

Тема: профилактика коронавируса «Стоп COVID-19»

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.

Словарная работа: коронавирус, COVID-19, грипп, простуда.

Материал: видеоиллюстрации по теме, телевизор, флеш-карта.

Ход беседы:

1. Вводная часть. Организационный момент.

Воспитатель: Сегодня ребята, мы поговорим о новой болезни коронавирусной инфекции. **COVID-19**. Ребята, что это за болезнь?

Дети: Это простудное заболевание, как грипп.

2. Основная часть.

Воспитатель - Это простудное заболевание, но не грипп. 31 января в России зафиксированы первые случаи заболевания. Первые сообщения о вспышке новой **COVID-19** появились в конце 2019 года. Они были зарегистрированы в городе Ухане в Китае — это центр страны. Заболевание протекало в форме пневмонии неизвестного происхождения.

На данный момент коронавирусом **COVID-19** болеют по всему миру.

Воспитатель: А если вы заболете, 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.

Воспитатель: 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....

Воспитатель: Как много мест, где можно заразиться!

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. Ребята, если бы вы взглянули в микроскоп на капельку крови больного человека, то заметили бы, что в ней кишат какие-то крохотные извивающиеся палочки, еле видимые запятые, спиральки. Это и есть возбудители болезни. Иногда вирус забирается в самые дальние закоулки человеческого тела.

Коронавирусы — это целое семейство вирусов (40 видов), которые поражают человека, кошек, птиц, собак, крупный рогатый скот и зайцев.

Коронавирусы могут передаваться человеку через домашних и диких животных, а в результате мутации и от человека к человеку.

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

Воспитатель: А что еще нужно делать, чтобы быть здоровыми?

Дети: Весной, зимой принимать витамины.

Закаляться.

Проветривать помещение.

Гулять на свежем воздухе.

Не кутаться в теплые одежды, не надевать лишнего.

Заниматься физкультурой.

Пользоваться только своим личным полотенцем.

Соблюдать гигиену сна.

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

Дети: Следует позаботиться о близком человеке.

Воспитатель: Правильно, но не надо забывать о себе. Нужно одевать, марлевую повязку, если рядом находится 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.

ПРАВИЛА:

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.

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 излишних поездок и посещения многолюдных мест, можно уменьшить риск заболевания.

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.

4. ЗАЩИЩАЙТЕ ОРГАНЫ ДЫХАНИЯ С ПОМОЩЬЮ МЕДИЦИНСКОЙ МАСКИ

Особое место в профилактике 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. Но нельзя все время носить одну и ту же маску, тем самым вы можете инфицировать дважды сами себя. Какой стороной внутрь носить медицинскую маску - непринципиально.

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.

Кроме ношения маски необходимо соблюдать другие профилактические меры.

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.

Дети - Можно ли вылечить коронавирус?

Воспитатель - Да, разумеется. Однако не существует специфического противовирусного препарата от нового коронавируса. Ученые всего мира трудятся над созданием вакцины. Большой вклад вносят наши Новосибирские ученые научно-исследовательского центра «*Вектор*». Ими были созданы тесты для выявления у человека наличие коронавируса.

3. Рефлексия: О чём была беседа? Признаки и профилактика коронавируса.

Источник:

1. Интернет-ресурс: <https://www.maam.ru/detskijasad/konspekt-besedy-stop-covid-19-s-detmi-starshei-grupy.html>;
2. ОТ РОЖДЕНИЯ ДО ШКОЛЫ. Инновационная программа дошкольного образования. / Под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, Э.М. Дорофеевой. — Издание пятое (инновационное), испр. и доп. — М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2019. (стр.222-259).

Конспект занятия по ознакомлению с окружающим миром - профилактика гриппа в старшей-подготовительной группе «Береги свое здоровье».

Тема: «У меня печальный вид ...» Как победить грипп?

Цели:

- формировать у детей элементарные представления о здоровом образе жизни, закрепить знание правил, помогающих сохранить здоровье;
- дать представление о вирусных заболеваниях (в том числе о гриппе) и их профилактике;
- дополнить знания детей о полезных продуктах (овоцах и фруктах) и витаминах, содержащихся в них.

Словарная работа: коронавирус, COVID-19, грипп, простуда.

Материал: видеоиллюстрации по теме, телевизор, флеш-карта.

Ход занятия:

I. Вводная часть. Постановка учебной задачи.

Воспитатель. Здравствуйте, дорогие ребята!

Воспитатель. При встрече люди издревле желали друг другу здоровья:

«Здравствуй, доброго здоровья!»

«Как ваше драгоценное здоровье!»

И это не случайно. Ведь ещё очень давно говорили: *«Здоровья не купишь»*, *«Дал бы здоровья, а счастья найдёшь»*

Воспитатель. Что значит быть здоровым? От кого зависит здоровье человека? Что может повлиять на состояние здоровья?

Ответы детей. Образ жизни, состояние окружающей среды – природы, питание.

Воспитатель. Дети, сегодня мы поговорим, о самом ценном, что есть у каждого из нас. Как вы считаете, о чём сегодня пойдет речь?

Ответы детей.

II. Основная часть.

Воспитатель. Наступила осень, за окном резко похолодало, то и дело нависают тяжелые стальные тучи и завершают унылую картину холодным и мокрым дождём. Самое время переодеться в тёплую одежду, но по инерции все бегают в лёгких курточках, туфлях на тонкой подошве,

не берут с собой зонты, и как результат - имеем переохлаждение, понижение сопротивляемости нашего организма различным вирусам и бактериям.

Начало осени всегда связано с всплеском простудных и вирусных заболеваний. Вирусные инфекции протекают с высокой температурой и плохим самочувствием.

Сейчас по всей стране идёт очень серьёзное заболевание - **грипп**.

Сопя и издавая громкий хрип

И хлюпая все время носом мокрым,

Противный мелкий зверь по кличке **Грипп**

С надеждой приникает к нашим окнам.

Он так мечтает просочиться в щель,

Проникнуть к нам за каменные стены,

Залезть в тарелки, а потом в постель

И в нас самих пробраться постепенно.

Воспитатель. Что же такое **грипп**? Как вы думаете? (обобщая ответы детей, воспитатель рассказывает о таком заболевании как **грипп**)

Воспитатель. **Грипп** – это опасное заболевание, которое вызывают вирусы. Вирусы такие маленькие, что мы их не видим. Когда заболевший человек кашляет или чихает, из его рта вылетают мелкие капельки, в которых и живут эти самые вирусы. (*Демонстрация картинки чихающего человека*). На кого эти вирусы попадут, тот может заболеть. (Воспитатель читает отрывок из стихотворения «**Грипп**», автор Сергей Михалков).

У меня печальный вид –

Голова с утра болит,

Я чихаю, я охрип.

Что такое? Это **грипп**!

Не румяный гриб в лесу,

А поганый **грипп в носу**!

В пять минут меня раздели,

Стали все вокруг жалеть.

Я лежу в **своей постели**,

Мне положено болеть.

Поднялась температура.

Я лежу и не ропщу –

Пью соленую микстуру,

Кислой горло полощу.

Ставят мне на грудь горчичник,

Говорят: «*Терпи, отличник!*»

После банок на боках

Кожа в синих пятаках.

День лежу, второй лежу

Третий – в школу не хожу.

И друзей не подпускают, –

Говорят, что заражу.

Воспитатель: Ребята, чем же заболел герой этого стихотворения.

Дети: **Гриппом.**

Воспитатель: Конечно, **гриппом!** Какие признаки болезни у него проявились?

Дети: Поднялась температура, болит горло, голова.

Воспитатель: А как вы думаете, как передается **грипп**?

Дети: При кашле, чихании. Через игрушки, посуду, белье...

Воспитатель: Молодцы! Как вы думаете, можно ли избежать заболевания?

Дети: Да. Сделать прививку.

Воспитатель. **Грипп** – это заболевание, которое в буквальном смысле «*витает в воздухе*» – передаётся воздушно-капельным путём, при вдыхании вирусных частиц, а также через предметы, которыми пользовался больной человек. Инфекция быстро распространяется в холодное время года и принимает характер эпидемии.

Воспитатель. Что же нужно делать? Запретить всем чихать и кашлять?

Дети: (ответы).

Воспитатель. Думаю, что это сделать не получится. Но научиться всем, чихать и кашлять с определенной осторожностью можно. **Грипп** передается по воздуху. Особенно опасно, когда больной человек кашляет или чихает и капельки – бактерии **гриппа**, которые у него вылетают изо рта, попадают на нас. Если это произойдет, человек может заболеть. Поэтому, когда вы чихаете или кашляете, необходимо закрывать рот и нос носовым платком, чтобы не заразить окружающих.

Я предлагаю Вам немного отдохнуть и выполнить дыхательную гимнастику, которая называется «*Ветерок*». Эта гимнастика поможет Вам справиться с кашлем.

Я ветер сильный, я лечу.

Лечу, куда хочу.

Руки опущены, ноги слегка расставлены, вдох через нос.

Хочу налево посвищу,

Повернули голову налево, губы трубочкой и дуют.

Могу подуть направо,

Голова прямо, вдох, голова направо, губы трубочкой, выдох.

Могу и вверх

Голова прямо, вдох через нос, выдох через губы трубочкой, вдох.

И в облака.

Опустили голову, подбородком коснулись груди, спокойный выдох через рот.

Ну а пока я тучи разгоню.

Круговые движения руками.

Воспитатель: У нас в группе дети тоже болели гриппом. Расскажите, пожалуйста, что вы чувствовали, когда болели?

Дети: У нас был насморк, кашель, болело горло, голова, не хотелось играть, хотелось спать.

Воспитатель: Грипп передается и через предметы общего пользования.

Воспитатель: А как это понять через предметы общего пользования?

Дети: (ответы).

Заразиться можно:

1. Находясь рядом с больным человеком, особенно если он кашляет и чихает.

2. Обмениваясь тетрадями и письменными принадлежностями с больными учениками, сидя с ними за одной партой без защитной повязки или пользуясь одной посудой.

3. Не соблюдая правил личной гигиены, таких как мытьё рук перед едой, содержание в чистоте одежды и т. п.

Воспитатель: Может кто-нибудь назовёт симптомы **гриппа**?

Симптомы гриппа у детей

Воспитатель: Ребенок, заболевший **гриппом**, становится вялым, отказывается от еды, его постоянно клонит в сон. Затем довольно быстро нарастают— головная боль, озноб, боль в мышцах и суставах. Температура тела у ребенка повышается. К этим признакам присоединяются насморк, сухой, «лающий» кашель, боль в горле. Ребенку больно двигать глазами.

Воспитатель: Нам необходимо победить бактерии **гриппа**, а исчезнут они в том случае, если вы скажите, что нужно делать, если ты заболел, и как нужно лечить **грипп**.

Дети: Лечить надо таблетками, микстурой, уколами, полоскать горло лечебной травой.

Воспитатель. Но и это не самое главное.

Ребенок. Главное соблюдать правила **здоровья!**

Воспитатель. Вирусы исчезнут, если вы вспомните и назовете правила **здоровья**.

Предполагаемые ответы детей:

-Чтобы быть **здоровым**, нужно закаляться.

-Чтобы быть **здоровым** нужно соблюдать правила гигиены. И т. д.

Воспитатель: Ребята, подумайте, кто поможет нам не бояться **гриппа**? И что делать, если ты заболел?

Дети: Вызвать врача:

Воспитатель: Правильно, при появлении первых признаков болезни срочно вызывайте врача — только средствами народной медицины в этом случае не обойтись.

– Ребята, Ваши глазки устали. Давайте, встанем, выйдем в проход и выполним гимнастику для глаз. Зарядка называется «*Овощи*».

Ослик ходит, выбирает,

Что сначала съесть не знает.

Обводят глазами круг.

Наверху созрела слива,

Смотрят вверх.

А внизу растёт крапива,

Смотрят вниз.

Слева – свёкла, справа – брюква,

Смотрят влево – вправо.

Слева – тыква, справа – клюква,

Смотрят влево – вправо.

Снизу – свежая трава,

Смотрят вниз.

Сверху – сочная ботва.

Смотрят вверх.

Выбрать ничего не смог,

И без сил на землю слёг.

Зажмуривают глаза.

Моргают глазками.

3. Рефлексия: Ребята, о чём была беседа? Признаки и профилактика коронавируса.

Источник:

1. Интернет-ресурс: <https://www.maam.ru/detskijasad/-bereg-i-svoe-zdorove-konspekt-zanjatija-v-starshei-podgotovitelnoi-grupe-po-profilaktike-gripa.html>;
2. ОТ РОЖДЕНИЯ ДО ШКОЛЫ. Инновационная программа дошкольного образования. / Под ред. Н.Е. Вераксы, Т.С. Комаровой, Э.М. Дорофеевой. — Издание пятое (инновационное), испр. и доп. — М.: МОЗАИКА-СИНТЕЗ, 2019. (стр.222-259).