

3.3 Asmens higiena

1. Perskaitykite pateiktą informaciją.

2. Padiskutuokite, kas yra asmens higiena ir ką ji reiškia.

Asmens higiena

Rankų plovimas
ir
veido prausimas.

Naudojimasis
tualetu.

Asmeninių
daiktų priežiūra.

Elgesio kultūra
prie stalo.

Rūbų ir avalynės
priežiūra.

Burnos ir dantų
priežiūra.

Higienà – medicinos šaka, tirianti žmogaus sveikatą, jos palaikymą ir ligų profilaktiką.

Asmeñs higienà – atskira higienos dalis, kuri tiria kūno, drabužių, avalynės priežiūrą, buitines aplinkos sąlygas ir nustato reikalavimus, kurie padeda ugdyti higieninio elgesio įgūdžius ir įpročius.

www.sam.lrv.lt

3. Apveskite tą paveikslėlį, kuriame žmogus elgiasi teisingai. Paaiškinkite, kodėl taip manote.



4. Pažymėkite tas asmens higienos taisykles, kurių laikotės jūs.

| Taisyklės | Taip | Ne |
|--|------|----|
| Plaunu rankas ir prausiu veidą. | | |
| Tvarkingai susidedu visus savo daiktus. | | |
| Mandagiai elgiuosi prie stalo. | | |
| Moku tvarkingai susidėti savo rūbus. | | |
| Moku nusivalyti savo batus, jei jie purvini. | | |
| Ryte ir vakare išsivalau dantis. | | |

3.3 Asmens higiena

5. Kairėje pusėje esančius paveikslėlius sujunkite su tinkamais paveikslėliais dešinėje pusėje. Paaiškinkite, kodėl taip sujungėte.



6. Pažiūrėkite eilėraščio „Aš pati“ vaizdo įrašą ir atsakykite į klausimą, kuris bus užduotas įrašo pabaigoje.

7. Dirbkite poromis ir sukurkite klasės asmens higienos taisykles.

Asmens higienos taisyklės klasėje:

- _____
- _____
- _____



8. Pristatykite savo darbą klasės draugams.