

Как рассказать ребенку о вирусах и о том, как с ними бороться?

Рыжкова Светлана Викторовна

Для чего нужна гигиена? Взрослые это хорошо понимают. В окружающем мире огромное количество вредоносных вирусов и бактерий, способных вызвать различные заболевания. **Но дети этого не знают. Они не видят микробов, а значит, их не существует.** Бесплезно ругать малыша, 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. **Мышление у детей наглядно-образное, поэтому показываем, рассказываем, объясняем доступным языком, в игровой форме.**

Предлагаю вам провести беседу в игровой форме (со сказочным персонажем – Незнайка, это может быть игрушка, картинка).

Ход беседы.

Незнайка: Здравствуй,...(Сашенька...)! 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 тебе, чтобы ты объяснил мне, что это за болезнь такая, и как с ней справиться?

Мама: Ну что поможем Незнайке! И расскажем ему всё, что знаем о вирусах.

Незнайка: А вы сейчас болеете?

Мама: Ты что Незнайка, у нас в семье все здоровые, а когда заболеем, то сидит дома и лечимся.

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

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

Незнайка: А как вы думаете, где можно заразиться гриппом или вирусом?

Ребенок: В детском саду, в магазине, в транспорте, на улице, в аптеке, на почте....

Незнайка: Как много мест, где можно заразиться!

Мама: 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 становится 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?

Ребенок: Чаше 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.

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

Незнайка: Какие правила?

Ребенок (мама помогает): 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.

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

Ребенок: 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?

Мама: Следует позаботиться о близком человеке, но и не 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.

Незнайка: Спасибо большое! 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.