

Что помогает жить удобно, безопасно и
здорово каждый день?

**Обеспечение бытовых
потребностей: что нужно
человеку каждый день**

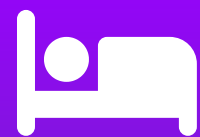




Почему бытовые потребности важны каждый день

Вода, еда, сон и безопасный дом помогают человеку сохранять силы, хорошо учиться и чувствовать себя спокойно. Эти потребности семья и город обеспечивают вместе, через покупки, услуги и повседневную заботу.

Основные бытовые потребности человека



Сон и отдых

Полноценный сон восстанавливает силы, улучшает настроение и внимание на уроках. Для школьника важно иметь спокойное место, где можно отдохнуть после нагрузки.



Чистота и гигиена

Мытьё рук, чистка зубов, умывание и порядок в доме снижают риск болезней. Личная и домашняя гигиена делает жизнь удобнее и безопаснее.



Питание и питьё

Еда и вода дают организму энергию, помогают расти и поддерживать силы в течение дня. Без них трудно учиться, играть и заниматься привычными делами.



Одежда и обувь

Одежда защищает от холода, жары, ветра и дождя, а обувь — от сырости и травм. По сезону вещи помогают чувствовать себя комфортно и уверенно.



Жильё и безопасность

Дом защищает от непогоды, шума и опасностей улицы. В нём должны быть тепло, свет, вентиляция и условия для сна, учёбы и спокойного отдыха.

Ежедневные бытовые расходы семьи

Даже в обычный день семья тратит деньги на самые необходимые вещи и услуги.

Статья	Пример	Зачем нужна
Продукты	хлеб, молоко	питание
Вода и свет	счёт за дом	быт и техника
Проезд	автобус, метро	дорога
Гигиена	мыло, паста	чистота

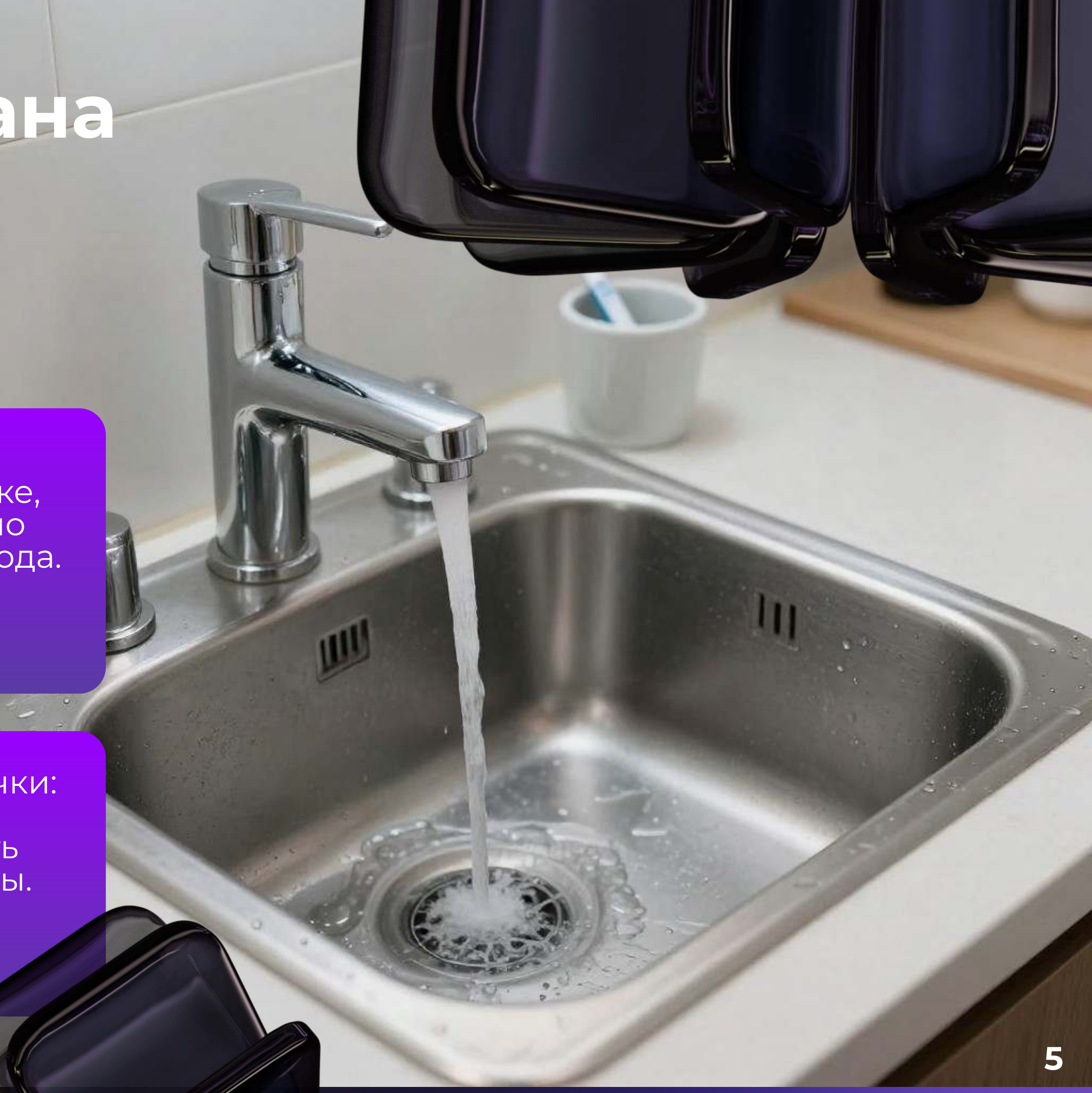
Основные расходы связаны с тем, что требуется каждый день: еда, жильё, транспорт и уход за собой.

Составлено по типичным повседневным расходам семьи.

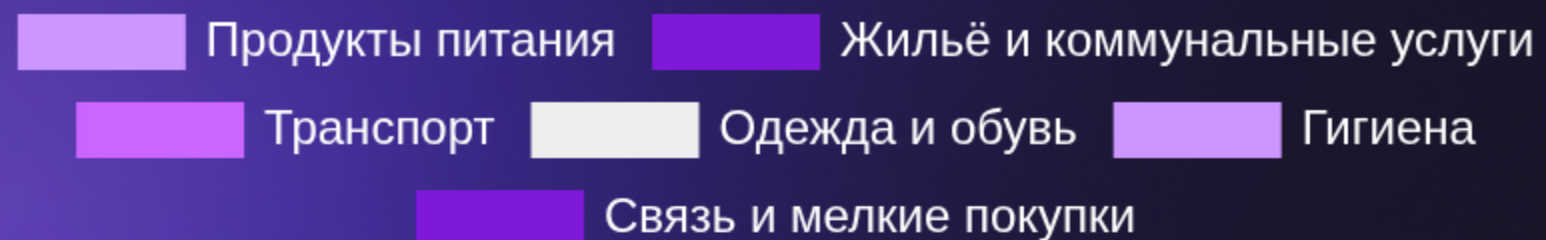
Вода в быту: от крана до экономии

Вода нужна не только для питья: она используется при готовке, умывании, уборке, стирке и купании. Поэтому в доме особенно важно следить за исправностью водопровода.

Экономить воду помогают простые привычки: закрывать кран, пока чистишь зубы, не оставлять протечки без внимания и тратить воду аккуратно при мытье посуды и одежды.



На что уходит семейный бюджет в быту



Помимо крупных затрат, семья регулярно оплачивает небольшие, но обязательные повседневные покупки.

Самые заметные расходы связаны с едой и содержанием жилья, а остальные статьи требуют постоянного, но меньшего бюджета.

Учебная схема типичных бытовых расходов семьи; значения условные, для наглядности.

Питание как главная ежедневная потребность

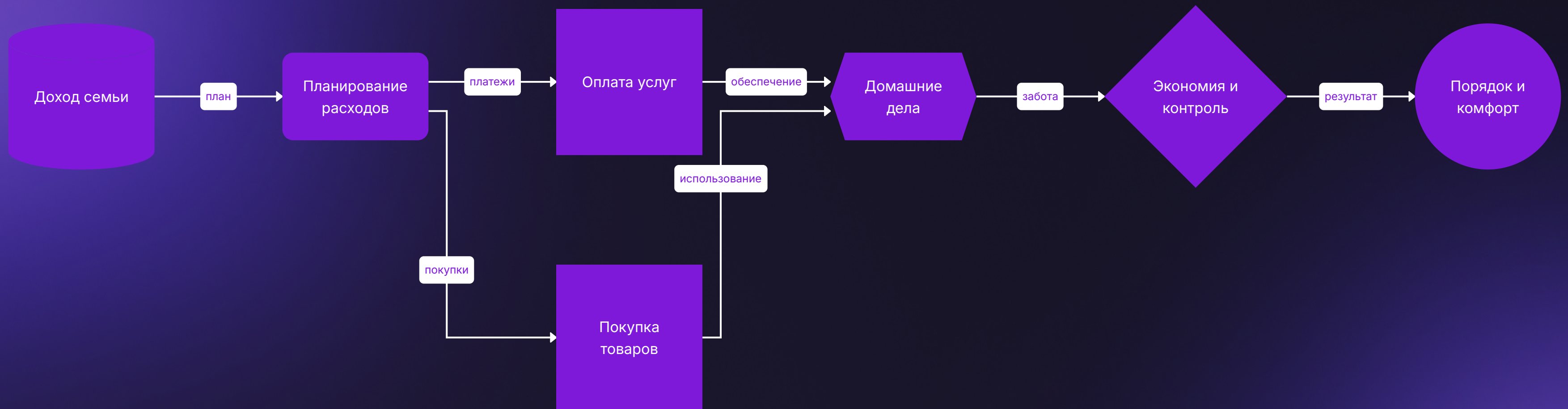
01 Школьнику важно питаться регулярно: завтрак, обед, ужин и полезные перекусы помогают сохранять силы, внимание и хорошее самочувствие на протяжении дня.

02 Для рациона нужны белки, крупы, овощи, фрукты, молочные продукты и чистая вода. Такое питание поддерживает рост, здоровье и работоспособность.

03 Слишком много сладостей, газированных напитков и фастфуда мешает режиму дня и может ухудшать самочувствие, поэтому важно выбирать более полезную еду.

Как семья обеспечивает бытовые потребности

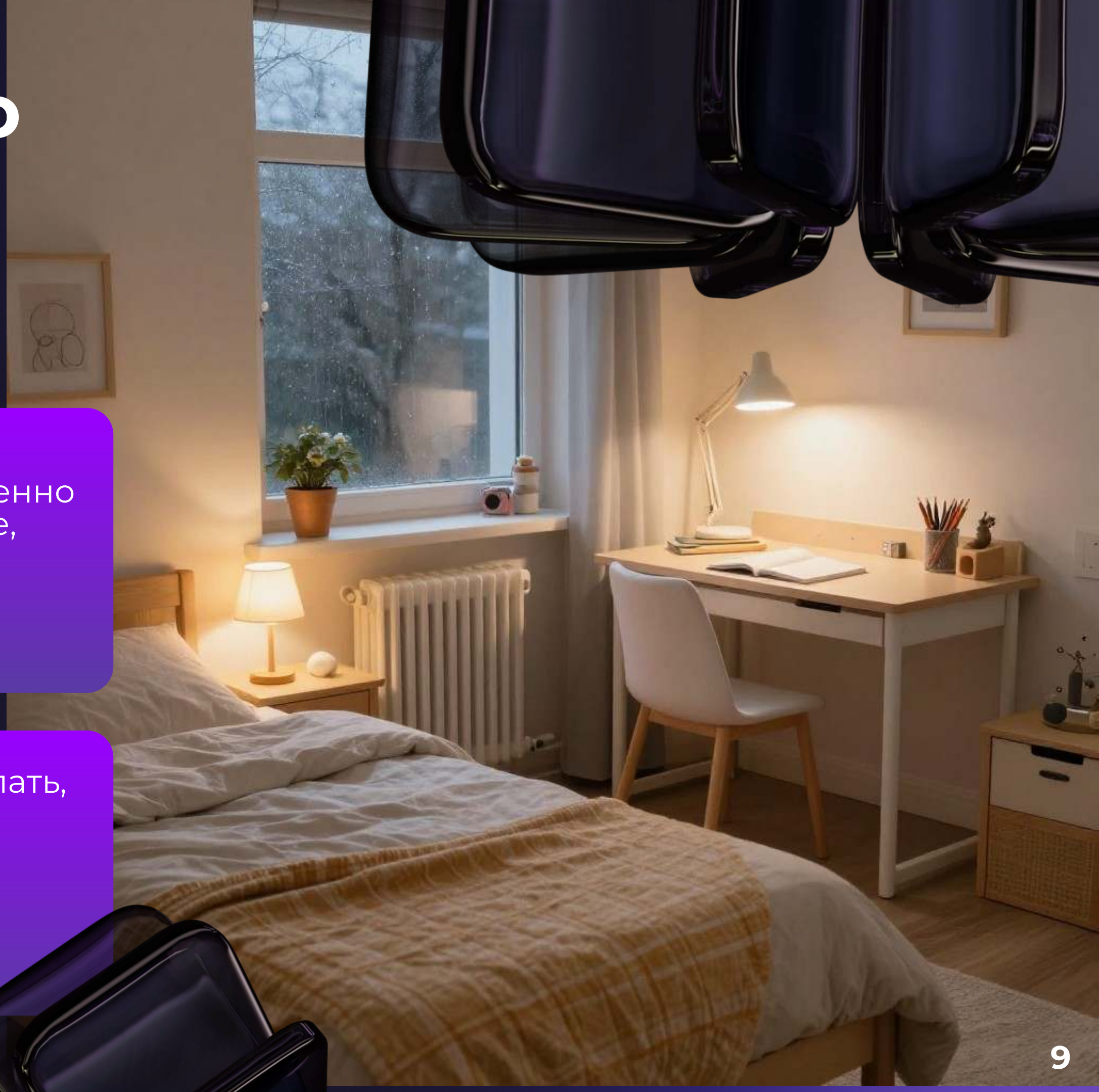
Схема показывает, как доход и повседневные действия превращаются в комфорт и порядок дома.



Жилище как место для сна, учёбы и отдыха

Квартира или дом защищают человека от холода, дождя, ветра и шума. Внутри особенно важны тепло, освещение и проветривание, чтобы жить было спокойно и удобно.

Для школьника нужно место, где можно спать, делать уроки и отдыхать. Удобная и безопасная обстановка помогает меньше уставать и лучше сосредотачиваться.



Коммунальные услуги и их назначение



Коммунальные услуги обеспечивают основные условия для жизни в доме каждый день.

Без коммунальных услуг жильё не может быть удобным и безопасным для повседневной жизни.

Услуга	Что даёт	Пример
Электричество	свет и приборы	лампа
Отопление	тепло	батареи
Водоснабжение	воду	кран
Вывоз мусора	чистоту	контейнер

Сводка основных коммунальных услуг, используемых в быту.



Что помогает сохранить порядок дома



Чем регулярнее эти дела, тем меньше времени уходит на наведение чистоты в выходные.

Чаще всего повторяются посуда и проветривание, а стирка и сортировка выполняются реже, но тоже регулярно.

Учебная схема по теме «Обеспечение бытовых потребностей», составлено по материалам урока.

Ключевые привычки гигиены



Уход за зубами

Чистка зубов утром и вечером, а также использование зубной пасты и щётки поддерживают здоровье зубов, дёсен и свежесть дыхания.



Гигиена в школе

В школе и транспорте особенно важно соблюдать личную чистоту, пользоваться носовым платком и не забывать о простых правилах аккуратности.



Мытьё рук

Мытьё рук перед едой, после улицы и после контакта с животными помогает уменьшить попадание микробов в организм и снижает риск инфекций.



Чистота тела

Душ, умывание, короткие ногти и чистая одежда помогают чувствовать себя опрятно, а также делают повседневное общение более комфортным.

Зачем нужна одежда по сезону

Зимняя одежда

Зимой одежда должна сохранять тепло и защищать от ветра, снега и сырости. Для этого выбирают тёплую куртку, шапку, шарф, перчатки и обувь, которая не пропускает влагу.



Летняя одежда

Летом важны лёгкие и дышащие ткани, удобная обувь и головной убор от солнца. Такая одежда помогает не перегреваться и сохранять комфорт в жаркую погоду.

Как меняются бытовые потребности в разные времена года



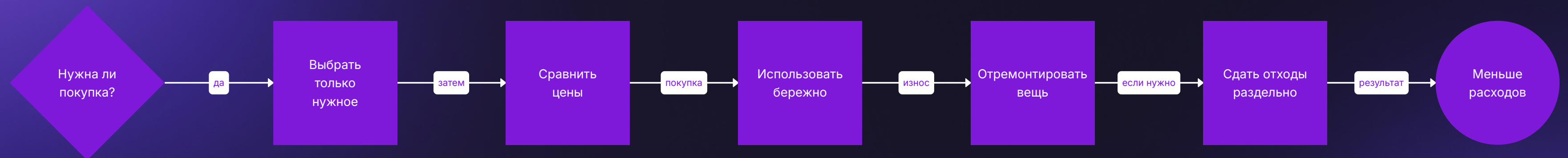
Сезон влияет не только на одежду и отопление, но и на привычки семьи в уборке, покупках и проветривании.

Зимой и осенью нагрузка на быт выше из-за холода и подготовки дома, а летом возрастает значение воды и свежих продуктов.

Учебная схема по теме «Обеспечение бытовых потребностей», составлено по материалам урока.

Шаги разумной экономии в быту

Схема показывает, как семейные решения помогают беречь деньги, вещи и ресурсы каждый день.



Кто помогает удовлетворять бытовые потребности

01 Школа, поликлиника и аптека помогают семье заботиться об учёбе и здоровье, а также вовремя получать знания, советы и необходимые товары.

02 Магазины и почта обеспечивают покупку продуктов, вещей и нужных отправлений, поэтому семье не приходится тратить время на лишние поездки.

03 Транспорт связывает дом с разными местами города, помогая добираться до школы, работы, кружков и учреждений без лишних задержек.

04 Жилищно-коммунальные службы подают воду, свет и тепло, а также поддерживают чистоту и порядок в доме и на улице.

Личные и семейные обязанности в быту

Таблица показывает, как распределяются домашние дела между ребёнком, родителями и всеми членами семьи.

Кто	Обязанности	Результат
Ребёнок	Убрать вещи	Аккуратность
Родители	Оплатить счета	Стабильность
Все вместе	Беречь ресурсы	Меньше расходов

Когда каждый выполняет свою часть домашних дел, быт становится организованнее, а семья тратит меньше сил, времени и денег.

Учебная таблица по теме «Обеспечение бытовых потребностей»

Правила безопасности дома

01

Не трогай розетки, провода и электроприборы мокрыми руками. Любые неисправности или искрение нужно сразу показать взрослым, чтобы избежать удара током.

02

Газовая плита, горячая вода и утюг требуют осторожности. Не оставляй их без присмотра и не подходи близко к опасным предметам.

03

Бытовую химию, лекарства и острые предметы хранят отдельно от еды и в недоступном для младших детей месте, чтобы не было отравлений и порезов.

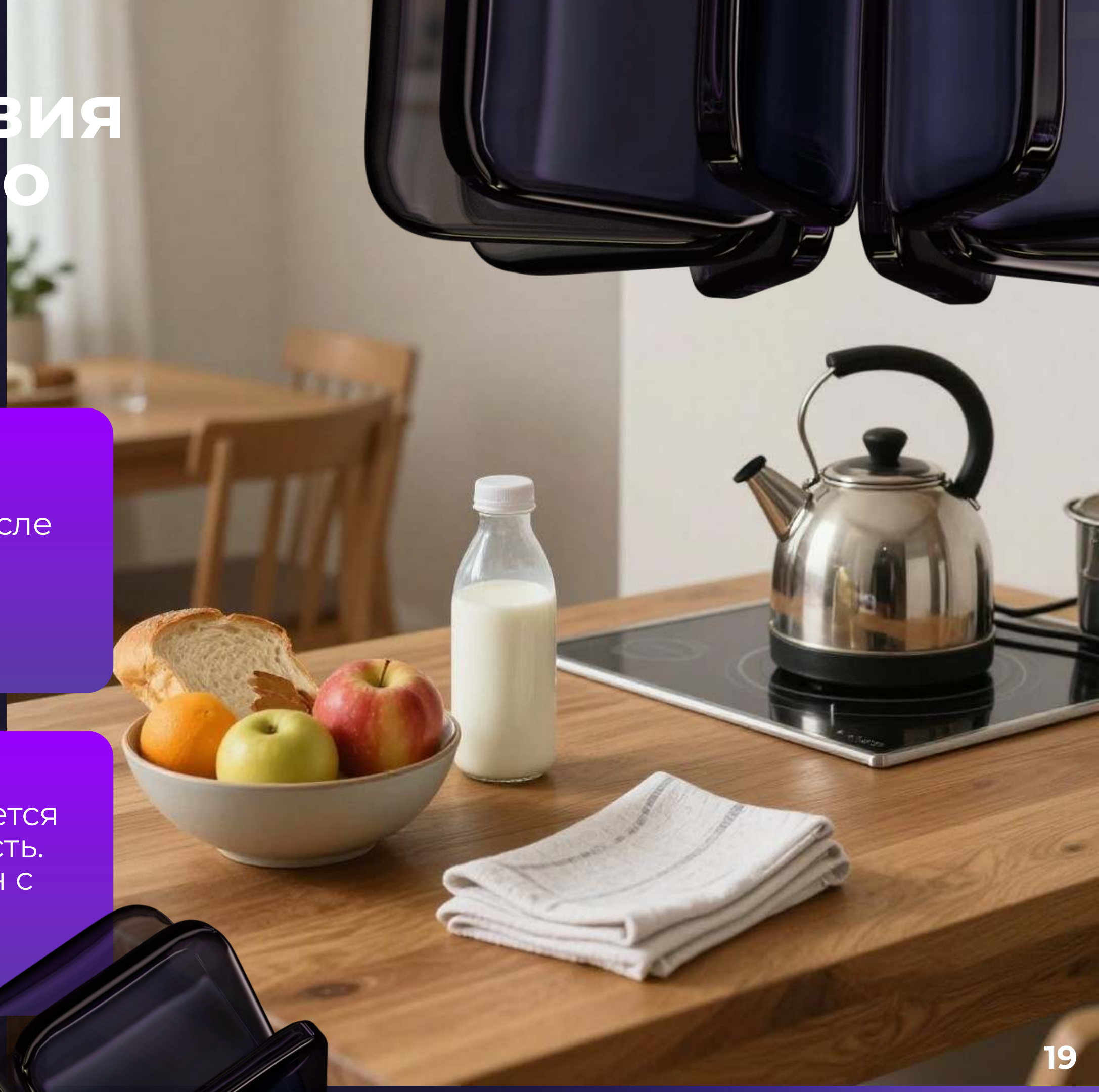
04

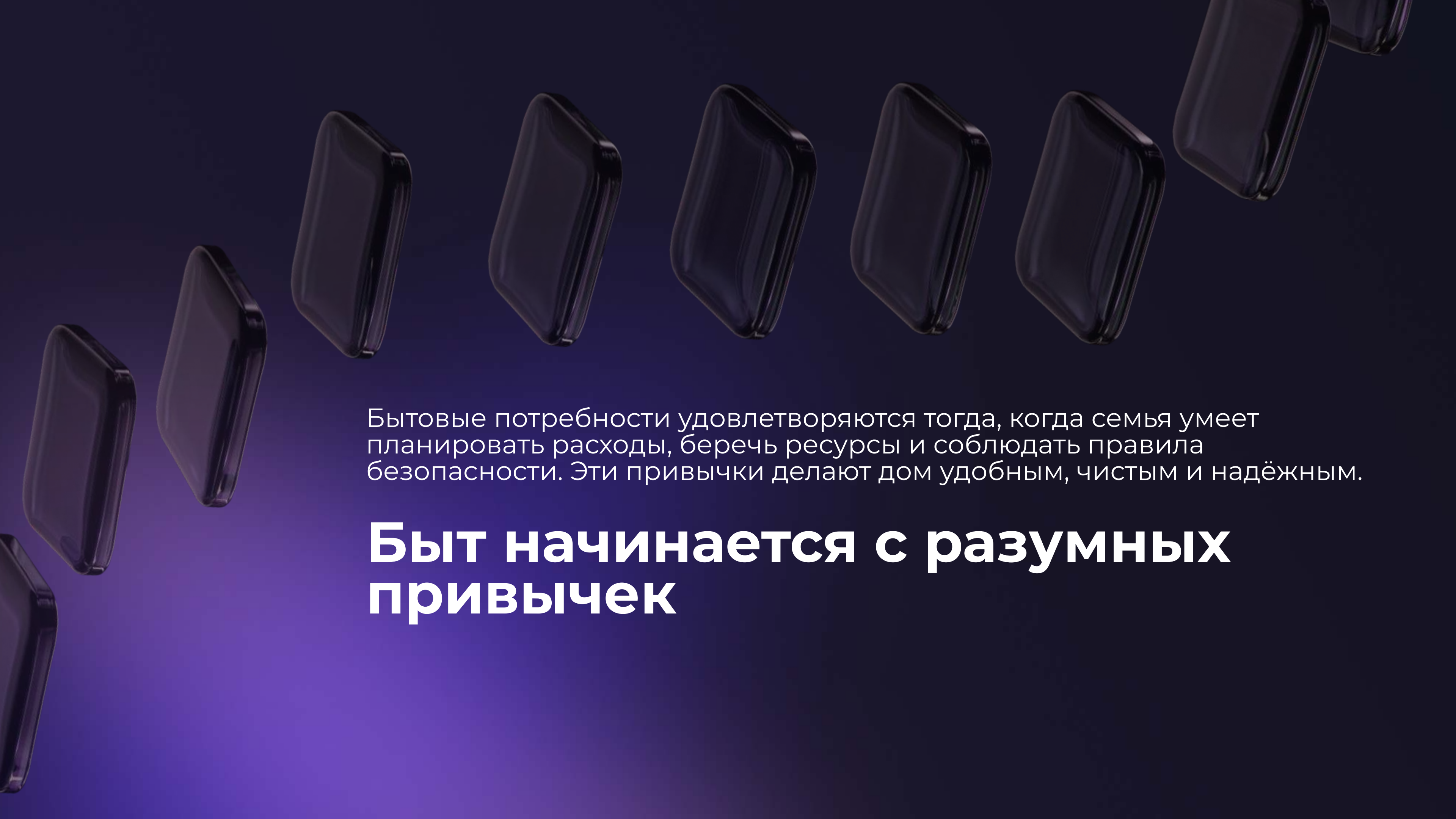
Если появился запах газа, протечка воды или другая авария, нужно немедленно сообщить взрослым и не пытаться устранять проблему самостоятельно.

Как бытовые условия влияют на качество жизни

Когда дома есть еда, вода, тепло и чистота, человеку проще соблюдать режим дня, спокойно учиться и восстанавливаться после нагрузок. Быт становится опорой для здоровья.

Если хотя бы одна важная потребность не обеспечена, возрастает усталость, ухудшается настроение и снижается работоспособность. Поэтому порядок в доме напрямую связан с самочувствием.





Бытовые потребности удовлетворяются тогда, когда семья умеет планировать расходы, беречь ресурсы и соблюдать правила безопасности. Эти привычки делают дом удобным, чистым и надёжным.

Быт начинается с разумных привычек