



Think ahead.

Η σχολή πλυσίματος χεριών του Max είναι μέρος της επιθυμίας της Essity για την υποστήριξη των σχολείων της πρωτοβάθμιας εκπαίδευσης να διδάξουν στους μαθητές τους τη σημασία του πλυσίματος των χεριών και για να ενημερώσουν γιατί είναι σημαντική η υγιεινή των χεριών. Οι καλές συνήθειες ξεκινούν νωρίς στη ζωή.



Think ahead.

**Η σχολή πλυσίματος χεριών του Max
Εγχειρίδιο δασκάλου**

Υγιεινή των
χεριών



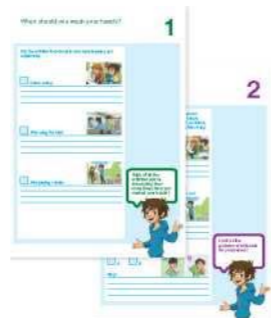
Κάνοντας το πλύσιμο των χεριών αξέχαστο

Η σχολή πλυσίματος χεριών του Max είναι ένας εύκολος τρόπος να ενθαρρύνετε τα παιδιά να πλένουν και να στεγνώνουν τα χέρια τους σωστά. Θα έχουν τη δυνατότητα να κάνουν πειράματα υγιεινής των χεριών, να λύσουν προβλήματα και να μάθουν χρήσιμα τρικ, όλα με τη βοήθεια του Max.

Το εγχειρίδιο του μαθητή και οι δραστηριότητες για τους μαθητές που συνοδεύουν αυτό το εγχειρίδιο έχουν δημιουργηθεί να είναι κατάλληλα για παιδιά ηλικίας μεταξύ 6-10. Κάθε εγχειρίδιο μαθητή περιέχει ένα σετ από κάρτες δραστηριοτήτων για μαθητές, οι οποίες αναφέρουν συγκεκριμένες δραστηριότητες που περιγράφονται παρακάτω σε αυτό το εγχειρίδιο. Ένα σετ δραστηριοτήτων για μαθητές περιλαμβάνεται ως μέρος αυτού του εγχειριδίου, για καθοδήγηση και βοήθεια.

Μπορείτε να κατεβάσετε τις δραστηριότητες, το εγχειρίδιο μαθητή και αυτό το εγχειρίδιο δασκάλου στη διεύθυνση (προσθήκη συνδέσμου στην ηλεκτρονική σελίδα του Max όπου είναι διαθέσιμες οι λήψεις). Χρησιμοποιήστε τις δραστηριότητες κατά τη διάρκεια των μαθημάτων, ή αναθέστε τις ως εργασίες για το σπίτι. Είναι καλύτερες όταν είναι εκτυπωμένες με χρώμα, αλλά δουλεύουν και ασπρόμαυρες.

Ένα σετ αφισών είναι επίσης διαθέσιμο, τις οποίες μπορείτε να τοποθετήσετε σε αίθουσες διδασκαλίας, στις τουαλέτες, ή έξω από κυλικεία για να ενισχύσετε τη σημασία της υγιεινής των χεριών.



Εμπνέοντας καλύτερη υγιεινή των χεριών

Τα χέρια μας είναι τα πιο σημαντικά σημεία επαφής με τον εξωτερικό κόσμο, και είναι οι κύριοι φορείς πολλών μικροβίων, τα οποία μπορούν να μεταφέρουν και να προκαλέσουν ασθένειες.

Τα μικρόβια μπορούν να εξαπλωθούν γρήγορα, ιδιαίτερα σε μέρη όπου συγκεντρώνονται πολλοί άνθρωποι, συμπεριλαμβανομένων των σχολείων. Μπορούν να μεταδοθούν όταν ένα άτομο μιλάει, φτερνίζεται ή βήχει, αλλά επίσης και μέσω επαφής με αντικείμενα που έχουν έρθει σε επαφή με μολυσμένα χέρια. Η εκμάθηση του πώς πλένουμε και στεγνώνουμε σωστά τα χέρια είναι ένα σημαντικό βήμα για κάθε παιδί.

Τα περισσότερα παιδιά γνωρίζουν πώς να πλένουν και να στεγνώνουν σωστά τα χέρια τους, καθώς και τους λόγους για αυτό, αλλά δεν καταλαβαίνουν πλήρως πόσο είναι πιο σημαντικό να το κάνουν.

**Γεια, είμαι ο Max!
Καλωσορίσατε στη
σχολή μου
πλυσίματος χεριών**



Καλωσορίσατε στον Max

Γεια, είμαι ο Max! Είμαι 9 χρονών και ζω με τους γονείς μου, την μικρότερη αδερφή μου, την Ella, και τον σκύλο μας, τον Charlie.

Μου αρέσει να βρίσκομαι έξω και να παίζω με τους φίλους μου, και συγκεκριμένα να σκαρφαλώνω δέντρα και να τρέχω. Μου αρέσει επίσης να μαθαίνω νέα πράγματα, ειδικά για την επιστήμη και τη βιολογία. Είναι τα αγαπημένα μου μαθήματα, και μου αρέσει να κάνω πειράματα για να μαθαίνω νέα και συναρπαστικά πράγματα.

Τον τελευταίο καιρό μαθαίνω για το πλύσιμο των χεριών μου, οπότε σκέφτηκα να μοιραστώ αυτά που έχω ανακαλύψει μέχρι τώρα. Σε αυτό το βιβλίο μπορείτε να διαβάσετε σχετικά με το πώς, πότε και γιατί πρέπει να πλένετε τα χέρια σας.

Θα μάθετε για τα μικρόβια και πώς μπορείτε να προστατεύσετε τον εαυτό σας, τους φίλους σας και την οικογένειά σας από μολύνσεις.

Γνωρίζετε πόσο γρήγορο είναι ένα φτέρνισμα; Συνεχίστε να διαβάζετε για να το ανακαλύψετε!

Ελπίζω να σας αρέσει να μαθαίνετε για αυτό, όσο μου άρεσε εμένα!

1. Πότε πρέπει να πλένουμε τα χέρια μας;

Στόχος

Για να βοηθήσουμε τα παιδιά να καταλάβουν πόσο σημαντικό είναι να πλένουν τα χέρια τους τακτικά, ειδικά μετά από δραστηριότητες που κάνουν κατά τη διάρκεια της ημέρας.

Δραστηριότητα

Χρησιμοποιώντας τα φύλλα εργασίας δραστηριότητας, τα παιδιά σημειώνουν τις δραστηριότητες που πιστεύουν ότι πρέπει να ακολουθούνται από το πλύσιμο των χεριών. Θα μπορούσατε επίσης να τους ενθαρρύνετε να σκεφτούν άλλα παραδείγματα και να συζητήσουν όλοι μαζί στην τάξη.

Απαντήσεις

Κάθε μία από τις δραστηριότητες στο φύλλο εργασίας πρέπει να σημειωθεί. Σχετικά με το γιατί είναι σημαντικό να πλένουμε τα χέρια μας, οι αποδεκτές απαντήσεις θα μπορούσαν να περιλαμβάνουν: για να απαλλαγούμε από τα κακά μικρόβια, να σταματήσουμε την εξάπλωση των μικροβίων, για να παραμένουμε υγιείς, και για να διατηρήσουμε καλά επίπεδα υγιεινής.



Τι θα χρειαστείτε:
- Φύλλο εργασίας δραστηριότητας 1 για κάθε παιδί -
Έναν πίνακα για να γράψει άλλες προτάσεις για συζήτηση

2. Πράττουν σωστά ο Max και οι φίλοι του;

Στόχος

Τα παιδιά θα μάθουν συμπεριφορές που προκαλούν την εξάπλωση μικροβίων, και γιατί πρέπει να αποφεύγουν να τα κάνουν.

Δραστηριότητα

Ζητήστε από τα παιδιά να συμπληρώσουν την κάρτα δραστηριότητας ξεχωριστά και, στη συνέχεια, να συζητήσουν τις απαντήσεις όλοι στην τάξη. Βεβαιωθείτε ότι τα παιδιά είναι επικεντρωμένα στο γιατί οι ενέργειες ήταν λανθασμένες και ρωτήστε τι θα έπρεπε να είχαν κάνει για να ενισχύσουν το μήνυμα.

Απαντήσεις

1. Όχι - ο Max έπρεπε να πλύνει τα χέρια του πριν το βραδινό φαγητό.
2. Όχι - και οι δύο έπρεπε να πλύνουν τα χέρια τους πριν μοιραστούν φαγητό.
3. Α - πρέπει να καλύπτεις το στόμα κατά το φτέρνισμα για να σταματήσεις την εξάπλωση των κακών μικροβίων.



Τι θα χρειαστείτε:
- Φύλλο εργασίας δραστηριότητας 2 για κάθε παιδί -
Έναν πίνακα για να γράψει άλλες προτάσεις για συζήτηση

3. Τι είναι καλή υγιεινή;

Στόχος

Τα παιδιά πρέπει να γνωρίζουν ότι η υγιεινή σημαίνει κάτι περισσότερο από καθαριότητα.

Δραστηριότητα

Ζητήστε από τα παιδιά να συμπληρώσουν την κάρτα. Ενθαρρύνετε τα να κάνουν ερωτήσεις ή να εργαστούν σε ζευγάρια εάν το επιθυμούν. Θα πρέπει να αναζητήσουν την «υγιεινή» σε μια εγκυκλοπαίδεια ή στο διαδίκτυο και να γράψουν τον πλήρη ορισμό. Συζητήστε στην τάξη.

Απαντήσεις

1. Ένα παράδειγμα ορισμού της υγιεινής: Η υγιεινή είναι τα πράγματα που κάνετε για να διατηρείτε τον εαυτό σας και το περιβάλλον σας καθαρό ώστε να διατηρείτε καλή υγεία.
2. Πλύσιμο των χεριών μετά το παιχνίδι έξω, πριν και μετά το φαγητό και μετά τη χρήση της τουαλέτας για να σταματήσει η εξάπλωση μικροβίων. Κάλυψη του στόματος κατά τον βήχα ή το φτέρνισμα για να σταματήσει η εξάπλωση μικροβίων.

Τι θα χρειαστείτε:
- Φύλλο εργασίας δραστηριότητας 3 για κάθε παιδί -
Εγκυκλοπαίδειες, tablet ή υπολογιστές για να αναζητήσουν τα παιδιά τον ορισμό



4. Γιατί πρέπει να στεγνώνουμε τα χέρια μας;

Στόχος

Αυτή η δραστηριότητα θα πρέπει να καταστήσει σαφές ότι τα μικρόβια θα μπορούσαν να είναι ακόμη στα χέρια μετά από ένα σωστό πλύσιμο αλλά χωρίς στέγνωμα.

Δραστηριότητα

Σε αυτήν τη δραστηριότητα, τα παιδιά πρέπει να ακολουθήσουν τις οδηγίες που αναφέρονται στην κάρτα.

Στη δραστηριότητα χρησιμοποιείται άμμος για αναπαράσταση του που θα μπορούσαν να βρίσκονται τα μικρόβια στα χέρια τους εάν δεν τα στεγνώνουν σωστά. Έπειτα, ενθαρρύνετε τους να γράψουν τις παρατηρήσεις τους και να μοιραστούν αυτά που έχουν δει σε μικρές ομάδες. Ζητήστε από τις ομάδες να ~~απαντήσουν~~ τις παρατηρήσεις τους στην τάξη.

Η άμμος δεν κολλάει στα χέρια των παιδιών όταν είναι στεγνά.

Η άμμος κολλάει στα χέρια των παιδιών όταν είναι λίγο βρεγμένα.

Το σωστό στέγνωμα των χεριών σταματάει την εξάπλωση μικροβίων και μας προστατεύει από ασθένειες.

Τι θα χρειαστείτε:
- Φύλλο εργασίας δραστηριότητας 4 για κάθε παιδί -
Κάθε παιδί θα χρειαστεί ένα ρηχό μπολ με μια μικρή ποσότητα άμμου και μια χαρτοπετσέτα



5. Τι είναι τα μικρόβια;

Στόχος
Χρησιμοποιώντας τα βιβλία ασκήσεών τους, τα παιδιά θα μάθουν τι είναι τα μικρόβια και θα καταλάβουν πώς εξαπλώνονται.

Δραστηριότητα
Τα παιδιά πρέπει να βρουν έναν συμμαθητή τους για να κάνουν την εργασία μαζί. Στη συνέχεια, πρέπει να διαβάσουν την ενότητα με τον τίτλο στα βιβλία ασκήσεών τους. Έπειτα, κάθε παιδί συμπληρώνει την κάρτα δραστηριότητας με τέσσερις ερωτήσεις που έχει σκεφτεί για να κάνει στον συμμαθητή του βάσει του κειμένου που μόλις διάβασε. Κατόπιν, ανταλλάζουν κάρτες και συμπληρώνουν τις απαντήσεις. Ενθαρρύνετε τους να βαθμολογήσουν ο ένας τον άλλον και, στη συνέχεια, να παρουσιάσουν τις ερωτήσεις και τις απαντήσεις τους στην τάξη μαζί.

- Τι θα χρειαστείτε:
- Φύλλο εργασίας δραστηριότητας 5 για κάθε παιδί - Κάθε παιδί θα χρειαστεί το δικό του εγχειρίδιο, ανοιχτό στην ενότητα με τίτλο «Ο κόσμος μας είναι γεμάτος μικρόβια!»



7. Αφίσα για την υγιεινή των χεριών

Στόχος
Να παρουσιάσετε όλα όσα έχει μάθει η τάξη σχετικά με την υγιεινή των χεριών, και πώς να πλένουν και στεγνώνουν τα χέρια τους, με έναν διασκεδαστικό και ελκυστικό τρόπο.

Δραστηριότητα
Χωρίστε την τάξη σε ομάδες τριών μαθητών. Εξηγήστε ότι ο στόχος τους είναι να σχεδιάσουν μια αφίσα με θέμα την «υγιεινή χεριών», που θα πρέπει να υπενθυμίζει στα μέλη της τάξης τους να πλένουν τακτικά τα χέρια τους και πώς πρέπει να το κάνουν. Ενθαρρύνετε τα παιδιά να γίνουν δημιουργικά, να σχεδιάσουν εικόνες και να δημιουργήσουν κολάζ χρησιμοποιώντας τα υλικά που παρέχονται. Επισημάνετε ότι οι αφίσες πρέπει να περιλαμβάνουν όλα τα μηνύματα που αναφέρονται στην κάρτα. Μόλις ολοκληρωθεί η δραστηριότητα, τοποθετήστε τις αφίσες στους τοίχους των τάξεων ή στους διαδρόμους του σχολείου.

- Τι θα χρειαστείτε:
- Φύλλο εργασίας δραστηριότητας 7 για κάθε παιδί - Μεγάλα φύλλα χαρτιού (το μέγεθος A3 είναι αρκετό)
 - Υλικά χειροτεχνίας, όπως έγχρωμο χαρτί, χαρτομάνηλα, αλουμινοχαρτό, χρώματα, κόλλα κ.λπ.
 - Χρωματιστά μολύβια ή μαρκαδόρους



6. Σωστό πλύσιμο των χεριών

Στόχος
Κατάλληλο για αίθουσες διδασκαλίας που διαθέτουν φως UV (black light) και λουσίν που φωσφορίζει, αυτό το διασκεδαστικό πείραμα δείχνει ότι τα μικρόβια εξακολουθούν να βρίσκονται στα χέρια σας αφού τα πλύνετε γρήγορα. Στόχος είναι να ενθαρρύνει τα παιδιά να τα πλένουν για μεγαλύτερο χρονικό διάστημα και χρησιμοποιώντας τη σωστή μέθοδο.

Δραστηριότητα
Τοποθετήστε το black light σε κατάλληλο μέρος, ώστε τα παιδιά να κάνουν μια σειρά για να το χρησιμοποιήσουν. Εναλλακτικά, χωρίστε τα παιδιά σε ομάδες και μετακινήστε το black light μεταξύ των ομάδων έτσι ώστε το καθένα με τη σειρά του να μπορεί να το χρησιμοποιήσει. Ζητήστε από τα παιδιά να διαβάσουν την κάρτα για να καταλάβουν την εργασία. Μοιράστε τη λουσίν που φωσφορίζει και ζητήστε από τα παιδιά να τρίψουν τα χέρια τους μαζί, όπως λέει στην κάρτα. Τα παιδιά στη συνέχεια θα κοιτάζουν τα χέρια τους ενώ χρησιμοποιούν το black light. Εξηγήστε ότι εάν κάποια μέρη των χεριών τους λάμπουν, τότε σημαίνει ότι πρέπει να πλύνουν και να στεγνώσουν τα χέρια τους. Ζητήστε από όλα τα παιδιά να πλύνουν και να στεγνώσουν τα χέρια τους, χρησιμοποιώντας τις πληροφορίες από το βιβλίο ασκήσεών τους, και επαναλάβετε τη διαδικασία. Αυτή τη φορά δεν πρέπει να υπάρχουν σημεία που λάμπουν!

- Τι θα χρειαστείτε:
- Φύλλο εργασίας δραστηριότητας 6 για κάθε παιδί - Φως UV (black light) - Λουσίν που φωσφορίζει
 - Σαπούνι, χάρτινες πετσέτες και έναν νιπτήρα με τρεχούμενο νερό

