

Kedy si máš umývať ruky?

1

Vyznač aktivity, pri ktorých si máš umyť ruky, a vysvetli prečo.

☐

Pred jedlom

☐

Po použití toalety

☐

Po hraní sa vonku



Porozmýšľaj nad všetkými aktivitami, ktoré si dnes robil/-a. Koľkokrát si si umýval/-a ruky?



1. Max sa hrá v záhrade so svojím psom. Keď ho mama zavolá na večeru, uvedomí si, aký je hladný, a beží rovno k prestretému stolu. Mňam, pomyslí si a hneď berie do rúk chlieb. Robí to Max správne?

☐

Áno

☐

Nie



Prečo?

2. Po hre na školskom dvore ponúkol Max kúsok svojej desiaty kamarátovi. Urobil Max správnu vec?

☐

Áno

☐

Nie



Prečo?

3. Ktorý z týchto spôsobov kýchania je správny?

☐

A

☐

B



Prečo?

Pozri si obrázky a rozhodni sa.



[illegible][illegible]

Dobrá hygiena
znamená, že sme
čistí, zdraví
a nemáme
žiadne choroby



Prečo by si si mal/-a sušiť ruky?

4

Vyskúšaj nasledujúci experiment:

1. Navlhči si ruky.
2. Vysuš ich tak dôkladne, aby boli dlane úplne suché.
3. Polož dlane na piesok a zatlač.

Čo sa stane?

4. Znova si umy ruky.
5. Osuš ich tak, aby zostali trochu vlhké.
6. Znova polož dlane na piesok a zatlač.

Čo je tentokrát iné?

Prečo by si si mal/-a vždy poriadne sušiť ruky?

Čo budete potrebovať:

- plytkú nádobu s pieskom,
- vodu,
- papierovú utierku.

Ak sú naše ruky vlhké,
prilepia sa na ne mikróby
rovnako ako zrnká piesku.
Ruky si musíme
vždy dôkladne osušiť.



Čo sú mikróby?

Nájdí si jedného spolužiaka a spoločne si prečítajte časť v knižke s názvom „Porozprávajme sa o mikróboch“.

Potom si vymysli dve otázky o tom, čo si čítal/-a, ktoré sa spýtaš svojho spolužiaka. Vymeň si s ním karty a odpovedz na otázky, ktoré napísal. Po zodpovedaní otázok na oboch stranách si karty vráťte a obodujte sa navzájom. Podel' sa s tým, čo si napísal/-a, s celou triedou.

1.

Otázka

Odpoveď

2.

Otázka

Odpoveď

Povedzme si, čo sme sa naučili o mikróboch.



Vyskúšaj tento experiment so svojím učiteľom:

1. Natri si ruky fluorescenčnou farbou. Urob to dôkladne a nezabudni na končeky prstov, chrbát rúk a medzi prstami.
2. Podrž ruky pod ultrafialovým svetlom. Ak svietia, znamená to, že si ich musíš umyť a osušiť. Mohli by byť na nich mikróby!
3. Umyte si ruky mydlom a dôkladne si ich osuš.
4. Znova si natri ruky fluorescenčnou farbou a podrž ich pod ultrafialovým svetlom. Čo sa zmenilo? Sú na твоjich rukách ešte miesta, ktoré svietia? Ak áno, ešte stále nie sú poriadne umyté a môžu byť na nich mikróby!

Čo budete potrebovať:

- umývadlo v blízkosti, mydlo,
- papierové utierky, fluorescenčnú farbu, skrinku s ultrafialovým svetlom.

Pri tomto experimente zistíš, či si musíš umývať ruky a či si ich umývaš a sušíš správne.



Teraz už vieme o hygiene rúk a mikróboch všetko. Čo keby sme si o tom vytvorili plagát?

Spolupracuj so spolužiakom alebo v trojici a vytvorte plagát o hygiene rúk. Pokúste sa naň dať všetko, čo ste sa o hygiene rúk a mikróboch naučili:

- čo je hygiena rúk
- prečo je dôležité umývanie aj utieranie rúk
- kedy by ste si mali umývať ruky
- ako si umývať ruky

Plagát pomôže tebe aj tvojim spolužiakom zapamätať si všetko, čo ste sa o hygiene rúk naučili.

Nezabudnite, čo ste sa naučili o hygiene rúk!

