

# Kad jāmazgā rokas?

# 1

Atzīmējiet aktivitātes, kam jāietver roku mazgāšana, un paskaidrojiet, kāpēc.

Pirms ēšanas



Pēc tualetes lietošanas



Pēc rotaļāšanās ārā



**Padomājiet par visām aktivitātēm, kas šodien ir bijušas. Cik reižu tu mazgāji rokas?**



## Vai Maksis un viņa draugi rīkojas pareizi?

# 2

1. Maksis rotaļājas ar savu suni dārzā. Kad mamma viņu aicina vakariņās, viņš saprot, cik ļoti ir izsalcis, un tūlīt pat steidzas pie uzklātā galda. «Gardi,» viņš domā, un uzreiz sniedzas pēc sviestmaizes. Vai Maksis rīkojas pareizi?

Jā

Nē



Kāpēc?

2. Pēc spēlēm skolas pagalmā viņš piedāvā nelielas uzkodas savam draugam. Vai ir pareizi tā darīt?

Jā

Nē



Kāpēc?

3. Kā ir pareizi šķaudīt?

A

B



Kāpēc?

Aplūkojiet ilustrācijas un izlemiet!





# Kāpēc rokas ir jānosusina?

# 4

Pamēģini šādu eksperimentu:

1. Samitrini rokas.
2. Tagad tās nosusini, lai delnas patiešām būtu sausas.
3. Piespied delnu pie smiltīm.

Kas notiek?

---

---

---

---

---

---

---

---

4. Vēlreiz nomazgā rokas.
5. Paplikšķini rokas, ļaujot tām palikt mitrām.
6. Tagad piespied delnu pie smiltīm.

Ko var ievērot šoreiz?

---

---

---

---

---

---

---

---

Kāpēc vienmēr jānosusina rokas?

---

---

---

---

---

---

---

---

Kas būs vajadzīgs:

- Sekla bļoda ar smiltīm
- Ūdens
- Papīra dvieļi

Tāpat kā smilšu graudiņi, rokas uztver mikrobus, kad tās vēl ir mitras. Mums vienmēr kārtīgi jānosusina rokas.



## Kas ir mikrobi?

Atrodi klasesbiedru, un rūpīgi izlasiet grāmatas nodaļu «Parunāsim par mikrobiem!».

Pēc tam izdomā 2 jautājumus, ko uzdot klasesbiedram par lasīto. Samainiet kartītes ar klasesbiedru un ierakstiet pierakstītos jautājumus. Samainieties ar kartītēm, kad abi esat ierakstījuši atbildes, un novērtējiet viens otru. Esiet gatavi dalīties ar uzrakstīto ar pārējiem klasesbiedriem.

1.  
Jautājums

---

---

---

---

Atbilde

---

---

---

---

---

2.  
Jautājums

---

---

---

---

Atbilde

---

---

---

---

---

Dalīsimies ar zināšanām, ko esam apguvuši par mikrobiem!



Kopā ar skolotāju pamēģiniet šādu eksperimentu:

1. Ieberzē rokas ar fluorescējošo losjonu. Jābūt pārklātām visām vietām, arī pirkstgaliem, roku virspusēm un pirkststarpām.
2. Turi rokas zem melnās gaismas kastes. Ja tās spīd, tas nozīmē, ka tās jānomazgā un jānosusina! Uz tām varētu būt mikrobi!
3. Nomazgā rokas ar ziepēm, pēc tam tās kārtīgi nosusini.
4. Atkal ieberzē rokas ar fluorescējošo losjonu, un novieto tās zem melnās gaismas kastes. Kas ir mainījies? Vai kādas roku vietas vēl spīd? Ja tā ir, tās nav bijušas pietiekami nomazgātas, tāpēc uz tām joprojām varētu atrasties mikrobi!

Kas būs vajadzīgs:

- Izlietne līdzās
- Ziepes
- Papīra dvieļi
- Fluorescējošs losjons
- Melnā gaismas kaste

**Uzziniet, vai vajag mazgāt rokas un vai tās vajag mazgāt un nosusināt kārtīgi, veicot šo eksperimentu.**



Tagad, kad esat visu uzzinājuši par roku higiēnu un mikrobiem, izveidosim par tiem plakātu!

Sadarbojieties ar klasesbiedru vai trīs klasesbiedru grupā, lai izveidotu plakātu par roku higiēnu. Mēģiniet iekļaut visu, ko esat apguvuši par mikrobiem un roku higiēnu:

- Kas ir roku higiēna
- Kāpēc roku mazgāšana un nosusināšana ir svarīga
- Kad jāmazgā rokas
- Kā mazgāt rokas

Plakāti tiks lietoti, lai palīdzētu tev un taviem klasesbiedriem atcerēties visu, ko uzzinājāt par roku higiēnu!

**Atcerieties visu, ko esat iemācījušies par roku higiēnu!**

