

Rodzicu,

w ramach programu **Czyściochowe Przedszkole** prowadzimy zajęcia na temat higieny i czystości dłoni.

Twoje dziecko dowiedziało się podczas nich:

- Mycie rąk to bardzo ważna czynność. Brak jej konsekwentnego przestrzegania może powodować choroby.
- Kiedy należy umyć ręce: po skorzystaniu z toalety, powrocie do domu (przedszkola), zabawie ze zwierzętami i na placu zabaw, skorzystaniu ze zbiorowej komunikacji, kichnięciu i dmuchaniu nosa, czy po prostu, gdy są brudne.
- Do mycia rąk służą: mydło w różnych postaciach oraz woda. W ciepłej wodzie mydło lepiej się rozpuszcza. Jeśli nie mamy dostępu do bieżącej wody, możemy użyć żelu antybakteryjnego lub nawilżanych chusteczek.
- Dla czystości rąk najważniejsze są czas i technika ich mycia. Prawidłowo powinno się myć dłonie minimum 30 sekund. Pamiętając o wielokrotnym pocieraniu wewnątrz dłoni, na grzbietach, przestrzeniach między palcami oraz nadgarstkach. Dokładne mycie rąk to również koliste ruchy pocierania opuszkami palców o wnętrze dłoni, w celu oczyszczenia przestrzeni pod paznokciami.
- Po umyciu zawsze suszymy ręce, ponieważ na mokrych powierzchniach bakterie namnażają się szybciej.
- Dotykając wielu powierzchni w ciągu dnia, na naszych rękach gromadzą się wirusy i bakterie. Regularne mycie rąk pozwala na ich skuteczne usuwanie.
- Częste mycie dłoni ogranicza kontakt z bakteriami i wirusami - co minimalizuje ryzyko infekcji.

Wiemy, jak ważną rolę w kształtowaniu dobrych nawyków odgrywa opiekun.

Zachęcamy Cię do powtarzania wraz z dzieckiem zdobytych przez nie wiadomości w domu.



Utrwalcie zdobytą przez dziecko wiedzę!

Porozmawiajcie wspólnie o tych zasadach, zwłaszcza podczas wspólnego mycia rąk - bo najlepiej jest się uczyć przez działanie i obserwację!



Rozwijaj wiedzę dziecka w atrakcyjny dla niego sposób!

Możesz włączyć dziecku **bajki edukacyjne z przygodami bohaterów Czyściochowa**, które w łatwy i przyjemny sposób pozwolą na utrwalenie zdobytej wiedzy. Znajdziesz je na **kanale Rossnę! na Youtube**. Dzięki odcinkom „Łapson i nieproszeni goście” i „Przepis na czyste łapki” dzieci dowiedzą się, jak poprawnie myć ręce i jak zadbać o ich czystość, gdy nie mamy dostępu do wody i mydła.



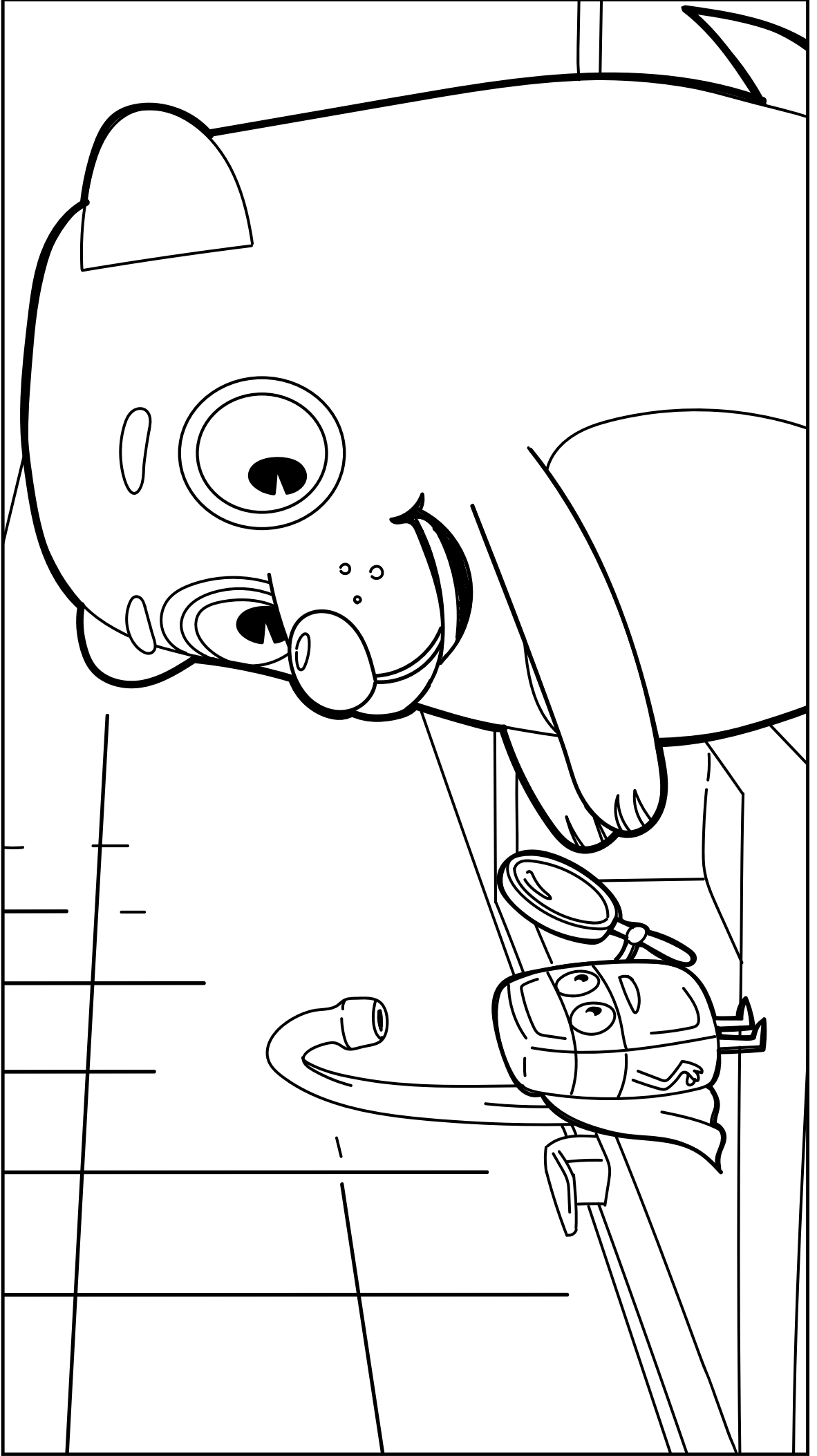
Zaproś do kreatywnego zadania!

Daj dziecku do pokolorowania rysunek z jedną z przygód bohaterów Czyściochowa. Pies Łapson bardzo lubi prace plastyczne! Czy Twój Junior również?



Poeksperymentujcie wspólnie!

Wykonajcie razem dwa doświadczenia: stworzenie piasku kinetycznego oraz eksperyment pokazujący sposób działania mydła. Piasek kinetyczny to przyjemna w dotyku masa plastyczna, przypominająca piasek na plaży, którą dziecko może bawić się w domu. Podczas eksperymentu o działaniu mydła dziecko zobaczy, w jaki sposób pozbywamy się bakterii z rąk w czasie ich mycia.



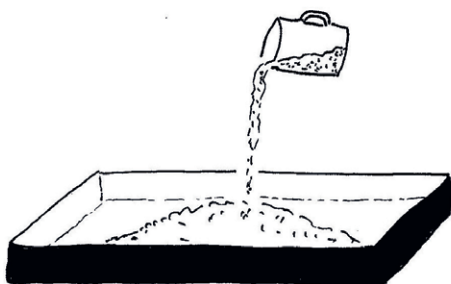


Piasek kinetyczny – wykonanie, krok po kroku

POTRZEBNE BĘDĄ:

- 1 szklanka piasku
- 0,5 szklanki płynu do naczyń
- 0,5 szklanki mąki ziemniaczanej
- 1 szklanka wody

1.



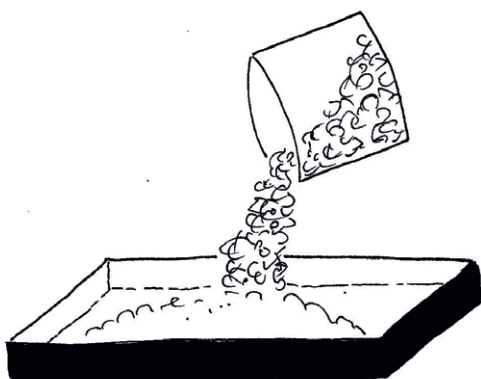
Mieszamy piasek z mąką.

2.



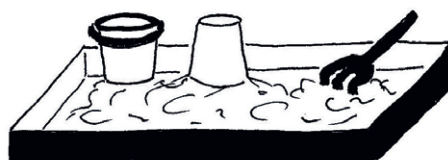
W osobnym naczyniu z płynu do mycia naczyń tworzymy pianę za pomocą ubijaczki.

3.



Wlewamy płyn z pianą do mieszanki piasku i mąki i wyrabiamy na plastyczną masę.

4.



W razie potrzeby dolewamy wody albo dosypujemy piasku w celu uzyskania lepszej konsystencji.

PAMIĘTAJCIE

Po zabawie piaskiem należy dokładnie umyć ręce.
Skuteczne mycie rąk powinno trwać przynajmniej 30 sekund!



Tak działa mydło! – wykonanie, krok po kroku

POTRZEBNE BĘDĄ:

- foliowe woreczki z zapięciem lub uniwersalne torebki foliowe, spięte od góry plastikowym spinaczem (torebka musi być dwukrotnie większa niż dziecięca dłoń)
- szczoteczka do rąk (opcjonalnie)
- krążki wyjęte z dziurkacza (można zastosować także niewielkie pomponiki, nakrętki samodzielnie wykonane kulki z krepiny)
- marker/flamaster/cienkopis/mazaki

WYKONANIE:

1. Powiedz dziecku, by za pomocą flamastra obrysowało na torebce lub woreczku kontury dłoni. Możesz pomóc mu ją przytrzymać, by nią nie poruszyć.
2. Jedną dłoń po jednej stronie, a drugą po drugiej – tak, aby kontury nakładały się na siebie.
3. Wyjmij z dziurkacza 10 papierowych krążków.
4. Poproś, by do przygotowanego woreczka dziecko włożyło papierowe krążki i zapięło od góry.
5. Połóż woreczek na blacie stołu, a Twoje dziecko niech wymiesza zawartość za pomocą szczoteczki do rąk.
6. Powiedz dziecku, by „przesuwał” bakterie tak, aby usunąć je z narysowanej dłoni.
7. Właśnie tak bakterie znikają z naszych rąk, gdy spłukujemy z nich pianę z mydła!



Praca plastyczna - Czyste ręce w domu i na podwórku

POTRZEBNE BĘDĄ:

- kartka w formacie A4
- kredki/flamastry

Teraz czas na kreatywność Twojego Juniora! Zaproś dziecko do wykonania rysunku „Czyste ręce w domu i na podwórku”, który będzie podsumowaniem doświadczenia i zdobytej wiedzy.

WYKONANIE:

1. Przygotuj kartkę i po środku narysuj prostą linię przedzielającą ją na pół.
2. Poproś dziecko, by wykonało dwa rysunki: po jednej stronie - postać Mydłomena w domu, a po drugiej – Żelikosa w sytuacji, kiedy nie ma dostępu do wody i mydła.
3. Podpiszcie, która część rysunku odnosi się do mycia rąk w domu, a która do dbania o higienę rąk poza domem.