



ΚΑΘΑΡΟΙ

ΣΤΟ ΣΧΟΛΕΙΟ

Ζούμε



Χαρούμενα παιδιά γεμάτα
αυτοτετηοίηση!

ΕΝΗΜΕΡΩΤΙΚΟΣ ΟΔΗΓΟΣ ΓΙΑ ΤΟΥΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟΥΣ





Αγαπητοί εκπαιδευτικοί,

Όπως ήδη γνωρίζετε, το σχολείο σας έχει ενταχθεί σε ένα πιλοτικό εκπαιδευτικό πρόγραμμα, που στόχο έχει την καλλιέργεια σωστών πρακτικών καθαριότητας και υγιεινής των μαθητών μέσα στο σχολικό περιβάλλον, καθώς και την εξασφάλιση ενός υγιεινά καθαρού σχολικού περιβάλλοντος.

Πρόκειται για ένα καινοτόμο πρόγραμμα που, με τη συνεργασία όλων των αρμοδίων φορέων, φιλοδοξεί να βοηθήσει τους μαθητές να συνειδητοποιήσουν τη σημασία της καθαριότητας και της ατομικής υγιεινής για την ανθρώπινη ζωή και, γενικότερα, για το περιβάλλον.

Το πρόγραμμα αυτό εντάσσεται στο πλαίσιο της κοινωνικής πρωτοβουλίας **«Καθαροί Ζούμε στο Σχολείο»**.

Αφορμή για την εκπόνησή του υπήρξε η δημοσίευση ερευνών, που συνδέουν τη δημιουργία ενός υγιεινά καθαρού και όσο γίνεται πιο προστατευμένου από τα μικρόβια σχολικού περιβάλλοντος, όχι μόνο με τις επιδόσεις των παιδιών στα μαθήματα, αλλά και με τη δημιουργία προϋποθέσεων ώστε να μεγιστοποιούν τα οφέλη από την αδιάκοπη παρουσία τους στο σχολείο, σε θέματα όπως η κοινωνικοποίηση, η συναισθηματική ανάπτυξη και η αυτοπεποίθησή τους.

Απευθυνόμαστε, λοιπόν, σε εσάς, ακριβώς επειδή το σχολείο είναι ο κατ' εξοχήν χώρος όπου τα παιδιά μας διαμορφώνουν συνήθειες και πρακτικές που θα τα ακολουθούν για όλη τη ζωή τους. Δεδομένου, μάλιστα, ότι ο ρόλος σας στη διαμόρφωση των συμπεριφορών τους είναι καθοριστικός, ευελπιστούμε στην πολύτιμη συνεργασία σας για την υλοποίηση του προγράμματος.

Σε μια εποχή που είναι επιτακτική ανάγκη για τους νέους ανθρώπους, παγκοσμίως, να μάθουν να προστατεύουν τον εαυτό τους αλλά και να σέβονται το περιβάλλον τους ώστε να μπορέσουν αργότερα να συνεισφέρουν δημιουργικά και αποτελεσματικά στη βελτίωση των συνθηκών ζωής του πλανήτη, έχουμε τη χαρά και την τιμή να καταθέτουμε, για πρώτη φορά στην Ελλάδα, ένα ολοκληρωμένο σχέδιο προς αυτή την κατεύθυνση.

Είμαστε σίγουροι ότι, χάρη και στη δική σας συμμετοχή, τα παιδιά που θα παρακολουθήσουν το πρόγραμμα θα έχουν ακόμη έναν λόγο να είναι υπεύθυνοι και ευαισθητοποιημένοι πολίτες του αύριο.





ΜΙΚΡΟΣ ΟΔΗΓΟΣ ΕΦΑΡΜΟΓΗΣ ΤΟΥ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑΤΟΣ

Όπως ξέρετε καλύτερα απ' όλους, για να επιτευχθούν οι στόχοι που προαναφέραμε, θα πρέπει να ενεργοποιήσουμε το ενδιαφέρον και την προσοχή των μαθητών ώστε να μπορέσουν να συμμετάσχουν ουσιαστικά.

Οι δραστηριότητες και τα εργαλεία που σχεδιάσαμε έχουν σκοπό να αφυπνίσουν το ενδιαφέρον των παιδιών σχετικά με την υγιεινή και την καθαριότητα. Στόχος μας είναι να μην έχουν τη μορφή μαθήματος, αλλά να διακόπτουν τη ροή του προγράμματος μέσα στην αίθουσα.

Στο διάστημα των 6-8 εβδομάδων που θα τρέχει το πρόγραμμα, τα παιδιά θα χρειαστεί να έρθουν σε επαφή με το υλικό που έχετε στα χέρια σας, τουλάχιστον σε τρεις διδακτικές ώρες, με όποιο συνδυασμό ή ροή αξιολογήσετε εσείς καλύτερα:

- Μια ώρα κατά την οποία τα παιδιά θα έρθουν σε επαφή με το πληροφοριακό υλικό για τα μικρόβια, την αλυσίδα μετάδοσής τους και πώς τη σπάμε.
- Μια ώρα κατά την οποία θα υλοποιηθούν 1-2 από τα διαδραστικά παιχνίδια και θα δοθεί η αφορμή να ξανασυζητηθούν τα παραπάνω θέματα.
- Μια ώρα κατά την οποία μπορείτε να τα προτρέψετε να προσεγγίσουν δημιουργικά το θέμα, π.χ. με μια μικρή θεατρική παράσταση, ζωγραφική κ.λπ.

Προτείνουμε σε αυτό το διάστημα:

- Να ενεργοποιείτε τη φαντασία των παιδιών χωρίς να τους εξηγείτε τα πάντα με λεπτομέρειες. Αντίθετα, θα είναι καλύτερο να αφήνετε περιθώρια για συζητήσεις μεταξύ τους και να τους ζητάτε να γίνονται, κάποιες φορές, συν-δημιουργοί των κανόνων των παιχνιδιών.
- Σε περίπτωση που δεν τηρούνται οι κανόνες υγιεινής, προσπαθήστε, αν θέλετε, να τους υποδείξετε, με πρακτικά παραδείγματα, όσα έχουν δει και έχουν μάθει.
- Επίσης, θα μπορούσατε να βρίσκετε διάφορες αφορμές, κατά τη διάρκεια των μαθημάτων, για αναφορές σχετικά με την καθαριότητα και την υγιεινή.

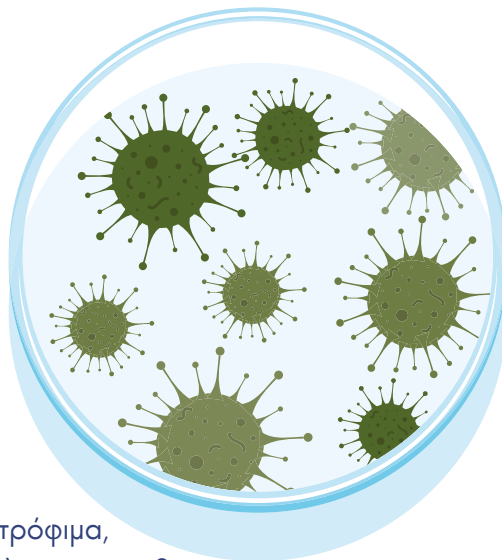
Σας ευχαριστούμε προκαταβολικά για το χρόνο και τη βοήθειά σας.





Τι είναι τα μικρόβια

- Μικρόβια αποκαλούμε όλους τους μικροσκοπικούς οργανισμούς που είναι ορατοί μόνο με το μικροσκόπιο και είναι εν δυνάμει επιβλαβείς, από την άποψη ότι μπορεί να προκαλέσουν ασθένειες. Υπάρχουν διάφοροι τύποι μικροβίων, οι οποίοι μπορούν να εξουδετερωθούν από τις βασικές πρακτικές υγιεινής και καθαρισμού. Σε αυτούς περιλαμβάνονται τα βακτήρια, οι ιοί και οι μύκητες (όπως η μούχλα).
- Τα μικρόβια ζουν στο έδαφος, στον αέρα, στο νερό, στα τρόφιμα, στα ζώα, στα φυτά και στους ανθρώπους. Δεν είναι όμως όλα τα μικρόβια βλαβερά. Μερικά μικρόβια είναι χρήσιμα ή και ωφέλιμα για εμάς.
- Τα μικρόβια μόλις βρεθούν σε κατάλληλο περιβάλλον (π.χ. υγρασία κ.λπ.), πολλαπλασιάζονται ταχύτατα σε εκατομμύρια και τότε μετατρέπονται σε εστία μόλυνσης.
- Η υγιεινή καθαριότητα βοηθάει στην αποτροπή δημιουργίας εστιών μόλυνσης και στην αποφυγή μεταφοράς μικροβίων σε επιφάνειες και στον άνθρωπο.



Πώς εισβάλλουν στους χώρους και οι συνθήκες που ευνοούν την ανάπτυξή τους

Τα μικρόβια εισβάλλουν στους χώρους με διάφορα μέσα, όπως με τις τροφές, το νερό, τους ανθρώπους και τα ρούχα τους, τα ζώα, τα έντομα κ.λπ.

Η υγρασία επιτρέπει στα μικρόβια να αναπτύσσονται ταχύτερα. Έτσι οι νεροχύτες, οι αποχετεύσεις, οι τουαλέτες, τα πανιά κουζίνας, οι πετσέτες και τα σφουγγάρια, αποτελούν εστίες μικροβίων και χρειάζονται περιοδική απολύμανση. Ορισμένα μικρόβια μπορούν να επιβιώσουν σε διάφορες επιφάνειες όπως πάγκοι κουζίνας, νεροχύτες κ.λπ. έως και αρκετές ώρες. Με την απολύμανση των επιφανειών αυτών μπορείτε να τα εξουδετερώσετε.

Σημαντικές πληροφορίες

Τα μικρόβια επικάθονται σε όλες τις επιφάνειες, καθαρές ή μη. Σε ιδανικές συνθήκες ένα βακτηρίδιο μπορεί να πολλαπλασιαστεί και να δώσει εκατομμύρια απογόνους σε λιγότερο από 8 ώρες.



ΕΝΗΜΕΡΩΤΙΚΟΣ ΟΔΗΓΟΣ ΓΙΑ ΤΟΥΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟΥΣ



2

Ο ιός της γρίπης μπορεί να επιζήσει έως και 48 ώρες σε σκληρές επιφάνειες. Στο μπάνιο, για παράδειγμα, η πετσέτα για τα χέρια ή το πρόσωπο μπορεί να περιέχει περισσότερα μικρόβια από το πάτωμα. Τα μικρόβια παραμένουν στη λεκάνη της τουαλέτας ακόμη και αφού τραβήξουμε το καζανάκι.



Τι είναι η απολύμανση

Η πρόληψη κατά των μικροβίων περνάει μέσα από την τήρηση στοιχειωδών κανόνων υγιεινής στο σπίτι, στα νοσοκομεία, στα σχολεία, στα εστιατόρια, κ.λπ. Υγιεινή στους χώρους αυτούς σημαίνει, καταρχάς, καθαριότητα και απολύμανση.

Απολύμανση είναι η διαδικασία με την οποία, με χημικά ή μηχανικά μέσα, καταστρέφουμε παθογόνους και μη μικροοργανισμούς που βρίσκονται στην επιφάνεια. Ένα προϊόν ονομάζεται «απολυμαντικό» όταν μειώνει τον αριθμό των μικροβίων κατά 1.000 – 100.000 φορές (ανάλογα με το είδος των μικροβίων και των προδιαγραφών μείωσης που θέτουν οι αντίστοιχες ευρωπαϊκές πρότυπες μέθοδοι δοκιμών για την αποτελεσματικότητα).



Ορισμένοι μικροοργανισμοί είναι ευκολότερο να εξουδετερωθούν, αν και ο τρόπος δράσης αλλάζει στα διάφορα απολυμαντικά. Γενικά, τα βακτήρια και κάποιοι ιοί είναι πιο εύκολο να αντιμετωπιστούν, ενώ μύκητες, σπόροι βακτηρίων και άλλοι ιοί είναι πιο δύσκολο. Υπάρχουν προϊόντα που απολυμαίνουν από βακτήρια, κοινώς γνωστά και ως αντιβακτηριδικά, αλλά και προϊόντα με πιο ευρύ φάσμα δράσης, που απολυμαίνουν από όλους τους γνωστούς τύπους μικροβίων στο οικιακό περιβάλλον, όπως το υποχλωριώδες νάτριο.



Διαφορές Καθαρισμού-Απολύμανσης-Αποστείρωσης

Καθαρισμός είναι η απλή απομάκρυνση της βρωμιάς (υπολειμμάτων τροφών, λιπών, ξένων σωμάτων, σκόνης κ.λπ.). Ο καθαρισμός είναι το 1ο βήμα της υγιεινής καθαριότητας.

Απολύμανση είναι η μείωση του αριθμού των μικροοργανισμών. Η απολύμανση αφορά, κυρίως, το οικιακό περιβάλλον και είναι απαραίτητη για υγιεινή καθαριότητα και για πρόληψη μετάδοσης μικροβίων.

Αποστείρωση είναι η θανάτωση όλων των μικροοργανισμών (ζωντανά κύτταρα και σπόροι). Η αποστείρωση είναι απαραίτητη, κυρίως, σε νοσοκομειακούς χώρους, χώρους παραγωγής κ.λπ.

Ποια είναι η αλυσίδα μετάδοσης μικροβίων

Τα μικρόβια μεταδίδονται με τα χέρια μέσω της αφής ή μέσω της επαφής τους με επιφάνειες που πιάνουμε συχνά όπως τα θρανία, το ακουστικό του τηλεφώνου, οι διακόπτες, τα πόμολα κ.λπ.

Ένας συνήθης μηχανισμός με τον οποίο μεταδίδονται τα μικρόβια ή οι ιοί, όπως αυτός της γρίπης, είναι η διασπορά με σταγονίδια. Όταν ένα άτομο που είναι άρρωστο βήχει, φτερνίζεται ή μιλάει, σταγονίδια που περιέχουν τον ιό διασπείρονται με δύναμη στον αέρα και σε αρκετά μεγάλη απόσταση. Στη συνέχεια, ο ιός μπορεί να μεταδοθεί σε έναν υγιή άνθρωπό με άμεσο ή έμμεσο τρόπο.



Άμεση μετάδοση: Τα σταγονίδια με τον ιό μπορούν να εισέλθουν στον οργανισμό ενός υγιούς ατόμου από τη μύτη, το στόμα ή τα μάτια του.

Έμμεση μετάδοση: Σταγονίδια με τον ιό μπορεί να επικαθίσουν σε μια επιφάνεια (π.χ. στο τραπέζι, στο ακουστικό του τηλεφώνου, σε διακόπτες, πόμολα, θρανία, έδρανα, βρύσες κ.λπ.) και από εκεί να μεταφερθούν στα χέρια του επόμενου ανθρώπου που θα πιάσει την επιφάνεια αυτή. Η επαφή των χεριών με τη μύτη, το στόμα ή τα μάτια μπορεί να μεταφέρει τη μόλυνση στο ανώτερο αναπνευστικό σύστημα και ο άνθρωπος να νοσήσει. Τα χέρια και οι επιφάνειες με τις οποίες έρχονται σε επαφή, παίζουν καθοριστικό ρόλο στην αλυσίδα μετάδοσης των μικροβίων.



Δεν είναι όμως μόνο η γρίπη και οι ιώσεις του αναπνευστικού. Τα ωμά τρόφιμα, τα κατοικίδια κ.λπ., θα μπορούσαν να είναι φορείς μικροβίων και να μας κάνουν να αρρωστήσουμε. Αν τα τρόφιμα μολυνθούν με βακτήρια και παραμείνουν σε θερμοκρασία δωματίου για αρκετές ώρες, τότε τα βακτήρια πολλαπλασιάζονται και αυξάνεται ο κίνδυνος μόλυνσης για όσους τα καταναλώσουν.

Ανοσοποιητικό σύστημα:

Δεν πρέπει να ξεχνάμε ότι υπάρχει μια φυσική προστασία του σώματος από αντιγόνα και παθογόνους μικροοργανισμούς (βακτήρια, ιοί, παράσιτα). Το ανοσοποιητικό σύστημα ενός οργανισμού είναι σύστημα οργάνων και βιολογικών μηχανισμών υπεύθυνο για την άμυνά του. Όταν κάποια ομάδα από τα κύτταρα του οργανισμού εντοπίσει έναν πιθανό εισβολέα στο σώμα, αναλαμβάνει δράση για να εμποδίσει την είσοδό του ή να τον εξουδετερώσει. Αυτός είναι ο λόγος που δεν αρρωσταίνουμε συνεχώς παρά την καθημερινή μας επαφή με παθογόνα μικρόβια.

Σπάμε την αλυσίδα μετάδοσης μικροβίων

Για να σπάσουμε την αλυσίδα μετάδοσης μικροβίων, πλένουμε συχνά τα χέρια μας και απολυμαίνουμε κοινόχρηστες επιφάνειες και αντικείμενα τα οποία ακουμπούν πολλά χέρια.

Οδηγίες για τους μαθητές

- Πλένουμε τα χέρια μας στα διαλείμματα.
- Αποφεύγουμε να βάζουμε τα χέρια στο στόμα ή τα μάτια μας.
- Καλύπτουμε στόμα και μύτη με χαρτομάντιλο όταν βήχουμε ή φτερνιζόμαστε.
- Πετάμε το χαρτομάντιλο στα σκουπίδια μετά τη χρήση.
- Αν δεν έχουμε χαρτομάντιλο, (όταν βήχουμε ή φτερνιζόμαστε) καλύπτουμε μύτη και στόμα με το εσωτερικό του αγκώνα μας και όχι με τις παλάμες.

Οδηγίες για τους δασκάλους

- Αερίζουμε καλά τις τάξεις.
- Φροντίζουμε να απολυμαίνονται προσεκτικά τόσο οι μεγάλες επιφάνειες (θρανία, έπιπλα, πατώματα), όσο και οι μικρές (διακόπτες πόμολα κ.λπ.).
- Ενημερώνουμε τους γονείς ότι, αν το παιδί νοσήσει, θα πρέπει να επιστρέψει στο σχολείο μόνο όταν θα έχει συμπληρώσει 24 ώρες απύρετο.

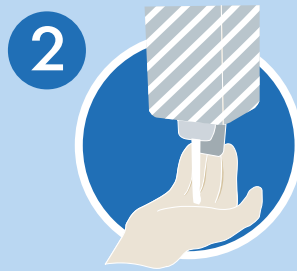
Στην επόμενη σελίδα θα βρείτε αφίσα με αναλυτικές οδηγίες και σκιστάκια που αφορούν στον σωστό τρόπο πλυσίματος των χεριών. Εάν επιθυμείτε, μπορείτε να την δείξετε και να την συζητήσετε με τους μαθητές σας.



ΑΝΑΛΥΤΙΚΕΣ ΟΔΗΓΙΕΣ ΠΛΥΣΙΜΑΤΟΣ ΧΕΡΙΩΝ



1
Ανοίγουμε τη βρύση και βρέχουμε τα χέρια μας με νερό.



2
Βάζουμε αρκετό σαπούνι ώστε να πλύνουμε καλά και τα δυο χέρια.



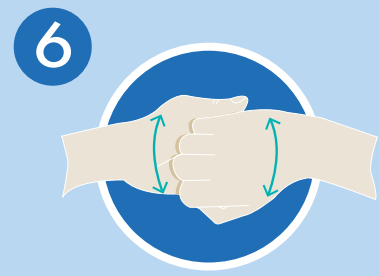
3
Ξεκινάμε, τρίβοντας τις παλάμες μας τη μια με την άλλη.



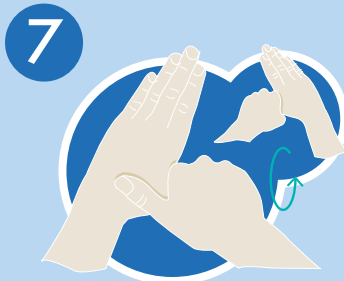
4
Τοποθετούμε την παλάμη του αριστερού χεριού πάνω από τη ράχη του δεξιού χεριού και αντιστρόφως και τρίβουμε.



5
Σταυρώνουμε τα δάχτυλα του δεξιού και αριστερού χεριού και τρίβουμε το εσωτερικό της παλάμης και ανάμεσα στα δάχτυλα



6
Βάζουμε τα δάχτυλα του ενός χεριού στη χούφτα του άλλου και τα τρίβουμε μεταξύ τους.



7
Τοποθετούμε τον αντίχειρα στην παλάμη του χεριού και τρίβουμε με κυκλικές κινήσεις.



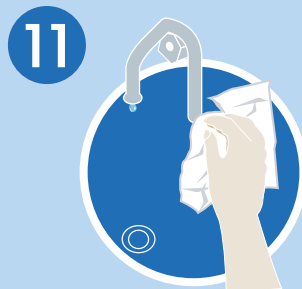
8
Τοποθετούμε τις άκρες των δαχτύλων μας στην παλάμη του χεριού και τρίβουμε με κυκλικές κινήσεις.



9
Ξεπλένουμε τα χέρια μας καλά με νερό.



10
Χρησιμοποιούμε χαρτί για να στεγνώσουμε τα χέρια μας.



11
Χρησιμοποιούμε το ίδιο χαρτί για να κλείσουμε τη βρύση.



12
Τα χέρια μας είναι καθαρά

1.

«Σωστό ή Λάθος» παιχνίδι γνώσεων

Περιγραφή Δράσης

Τα παιδιά χωρίζονται σε δύο ομάδες. Κάθε ομάδα έχει τις μισές κάρτες με τις ερωτήσεις και, εναλλάξ, τα παιδιά της εκάστοτε ομάδας καλούνται να απαντήσουν αν η πρόταση που ακολουθεί είναι σωστή ή λανθασμένη. Όποια ομάδα βρει τις περισσότερες σωστές απαντήσεις, νικά.

Οι ίδιες ερωτήσεις μπορούν να χρησιμοποιηθούν κατά βούληση και στις μεγάλες και στις μικρές τάξεις.

Τα παιδιά πρέπει να απαντήσουν εάν είναι σωστές ή λανθασμένες οι προτάσεις.

Στόχοι

- Να διευρύνουν τις γνώσεις τους για τους μικροοργανισμούς, όπως μικρόβια, βακτήρια.
- Να δοκιμάσουν τις γνώσεις τους σχετικά με τους κανόνες υγιεινής και καθαριότητας.

Υλικά

- Κάρτες με ερωτήσεις

Χρόνος διεξαγωγής:

30 λεπτά

Χώρος διεξαγωγής:

Στην τάξη

Αριθμός παιδιών:

Όλη η τάξη

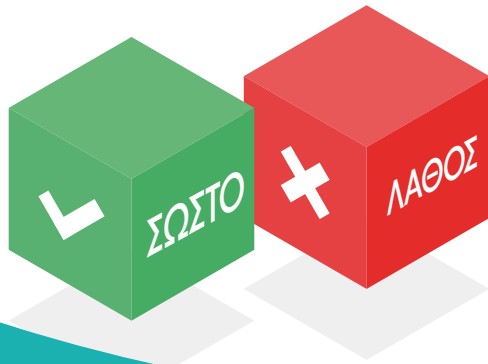




Τα μικρόβια είναι μικρά
και δεν μπορούμε να τα δούμε
με γυμνό μάτι.



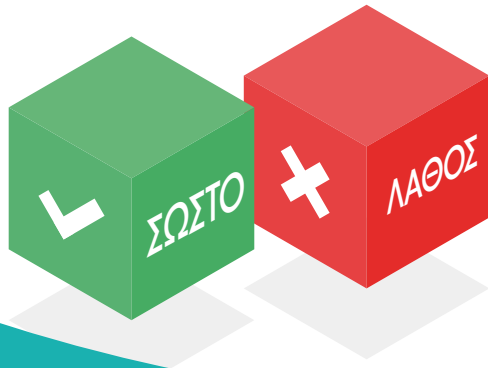
Τα μικρόβια είναι πολύ μικρά/αόρατα και δεν μπορούμε να τα διακρίνουμε με γυμνό μάτι. Γι' αυτό χρησιμοποιούμε το μικροσκόπιο.



Τα μικρόβια βρίσκονται
παντού γύρω μας.



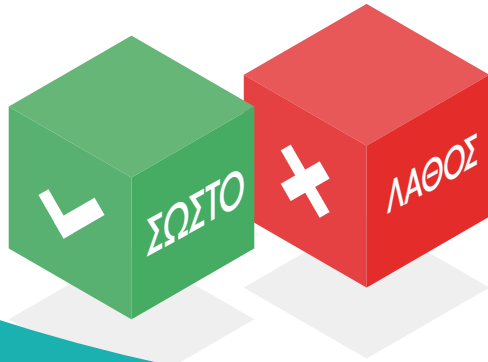
Τα μικρόβια βρίσκονται σχεδόν παντού στη γη, στον αέρα, στο φαγητό, στο νερό, ακόμα και στο σώμα μας.



Τα μικρόβια μεταδίδονται
από άνθρωπο σε άνθρωπο
με το σάλιο - βήχα, φτέρνισμα, φιλή.



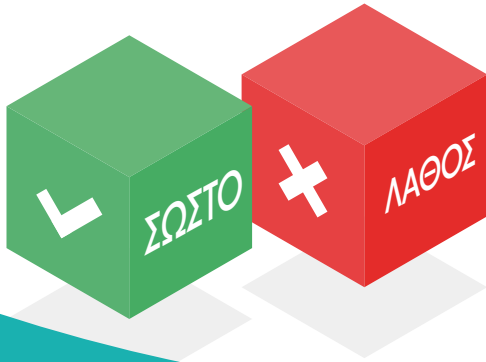
Τα μικρόβια μεταδίδονται από το στόμα, τα χέρια, τον ιδρώτα και από επιφάνειες με τις οποίες ερχόμαστε συχνά σε επαφή, όπως πόμολα, τάμπλετ, κινητά κ.λπ.



Δεν υπάρχουν «καλά» μικρόβια.



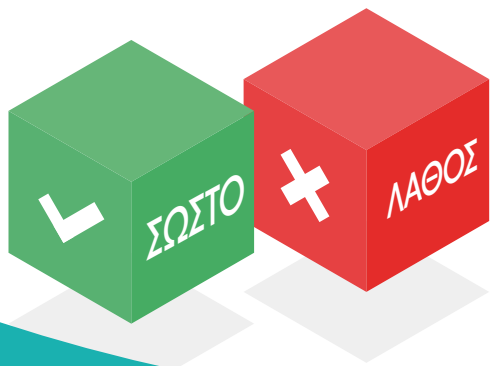
Αν και τα μικρόβια προκαλούν ασθένειες, υπάρχουν και χρήσιμα μικρόβια. Πχ ένας από τους κύριους τρόπους με τον οποίο τα μικρόβια είναι ωφέλιμα, είναι στη βιομηχανία τροφίμων. Το τυρί, το γιαούρτι, το κρασί και το ξύδι παράγονται όλα με τη βοήθεια μικροβίων. Τα «καλά» αυτά μικρόβια προκαλούν ζύμωση και έτσι το γάλα μετατρέπεται σε γιαούρτι και ο μούστος των σταφυλιών σε κρασί.



Τα μικρόβια βρίσκονται
μόνο πάνω σε βρώμικες
επιφάνειες.



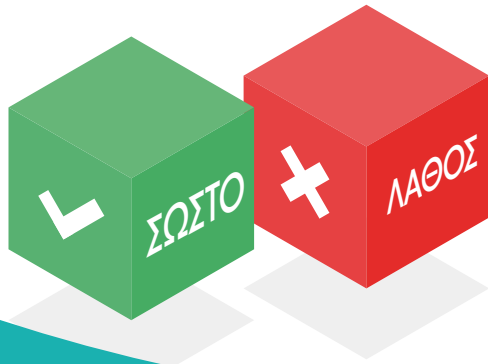
Τα μικρόβια βρίσκονται σχεδόν παντού στη γη, στον αέρα, στο φαγητό,
στο νερό, ακόμα και στο σώμα μας.



Πρέπει να πλένουμε
τα χέρια μας μόνο
πριν το φαγητό.



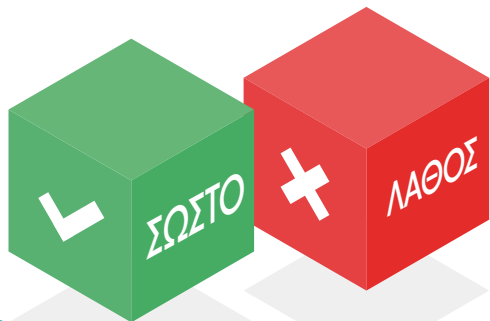
Το συχνό πλύσιμο των χεριών είναι ιδανικός τρόπος για την αποφυγή μετάδοσης μικροβίων. Συνεπώς, θα πρέπει να πλένουμε τα χέρια μας πριν και μετά το φαγητό, πριν και μετά την τουαλέτα, μετά το παιχνίδι, μετά από επαφή με ζώα κ.λπ.



Μόνο πριν την τουαλέτα
πρέπει να πλένουμε τα χέρια μας.



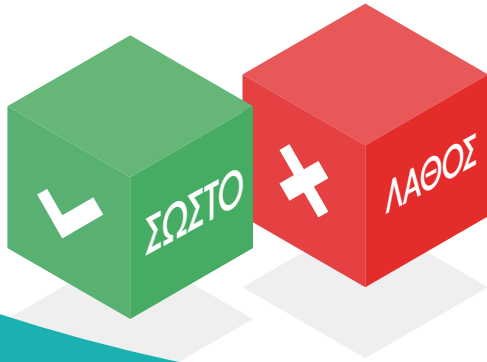
Το συχνό πλύσιμο των χεριών είναι ιδανικός τρόπος για την αποφυγή μετάδοσης μικροβίων. Συνεπώς, θα πρέπει να πλένουμε τα χέρια μας πριν και μετά το φαγητό, πριν και μετά την τουαλέτα, μετά το παιχνίδι, μετά από επαφή με ζώα κ.λπ.



Όταν πάμε στην τουαλέτα,
πετάμε τα χαρτιά μέσα στη λεκάνη.



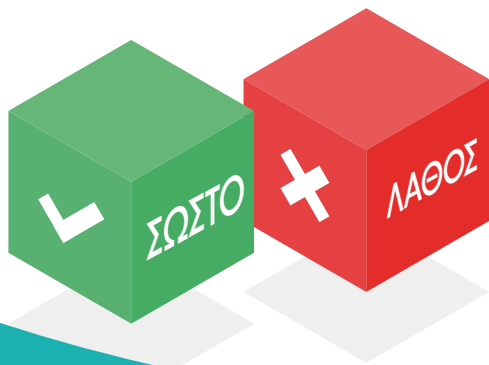
Τα χαρτιά τα πετάμε μέσα στον κάδο.



Μετά την τουαλέτα,
πρέπει να πλένουμε
τα χέρια μας.



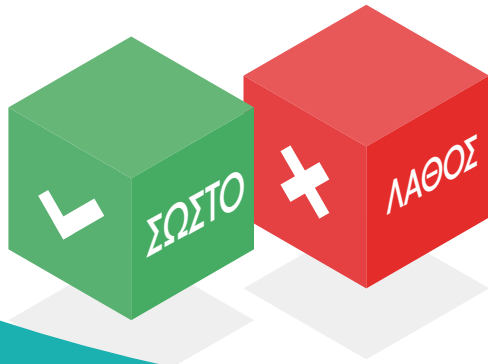
Το συχνό πλύσιμο των χεριών είναι ιδανικός τρόπος για την αποφυγή μετάδοσης μικροβίων. Συνεπώς, θα πρέπει να πλένουμε τα χέρια μας πριν και μετά το φαγητό, πριν και μετά την τουαλέτα, μετά το παιχνίδι, μετά από επαφή με ζώα κ.λπ.



Πλένοντας τα χέρια μας
μόνο με νερό, απομακρύνονται
τα μικρόβια.



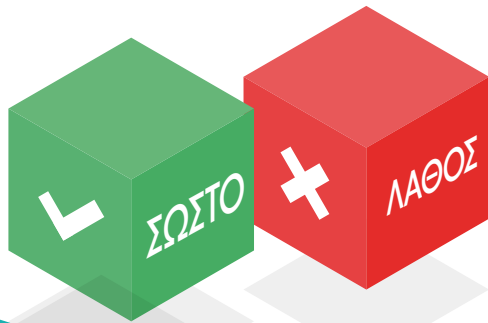
Θα πρέπει να πλένουμε τα χέρια μας με σαπούνι και νερό για τουλάχιστον 20 δευτερόλεπτα, ώστε να απομακρυνθούν τα μικρόβια.



Πρέπει πάντα να πλένουμε
τα χέρια μας όταν έχουμε
αγγίξει κάποιο ζώο.



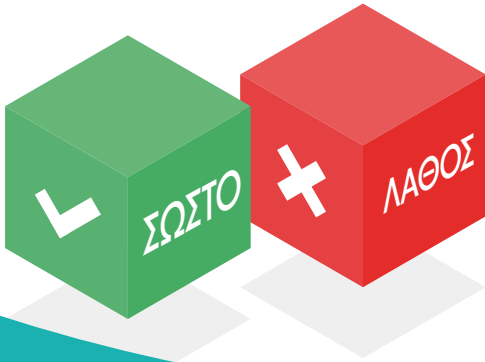
Το συχνό πλύσιμο των χεριών είναι ιδανικός τρόπος για την αποφυγή μετάδοσης μικροβίων. Συνεπώς, θα πρέπει να πλένουμε τα χέρια μας πριν και μετά το φαγητό, πριν και μετά την τουαλέτα, μετά το παιχνίδι, μετά από επαφή με ζώα κ.λπ.



Ιοί, όπως αυτός της γρίπης,
μπορούν να επιβιώσουν
σε επιφάνειες για πολλές ώρες.



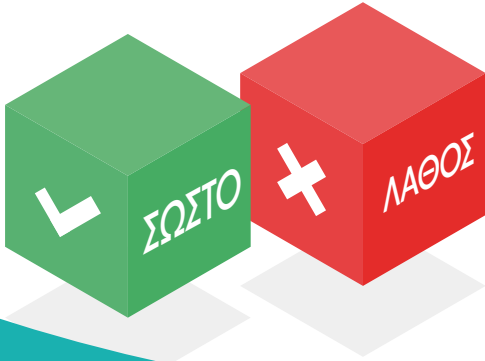
Ιοί, όπως αυτός της γρίπης, μπορούν να επιβιώσουν μέχρι και 48 ώρες σε σκληρές επιφάνειες, όπως πόμολα πόρτας, θρανία, ακόμη και στην οδοντόβουρτσά μας.



Με την υγρασία αναπτύσσονται
τα μικρόβια, γι' αυτό σκουπίζουμε
σχολαστικά τα χέρια μας.



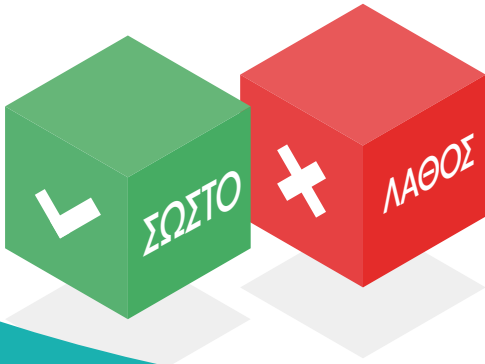
Τα μικρόβια αναπτύσσονται στην υγρασία.



Όταν βήξουμε ή φτερνιστούμε
πρέπει να βάλουμε μπροστά
στο στόμα την παλάμη μας.



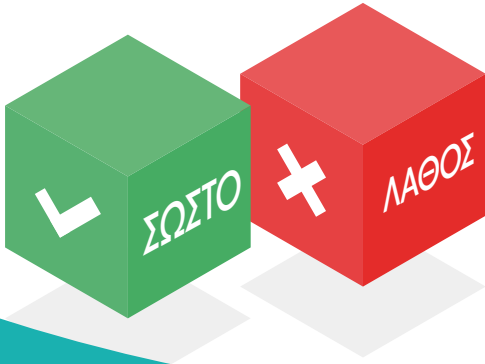
Για να εμποδίσουμε τη διασπορά μικροβίων, βάζουμε χαρτομάντιλο στο στόμα μας ή καλύπτουμε τη μύτη και το στόμα μας με το εσωτερικό του αγκώνα μας για να βήξουμε ή να φτερνιστούμε.



Στα σημεία που ακουμπούν
πολλά χέρια, τα μικρόβια
είναι περισσότερα.



Πόμολα, χρήματα, θρανία, η έδρα της δασκάλας, τηλέφωνα, τάμπλετ κ.λπ. έρχονται σε επαφή με πολλά διαφορετικά χέρια. Καθώς τα χέρια μας μεταφέρουν πολλά μικρόβια, αυτές οι επιφάνειες, που τις ακουμπούν πολλά χέρια, έχουν και μεγαλύτερο αριθμό μικροβίων.



Τα μικρόβια προκαλούν
κάποιες από τις αρρώστιες.



Μερικά μικρόβια μπορεί να είναι βλαβερά για τους ανθρώπους και μπορεί να προκαλέσουν ασθένειες: ο ιός της γρίπης μπορεί να προκαλέσει τη γρίπη, ενώ άλλα μικρόβια μπορεί να προκαλέσουν τροφική δηλητηρίαση.

2. Παιχνίδι κατανόησης: «Το ταξίδι των μικροβίων»

Περιγραφή Δράσης

Παίρνουμε 5 διαφορετικά χρώματα χρυσόσκονης και ορίζουμε το καθένα από αυτά να είναι ένα συγκεκριμένο μικρόβιο/ιός. 5 παιδιά γεμίζουν τα χέρια τους με τα πέντε διαφορετικά μικρόβια (ένα ο καθένας) και ονομάζονται φορείς. Τους καθοδηγούμε να αγγίζουν με τα χέρια τους διάφορες επιφάνειες της τάξης και αντικείμενα, καθώς και να χαιρετήσουν με χειραψία (hi5) όποιο παιδί επιθυμούν από την τάξη. Όσα παιδιά δεν χαιρετήθηκαν, καλούνται να αγγίσουν τις επιφάνειες και τα αντικείμενα που ακούμπησαν νωρίτερα οι συμμαθητές τους, που ήταν «φορείς μικροβίων».

Μέσα από τη μεταφορά της χρυσόσκονης από χέρι-σε επιφάνεια/σε χέρι, εξηγούμε στα παιδιά τον τρόπο με τον οποίο μεταδίδονται τα μικρόβια, μέσω δηλαδή της αφής και της επαφής. Καταλήγουμε στο συμπέρασμα πως ακόμη και κάποιος που είναι "υγιής", δηλαδή που δεν είχε χρυσόσκονη-μικρόβιο στα χέρια, εάν ακουμπήσει κάποια επιφάνεια που είχε αγγίξει νωρίτερα ένας «φορέας μικροβίων», μπορεί εύκολα να προσβληθεί και ο ίδιος.

Στη συνέχεια, τα παιδιά που «μολύνθηκαν» προσπαθούν να καθαρίσουν τα χέρια τους με νερό και σαπούνι. Χρονομετρούμε πόσο χρόνο χρειάζονται για να τα πλύνουν τέλεια και να φύγει κάθε ίχνος βρωμιάς. Έτσι, ανακαλύπτουμε ότι ο καλός καθαρισμός παίρνει πολύ περισσότερο χρόνο από τον συνηθισμένο που ξοδεύουμε για να πλύνουμε τα χέρια μας. Χρησιμοποιούμε κάποια τραγούδια ή ποιηματάκια (π.χ. την αλφαβήτα) ώστε να χρονομετρούμε μόνοι μας το πλύσιμο των χεριών μας μέχρι να εξαφανιστούν τα μικρόβια.

Στόχοι

- Να μάθουν τα παιδιά βασικούς κανόνες υγιεινής και προστασίας (πλύσιμο χεριών – μικρόβια).
- Να μάθουν μέσω του παιχνιδιού ότι τα μικρόβια μεταδίδονται με ένα απλό άγγιγμα και να είναι πιο προσεκτικά από εδώ και στο εξής.

Υλικά

- Χρυσόσκονη σε 5 χρώματα
- Λεκάνη με νερό και σαπούνι, ή τρεχούμενο νερό και σαπούνι

Χρόνος διεξαγωγής:

1 διδακτική ώρα

Χώρος διεξαγωγής:

Στην τάξη

Αριθμός παιδιών:

5 παιδιά – τα υπόλοιπα παρακολουθούν, σχολιάζουν και προτείνουν



3. Παιχνίδι ταχύτητας και συνεργασίας: «Σαπουνομικροβιομαχία»

Περιγραφή Δράσης

Χωρίζουμε την τάξη σε δύο ομάδες, οριοδετημένες με μια χαρτοταινία στο πάτωμα.

Στη μια μεριά μπαίνουν οι **μαθητές – Σαπούνια** και στην άλλη οι **μαθητές – Μικρόβια**. Κάθε φορά βγαίνει ένας μαθητής από κάθε πλευρά και, με σύνδημα το χτύπημα ενός τυμπάνου ή ένα σφύριγμα, το «Σαπούνι» κυνηγάει να πιάσει το «Μικρόβιο» μέσα σε 20 δευτερόλεπτα. Αν το Σαπούνι πιάσει το Μικρόβιο, το εξολοθρεύει, αν όχι, το Μικρόβιο επιστρέφει στο αρχηγείο του. Σκοπός είναι τα Σαπούνια να εξολοθρεύσουν όλα τα Μικρόβια. Κάθε μαθητής – Σαπούνι έχει από δύο ευκαιρίες. Αν στο τέλος επιβιώσει έστω και ένα Μικρόβιο κερδίζουν τα Μικρόβια, αν όχι κερδίζουν τα Σαπούνια. Η δραστηριότητα επαναλαμβάνεται αλλάζοντας ρόλους οι μαθητές.

Στόχοι

- Να διασκεδάσουν τα παιδιά με ένα ανταγωνιστικό παιχνίδι ταχύτητας.
- Να εξοικειωθούν με τις έννοιες «μικρόβια-σαπούνια».

Χρόνος διεξαγωγής:

30 λεπτά

Χώρος διεξαγωγής:

Στην τάξη

Αριθμός παιδιών:

Όλη η τάξη



4. Παιχνίδι μίμησης: «Ο χορός των καθαρών χεριών»

Περιγραφή Δράσης

Ο εκπαιδευτικός λέει στα παιδιά ότι θα τους μάθει έναν μικρό «χορό» και ζητά από τα παιδιά να μιμηθούν τις κινήσεις του χωρίς να δώσει επιπλέον πληροφορίες. Μπορεί να βάλει ένα εύθυμο τραγούδι να παίζει ή να τραγουδάει με τα παιδιά καθώς κάνουν τον χορό.

Χρησιμοποιώντας ως οδηγό τις αναλυτικές οδηγίες πλυσίματος χεριών, αρχίζει να κάνει με ανακατεμένη σειρά τις κινήσεις που φαίνονται στην εικόνα δίνοντας μεγαλύτερη έμφαση στις κινήσεις 3 έως 8. Τα παιδιά μιμούνται της κινήσεις, οι οποίες θα πρέπει να διαρκούν για τουλάχιστον 8 δευτερόλεπτα. Αφού ο εκπαιδευτικός έχει κάνει από μια φορά όλες τις κινήσεις ανακατεμένες, τώρα τις επαναλαμβάνει με τη σωστή σειρά. Αφού ολοκληρωθούν όλες οι κινήσεις εξηγεί στα παιδιά ότι αυτός είναι ο «χορός των καθαρών χεριών» δηλαδή ο σωστός τρόπος να πλένουμε τα χέρια μας.

Στόχοι

- Να μάθουν τα παιδιά, με ευχάριστο τρόπο, πως πρέπει να πλένουν τα χέρια τους.

Υλικά: προαιρετικά - υπολογιστή με τραγούδια ή cd player

Χρόνος διεξαγωγής:

15 λεπτά

Χώρος διεξαγωγής:

Στην τάξη

Αριθμός παιδιών:

Όλη η τάξη



5. «Σωστό ή Λάθος» παιχνίδι γνώσεων

Περιγραφή Δράσης

Τα παιδιά χωρίζονται σε δύο ομάδες. Κάθε ομάδα έχει τις μισές κάρτες με τις ερωτήσεις και, εναλλάξ, τα παιδιά της εκάστοτε ομάδας καλούνται να απαντήσουν αν η πρόταση που ακολουθεί είναι σωστή ή λανθασμένη. Όποια ομάδα βρει τις περισσότερες σωστές απαντήσεις, νικά.

Οι ίδιες ερωτήσεις μπορούν να χρησιμοποιηθούν κατά βούληση και στις μεγάλες και στις μικρές τάξεις.

Τα παιδιά πρέπει να απαντήσουν εάν είναι σωστές ή λανθασμένες οι προτάσεις.

Στόχοι

- Να διευρύνουν τις γνώσεις τους για τους μικροοργανισμούς, όπως μικρόβια, βακτήρια.
- Να δοκιμάσουν τις γνώσεις τους σχετικά με τους κανόνες υγιεινής και καθαριότητας.

Υλικά

- Κάρτες με ερωτήσεις

Χρόνος διεξαγωγής:

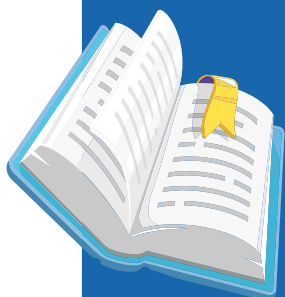
30 λεπτά

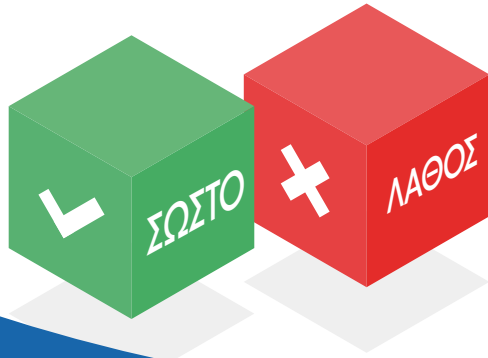
Χώρος διεξαγωγής:

Στην τάξη

Αριθμός παιδιών:

Όλη η τάξη

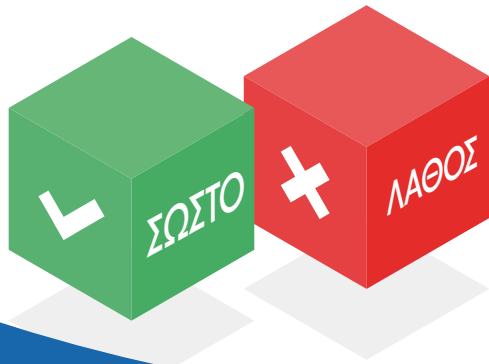




Τα μικρόβια φαίνονται
μόνο με μικροσκόπιο.



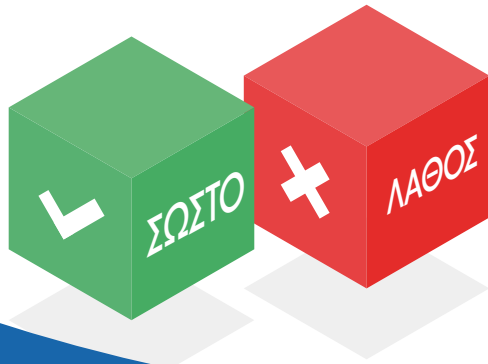
Τα μικρόβια είναι πολύ μικρά/αόρατα και δεν μπορούμε να τα διακρίνουμε με γυμνό μάτι, γι' αυτό χρησιμοποιούμε το μικροσκόπιο.



Για να σπάσουμε την αλυσίδα μετάδοσης των ιών πρέπει να πλένουμε πολύ συχνά και πολύ σχολαστικά τα χέρια μας.



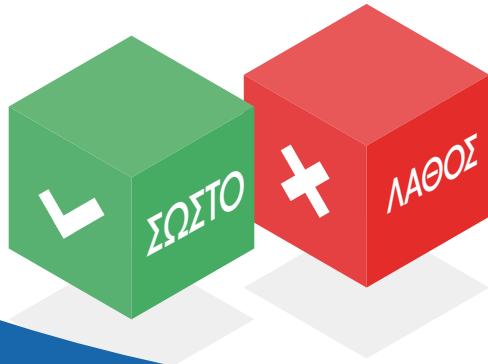
Το συχνό πλύσιμο των χεριών είναι ιδανικός τρόπος για την αποφυγή μετάδοσης μικροβίων. Συνεπώς, θα πρέπει να πλένουμε τα χέρια μας πριν και μετά το φαγητό, πριν και μετά την τουαλέτα, μετά το παιχνίδι, μετά από επαφή με ζώα κ.λπ.



Πρέπει να πλένουμε
τα χέρια μας μόνο όταν
πιάσουμε κάτι βρώμικο.



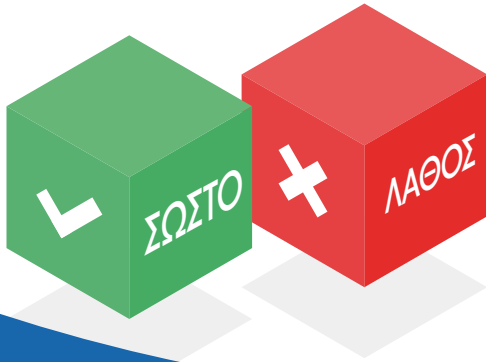
Το συχνό πλύσιμο των χεριών είναι ιδανικός τρόπος για την αποφυγή μετάδοσης μικροβίων. Συνεπώς, θα πρέπει να πλένουμε τα χέρια μας πριν και μετά το φαγητό, πριν και μετά την τουαλέτα, μετά το παιχνίδι, μετά από επαφή με ζώα κ.λπ.



Η οθόνη του τάμπλετ
δεν έχει μικρόβια γιατί
εκπέμπει μπλε φως.



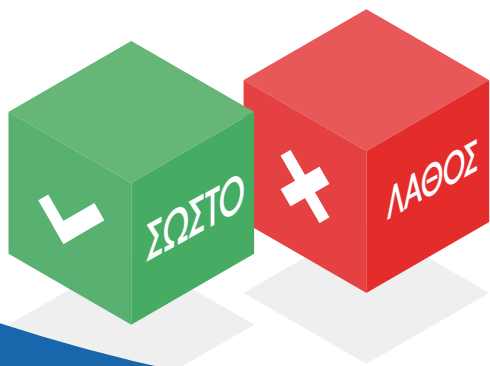
Το μπλε φως του τάμπλετ δεν επηρεάζει τα μικρόβια, ενώ όλες οι επιφάνειες που έρχονται συχνά σε επαφή με τα χέρια μας, όπως τάμπλετ, πόμολα, κινητά κ.λπ. έχουν πάνω τους μικρόβια.



Τα μικρόβια μεταδίδονται
μόνο με το σάλιο.



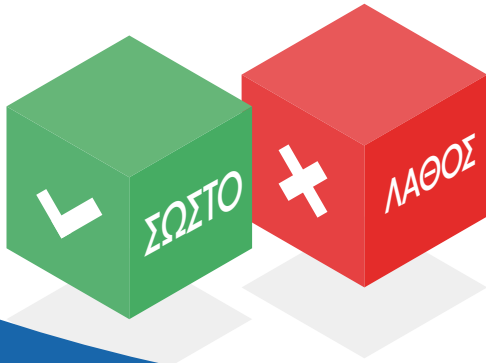
Τα μικρόβια μεταδίδονται και από το στόμα, τα χέρια, τον ιδρώτα και από επιφάνειες με τις οποίες ερχόμαστε συχνά σε επαφή, όπως πόμολα, τάμπλετ, κινητά κ.λπ.



Πρέπει να πλένουμε τα χέρια μας
σχολαστικά πριν και μετά την τουαλέτα.



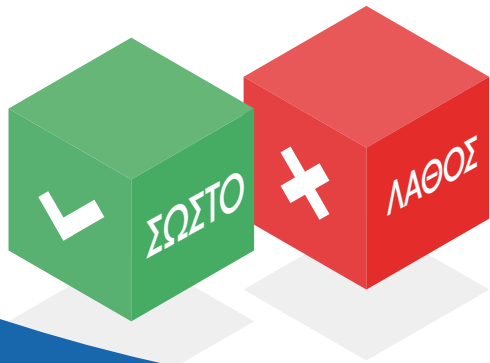
Το συχνό πλύσιμο των χεριών είναι ιδανικός τρόπος για την αποφυγή μετάδοσης μικροβίων. Συνεπώς, θα πρέπει να πλένουμε τα χέρια μας πριν και μετά το φαγητό, πριν και μετά την τουαλέτα, μετά το παιχνίδι, μετά από επαφή με ζώα κ.λπ.



Πρέπει να διατηρούμε καθαρή
την τάξη για να περιορίσουμε
τα μικρόβια που ζουν στις
επιφάνειές της.



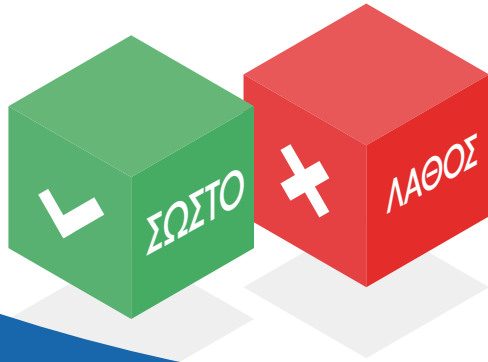
Ακολουθώντας τους κανόνες υγιεινής και καθαριότητας, σπάμε την αλυσίδα μετάδοσης μικροβίων.



Όταν τα θρανία μας δεν έχουν
πάνω μουντζούρες από μαρκαδόρους
και άλλες εμφανείς βρωμιές, τότε δεν
υπάρχουν μικρόβια πάνω τους.



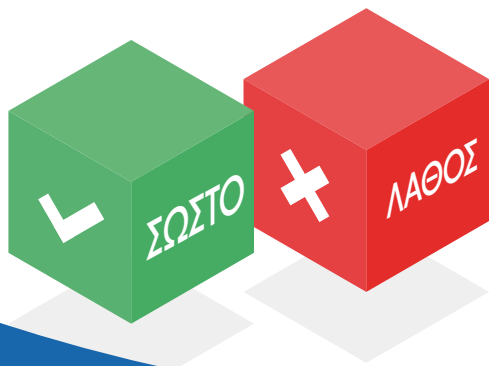
Ότι μια επιφάνεια φαίνεται καθαρή, δεν σημαίνει ότι είναι και δεν υπάρχουν
μικρόβια πάνω της. Τα μικρόβια είναι αόρατα με γυμνό μάτι.



Πρέπει να πλένουμε τα
χέρια μας μόνο με νερό.

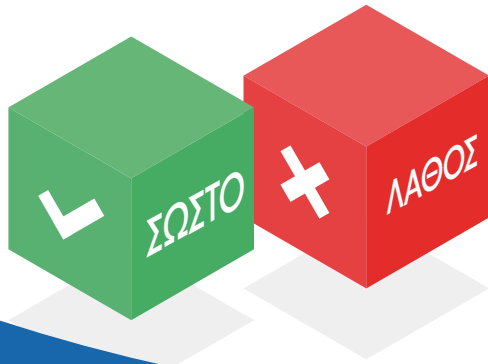


Θα πρέπει να πλένουμε τα χέρια μας με σαπούνι για τουλάχιστον 20 δευτερόλεπτα, ώστε να απομακρυνθούν τα μικρόβια.



Τα μικρόβια που βρίσκονται πάνω
στις θρύσες είναι περισσότερα απ' αυτά
που βρίσκονται στη λεκάνη της τουαλέτας.

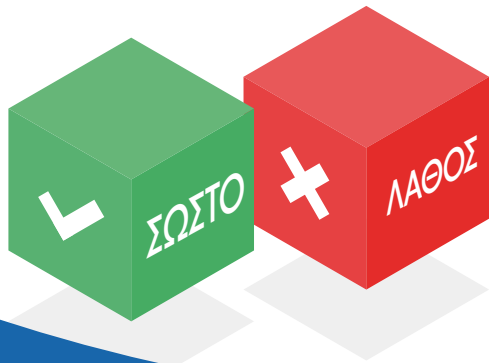
Οι θρύσες έχουν περισσότερα μικρόβια από το κάθισμα της λεκάνης και γι' αυτό πρέπει να προσέχουμε να μην τις ακουμπάμε με το στόμα μας όταν πίνουμε νερό.



Ιοί, όπως αυτός της γρίπης,
μπορούν να επιβιώσουν
σε επιφάνειες για πολλές ώρες.



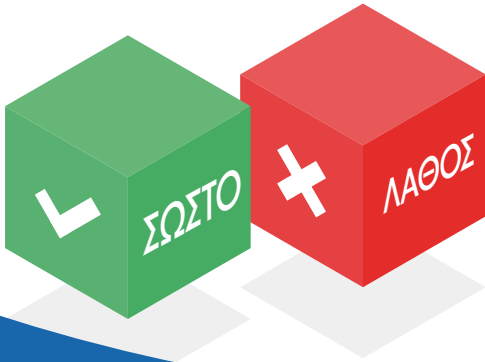
Ιοί, όπως αυτός της γρίπης, μπορούν να επιβιώσουν μέχρι και 48 ώρες
σε σκληρές επιφάνειες, όπως πόμολα πόρτας, θρανία, ακόμη και στην
οδοντόβουρτσά μας.



Όταν βήκουμε ή φτερνιζόμαστε
και δεν έχουμε χαρτομάντιλο,
καλύπτουμε τη μύτη και το στόμα μας
με το εσωτερικό του αγκώνα μας.



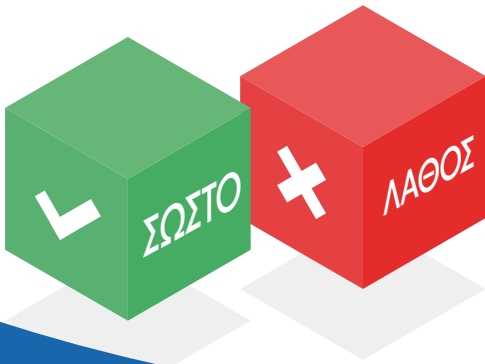
Για να εμποδίσουμε την διασπορά μικροβίων, βάζουμε χαρτομάντιλο
στο στόμα μας ή καλύπτουμε τη μύτη και το στόμα μας με το εσωτερικό
του αγκώνα μας για να βήξουμε ή να φτερνιστούμε.



Δεν χρειάζεται να πλένουμε
τα χέρια μας αφού αγγίζουμε
ένα οικόσιτο ζώο.



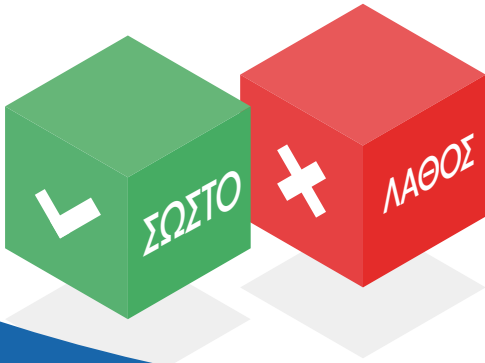
Το συχνό πλύσιμο των χεριών είναι ιδανικός τρόπος για την αποφυγή
μετάδοσης μικροβίων. Συνεπώς, θα πρέπει να πλένουμε τα χέρια μας
μετά από επαφή με ζώα.



Υπάρχουν και χρήσιμα μικρόβια.



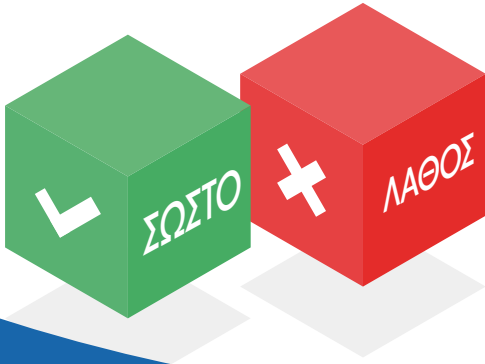
Αν και τα μικρόβια προκαλούν ασθένειες, υπάρχουν και χρήσιμα μικρόβια. Πχ ένας από τους κύριους τρόπους με τον οποίο τα μικρόβια είναι ωφέλιμα, είναι στη βιομηχανία τροφίμων. Το τυρί, το γιαούρτι, το κρασί και το ξύδι παράγονται όλα με τη βοήθεια μικροβίων. Τα «καλά» αυτά μικρόβια προκαλούν ζύμωση και έτσι το γάλα μετατρέπεται σε γιαούρτι και ο μούστος των σταφυλιών σε κρασί.



Ένα θρανίο μιας τάξης
έχει πάνω του πάνω
από 20.000 μικρόβια.



Πράγματι, οι επιστήμονες έχουν υπολογίσει ότι το μέσο σχολικό
θρανίο έχει πάνω του 20.000 μικρόβια.



Πρέπει να πλένουμε
τα χέρια μας πάντα μετά το
παιχνίδι στην αυλή.



Το συχνό πλύσιμο των χεριών είναι ιδανικός τρόπος για την αποφυγή μετάδοσης μικροβίων. Συνεπώς, θα πρέπει να πλένουμε τα χέρια μας πριν και μετά το φαγητό, πριν και μετά την τουαλέτα, μετά το παιχνίδι, μετά από επαφή με ζώα κ.λπ.

6. ● Top 5

Περιγραφή Δράσης

Οι μαθητές χωρίζονται σε δύο ομάδες και έχουν 2 λεπτά για να δώσουν όσες περισσότερες μονολεκτικές και μη απαντήσεις γνωρίζουν για την ερώτηση που τους έχει τεθεί. Η ομάδα παίρνει πόντο για κάθε απάντηση που βρίσκει από τις 5 που περιέχει η κάρτα. Η ομάδα με τους περισσότερους πόντους κερδίζει.

Στόχοι

- Να διευρύνουν τις γνώσεις τους για τους μικροοργανισμούς, όπως μικρόβια, βακτήρια.
- Να δοκιμάσουν τις γνώσεις τους σχετικά με τους κανόνες υγιεινής και καθαριότητας.

Υλικά

- Κάρτες με ερωτήσεις και τις αντίστοιχες απαντήσεις
- Χρονόμετρο ή κλεψύδρα

Χρόνος διεξαγωγής:

Περίπου 25 -30 λεπτά

Χώρος διεξαγωγής:

Στην τάξη

Αριθμός παιδιών:

Όλη η τάξη



Top 5

Τι μπορεί να προκαλέσουν
τα βλαβερά μικρόβια;

- Πυρετό
- Πονόλαιμο
- Κρυολόγημα
- Μύτη που τρέχει
- Γαστρεντερίτιδα



Top 5

Πώς μεταδίδονται
τα μικρόβια;

- Τοναλέτα
- Βήχα
- Φτέρνισμα
- Χέρια
- Ωμά τρόφιμα



Top 5

Σε ποια σημεία στην τάξη
μαζεύονται τα μικρόβια;

- Βιβλία
- Τετράδια
- Θρανία
- Χερούλια/Πόμολα/Διακόπτες
- Μολύβια/Χάρακες/γόμες



Top 5

Πρέπει πάντα να πλένω
τα χέρια μου πριν:

- Την τουαλέτα
- Το φαγητό
- Μηνω στην τάξη μετά τη γυμναστική
- Αγγίζω τα μάτια μου
- Αγγίζω το στόμα μου



Top 5

Πρέπει πάντα να πλένω
τα χέρια μου μετά:

- Την τουαλέτα
- Το φαγητό
- Την επαφή με ζώα
- Το παιχνίδι στην αυλή
- Το φτέρνισμα



Top 5

Τα μικρόβια που βρίσκονται
στη λεκάνη της τουαλέτας
είναι λιγότερα από αυτά που
βρίσκονται σε:

- Θρανία
- Βρύσες τουαλέτας
- Οθόνες κινητών και τάμπλετ
- Διακόπτες
- Πόμοια



Top 5

Στο κύριο του σχολείου
οι μαθητές πρέπει να
διατηρούν καθαρά:

- Θρανία
- Τάξεις
- Αυλή/προαύλιο
- Τουαλέτες
- Αίθουσα φαγητού



Top 5

Όταν φτερνίζομαι ή βήχω
πρέπει να:

- Καλύπτω το στόμα ή τη μύτη με το εσωτερικό του αγκώνα
- Χρησιμοποιώ χαρτομάντιλο
- Απομακρύνω το πρόσωπό μου από τους διπλανούς μου
- Πλένω τα χέρια μου
- Καθαρίζω το χώρο ή τα αντικείμενα που λέρωσα



Top 5

Τα πέντε βήματα για το σωστό
πλύσιμο των χεριών είναι:

- Βρέκω τα χέρια μου
- Βάζω σαπούνι
- Σαπουνίζω καλά για 20 δευτερόλεπτα
- Ξεπλένω με νερό για 10 δευτερόλεπτα
- Στεγνώνω τα χέρια μου καλά με χαρτί



Top 5

Τα βήματα που ακολουθώ
όταν τρώω στο σχολείο:

- Πλένω καλά τα χέρια μου
- Καθαρίζω την επιφάνεια που θα φάω
- Τοποθετώ το φαγητό πάνω στην πετσέτα μου
- Όταν τελειώσω, πετάνω τα σκουπίδια στο καλάθι
- Μαζεύω τα πράγματά μου και αφήνω το χώρο καθαρό



Top 5

Οι βασικοί κανόνες για την
διατήρηση της καθαριότητας
της τάξης είναι:

- Διατηρούμε καθαρά τα θρανία, τις καρέκλες και τους τοίχους της τάξης
- Δεν μπουρτσώνουμε τα θρανία
- Πετάμε τα σκουπίδια στο καλάθι
- Χρησιμοποιούμε κάδους ανακύκλωσης
- Πριν φύγουμε, ελέγχουμε ότι η τάξη είναι καθαρή



Top 5

Όταν κάποιος είναι
κρυωμένος πρέπει να:

- Πλένει τα χέρια του συχνότερα
- Χρησιμοποιεί καρτομάντιλα
- Μένει στο σπίτι
- Αποφεύγει να χαιρετάει και να φιλάει τους συμμαθητές του
- Καλύπτει το στόμα ή τη μύτη με το εσωτερικό του αγκώνα, όταν φτερνίζεται ή βήκει



7

● Παιχνίδι φαντασίας και συνεργασίας: «Αφίσες ... με ομαδική γραφή!»

Περιγραφή Δράσης

Η τάξη χωρίζεται σε μικρές ομάδες, των 5 παιδιών το πολύ, που κάθονται σε κύκλο έχοντας στη μέση ένα χαρτόνι Α3. Κάθε παιδί παίρνει μια κορδέλα (ίσου μήκους με τις υπόλοιπες) και τη στερεώνει πάνω σε έναν (κοινό για όλους) μαρκαδόρο. Κρατώντας κάθε παιδί την κορδέλα του, την τεντώνει έτσι ώστε να βρεθεί ο μαρκαδόρος να αιωρείται όρθιος, λίγο πάνω από το χαρτόνι, με τη μύτη προς τα κάτω. Στη συνέχεια, όλα μαζί τα παιδιά, αρχίζουν να χειρίζονται με προσοχή τον μαρκαδόρο σαν «μαριονέτα» πάνω στο χαρτόνι, ώστε να καταφέρουν να γράψουν ένα σύνδημα ή μια λέξη για την καθαριότητα που έχουν σκεφτεί και να δημιουργήσουν τη δική τους μοναδική αφίσα. Όποια ομάδα καταφέρει να γράψει σωστά το σύνδημα ή τη λέξη, κερδίζει. Η δραστηριότητα μπορεί να χρονομετρηθεί.

Στόχοι

- Να διασκεδάσουν και να συνεργαστούν τα παιδιά για να πετύχουν ένα σωστό, ομαδικό αποτέλεσμα.
- Να δημιουργήσουν τις δικές τους μοναδικές, ομαδικές αφίσες για την υγιεινή και την καθαριότητα.

Υλικά

- Μαρκαδόροι
- Κορδέλες ή σκοινιά
- Χαρτόνια

Χρόνος διεξαγωγής:

Μια διδακτική ώρα

Χώρος διεξαγωγής:

Στην τάξη

Αριθμός παιδιών:

Όλη η τάξη σε ομάδες



8. Παιχνίδι ταχύτητας και καθαριότητας: «Ψάχνω, βρίσκω, καθαρίζω»

Περιγραφή Δράσης

Παίρνουν ο δάσκαλος/η δασκάλα κάποια αντικείμενα της τάξης (πχ. χάρακα, βάζο, ρολόι τοίχου, υδρόγειο σφαίρα, γόμα, ξύστρα, μολύβια, μαρκαδόρους κ.λπ.) και τα κρύβουν στο προαύλιο, σε σημεία όπου υπάρχει χώμα ή βρωμιά. Στη συνέχεια, λένε στα παιδιά ότι πρέπει να χωριστούν σε δύο ομάδες και να πάνε στο προαύλιο να τα ψάξουν και να τα φέρουν πίσω. Όποια ομάδα καταφέρει να βρει τα περισσότερα και να τα καθαρίσει προσεκτικά, είναι νικήτρια.

Μετά το παιχνίδι τα παιδιά πλένουν τα χέρια τους.

Στόχοι

- Να διασκεδάσουν τα παιδιά παίζοντας ομαδικά και έχοντας ως στόχο την καθαριότητα των καθημερινών χρηστικών αντικειμένων της τάξης.
- Να κατανοήσουν και βιωματικά τη σημασία της καθαριότητας.

Υλικά

- Διάφορα αντικείμενα της τάξης (όχι χάρτινα ή εύδραυστα)
- Υγρά απολυμαντικά πανάκια
- Νερό

Χρόνος διεξαγωγής:

1 διδακτική ώρα

Χώρος διεξαγωγής:

Στο προαύλιο, στην τάξη

Αριθμός παιδιών:

Όλη η τάξη



9.

Πώς πλένονται καλύτερα τα χέρια;

Περιγραφή Δράσης

Ο εκπαιδευτικός χωρίζει την τάξη σε τέσσερις ισομερείς, διαφορετικές ομάδες και ζητάει από τους μαθητές να κάνουν τέσσερις σειρές, ο ένας πίσω από τον άλλο.

Οι ομάδες ονομάζονται:

- A.** Καδόλου πλύσιμο χεριών
- B.** Πλύσιμο χεριών με κρύο νερό
- Γ.** Πλύσιμο χεριών με ζεστό νερό
- Δ.** Πλύσιμο χεριών με ζεστό νερό και σαπούνι.

Ο εκπαιδευτικός κλείνει τα μάτια του πρώτου παιδιού (μαθητής μοντέλο) σε κάθε ομάδα και καλύπτει τα χέρια του με λάδι και χρυσόσκονη ή άλλη σκόνη (π.χ. κανέλα). Το πρώτο παιδί (μαθητής μοντέλο) πλένει τα χέρια του σύμφωνα με την ομάδα που ανήκει (Α,Β,Γ,Δ). Αφού τελειώσουν, γυρνούν και δίνουν τα χέρια τους στο παιδί που βρίσκεται πίσω τους. Είναι σημαντικό να δώσουν τα χέρια γερά και καλά. Μετά μπορούν να βγάλουν το κάλυμμα από τα μάτια τους. Το δεύτερο παιδί θα πρέπει να δώσει τα χέρια στο τρίτο παιδί και κλπ μέχρι όλοι στην ομάδα να έχουν δώσει τα χέρια στο παιδί που βρίσκεται μπροστά τους.



Στη συνέχεια συγκρίνουν και συζητούν ποια ομάδα έχει τα πιο καθαρά/βρώμικα χέρια και ποιος είναι ο πιο αποτελεσματικός τρόπος να πλυθούν τα χέρια μας. Μπορούν επίσης να συμπληρώσουν ένα φύλλο εργασίας (Σε ποια ομάδα ανήκω; - Εικόνες βρώμικα χέρια, λίγο βρώμικα χέρια, καθαρά χέρια).

Στόχοι

- Να καταλάβουν τη σημασία του σαπουνιού στην καθαριότητα των χεριών τους.
- Να καταλάβουν ότι ακόμη και αν ξεβγάλουν τα χέρια τους, διατηρούνται ακόμη μικρόβια πάνω τους.

Υλικά

- Λάδι
- Χρυσόσκονη ή κανέλα
- 3 λεκάνες με κρύο και ζεστό νερό ή τρεχούμενο νερό
- Σαπούνι

Χρόνος διεξαγωγής:

30 λεπτά

Χώρος διεξαγωγής:

Στην τάξη

Αριθμός παιδιών:

Όλη η τάξη



10. Μεταφορά και καλλιέργεια μικροβίων σε ψωμί

Περιγραφή Δράσης

Ο εκπαιδευτικός εξηγεί στα παιδιά τη σημασία του πλυσίματος των χεριών. Ο εκπαιδευτικός με γάντια κόβει μια φέτα ψωμί και την τοποθετεί μέσα σε ένα σακουλάκι με την ταμπέλα «δείγμα».

Τα παιδιά κάθονται σε κύκλο, κατά προτίμηση αμέσως μετά το διάλειμμα ή από παιχνίδι που έχουν λερωθεί τα χέρια τους. Η δεύτερη φέτα ψωμί περνάει από χέρι σε χέρι και τοποθετείται και αυτή μέσα σε ένα σακουλάκι με ταμπέλα «λερωμένα χέρια».

Τα παιδιά πλένουν όσο καλύτερα μπορούν τα χέρια τους και μετά η τρίτη φέτα ψωμιού περνάει από τα χέρια όλων των παιδιών και τοποθετείται στο σακουλάκι με την ταμπέλα «καθαρά χέρια».

Ο εκπαιδευτικός κρεμάει τα σακουλάκια μέσα στην αίθουσα και για περίπου 1-2 εβδομάδες τα παιδιά κρατάνε ένα ημερολόγιο παρατήρησης.

(Τα ψωμιά στα σακουλάκια «δείγμα» και «Καθαρά χέρια» θα έχουν λιγότερες αποικίες μικροβίων-μούχλα από το ψωμί στο σακουλάκι «Λερωμένα χέρια»).



Στόχος

- Να δουν πρακτικά πώς επηρεάζει το πλύσιμο των χεριών τη μετάδοση μικροβίων.

Υλικά:

- 3 φέτες ψωμί
- σακουλάκια που κλείνουν με zip lock
- γάντια

Χρόνος διεξαγωγής:

20 λεπτά την πρώτη μέρα και
5 λεπτά κάθε ημέρας
που γίνεται η παρατήρηση

Χώρος διεξαγωγής:

Στην τάξη

Αριθμός παιδιών:

Όλη η τάξη

