

## Drogi Rodzicu,

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

Twoje dziecko dowiaduje się podczas nich, że:

- Mycie rąk to bardzo ważna czynność. Brak jej konsekwentnego przestrzegania może powodować choroby.
- Są sytuacje, kiedy zawsze myjemy ręce: po skorzystaniu z toalety, powrocie do domu (przedszkola), zabawie ze zwierzętami i na placu zabaw, skorzystaniu ze zbiorowej komunikacji, kontakcie z osobą chorą, 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 40 sekund. Pamiętając o wielokrotnym pocieraniu wewnątrz dłoni, na grzbietach, w 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.

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

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



Chcesz utrwalić zdobyte wiadomości?

**Możesz porozmawiać** z dzieckiem o tych zasadach, zwłaszcza podczas wspólnego mycia rąk, bo najlepiej jest się uczyć przez działanie i obserwację.



Masz ochotę pogłębić temat?

**Możesz przeczytać** dziecku historię pt. „Łapson i mycie rąk”.



Lubisz ciekawe eksperymenty?

**Możesz zrobić** razem z dzieckiem piasek kinetyczny, który dobrze się skleja i nie rozsypuje.

To przyjemna w dotyku masa plastyczna, którą można bawić się w domu podobnie jak piaskiem na plaży.





## Łapson i mycie rąk

- Pies Łapson wszedł do swojego domu i powiedział:
- Będę miał dzisiaj gości...
- W tej samej chwili z łazienki dobiegło go wołanie:
- Łapsonie!!! – Łapson nic. – Łaaaapsonie! Czy dorosłe czy dziecięce warto umyć dobrze ręce!
  - Przypominał mieszkający w łazience Mydłomen.
- Łapson spojrzał na swoje łapki.
- Nie widzę brudu... – wyszeptał. Ale nie chciał kłócić się z przyjacielem, podszedł do zlewu, odkręcił kran, zamoczył dłonie i wytarł je w ręcznik. Było widać, że jest czymś przejęty. Spojrzał na Mydłomena stojącego na zlewie i zwierzył się:
  - Wiesz, dziś będę miał gości i...
  - Gości to ty już masz. Tylko nieproszonych. – Łapson rozejrzał się po łazience, nikogo nie było.
  - Gdzie? – zapytał zdziwiony.
  - Łap superlupę i sam zobacz! – Pod superlupą Łapson zobaczył swoje łapki zupełnie inaczej. Okazało się, że kręcą się na nich nieznanne mu dotąd stworzonka o dziwnych kształtach.
  - Łapson aż się wzdrygnął.
  - To Bakteriaki, Wirusaki i Pasożytniaki! – fachowo wyjaśnił Mydłomen. – Oj, nieciekawe towarzystwo zaprosiłeś do domu – dodał szybko.
  - Ale ja nikogo, nikogo nie... – zdziwionym głosem zaczął pies...
  - Wystarczy, że czegoś dotkniesz... one hyc! I już są na twoich łapkach! – zauważył Mydłomen.
  - Nie chcę takich kolegów! – oświadczył Łapson i pokręcił głową.
  - To łap mnie w łapki i myj, myj! – Mydłomen uśmiechnął się do przyjaciela. Podał mu pokazną porcję piany. Łapson wziął mydło w łapki. Gdy pies mył dłonie, Mydłomen poprosił:
  - A teraz daj mi działać: wewnątrz dłoni, na grzbietach, a także pomiędzy palcami!
  - Łapson stosował się do prośby kolegi i z wielką dokładnością pocierał namydlonymi łapkami. Myjąc środek, grzbiety i przestrzenie między palcami.
  - Dobrze?
  - Wspaniale – powiedział zadowolony Mydłomen. – Ale teraz spłucz pianę. I pamiętaj: jestem zawsze pod ręką!
- Rozmowę przerwał dźwięk dzwonka do drzwi.
- To moi goście! Już są. – Pies pobiegł otworzyć drzwi.
- Do domu weszło rodzeństwo kotów: Pupik i Pupilka.
- Cieszę się, że już jesteście – przywitał się Łapson, i szybko dodał – Pokażę wam, gdzie możecie umyć ręce.



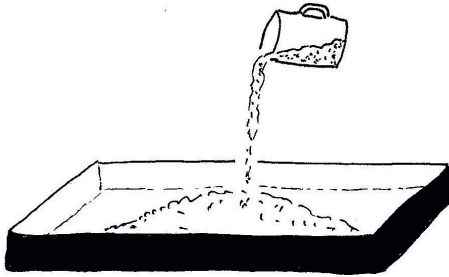


## Piasek kinetyczny – wykonanie, krok po kroku

### POTRZEBNE BĘDĄ:

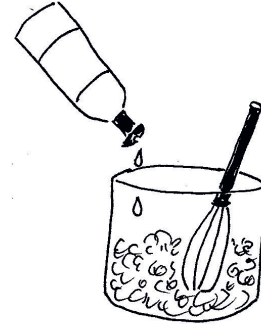
- 1 szklanka piasku
- 0,5 szklanki płynu do naczyń
- 0,5 szklanki mąki ziemniaczanej
- 1 szklanka wody

1.



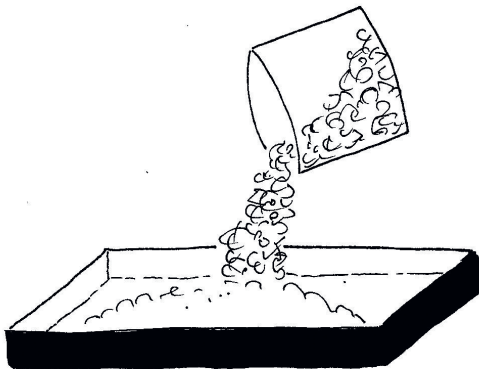
Mieszamy piasek z mąką.

2.



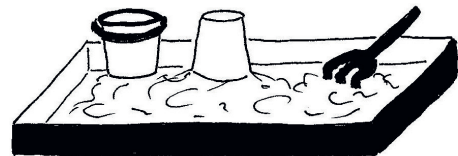
W osobnym naczyniu z płynu do mycia naczyń tworzymy pianę za pomocą ubijaczki.

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 40 sekund!

