

Scenariusz zajęć: Światowy Dzień Mycia Rąk

przedszkole i klasy 1 do 3, 45 do 60 minut

Dla kogo: przedszkole (3 do 6 lat) i klasy 1 do 3. **Czas:** 45 do 60 minut, da się podzielić na dwa dni.
Termin: 15 października, ale zajęcia można zrobić w dowolnym dniu jesieni, gdy zaczyna się sezon przeziębień.

Cele zajęć

- Dziecko wie, że zarazki są wszędzie, także na rękach, które wyglądają na czyste.
- Dziecko potrafi wymienić co najmniej 4 sytuacje, po których myje ręce.
- Dziecko myje ręce w 8 krokach przez około 20 sekund, z mydłem.
- Dziecko wie, że chusteczka i wytarcie o ubranie nie zastępują mycia.

Co przygotować

- ☐ Plakaty z tego zestawu: „Mycie rąk krok po kroku”, „Kiedy myjemy ręce?”, „Czym myjemy ręce?”
- ☐ Napis i zarazki w bańkach przyklejone na gazetce przed zajęciami
- ☐ Brokat (najlepiej gruby, łatwiej go zmyć) albo cynamon, talerzyk, miska z wodą, płyn do naczyń, pieprz mielony
- ☐ Mydło, ręczniki papierowe, chusteczki suche i mokre
- ☐ Karty pracy po śladzie, karta „Ułóż po kolei” i dyplomy, po jednym dla dziecka
- ☐ Odtwarzacz z piosenkami o myciu rąk (lista w kroku 1)

Przebieg zajęć i lista kontrolna

plan minuta po minucie

Przebieg zajęć krok po kroku

Czas	Co robimy	Materiał
5 min	Piosenka na powitanie. Dzieci siadają w kole. Puszczamy piosenkę o myciu rąk, na przykład „Mydło lubi zabawę” zespołu Fasolki albo „Piosenkę kąpielową”. Dzieci pokazują mycie rąk w rytm muzyki.	piosenka
5 min	Rozmowa: czy twoje ręce są czyste? Każde dziecko patrzy na swoje dłonie. Pytamy: co widzisz? Czy coś na nich mieszka? Tłumaczymy, że zarazki są tak małe, że widać je tylko pod mikroskopem. Jedne są pożyteczne, inne robią nam katar albo ból brzucha.	zarazki z gazetki
10 min	Eksperyment 1: brokatowe zarazki. Opis na stronie 2.	brokat, mydło
5 min	Eksperyment 2: uciekające zarazki. Opis na stronie 2.	miska, pieprz, płyn
10 min	Mycie na sucho, potem naprawdę. Pokazujemy plakat „krok po kroku”, ćwiczymy ruchy bez wody, śpiewając dwa razy „Sto lat”. Potem w łazience każde dziecko myje ręce według plakatu.	plakat 8 kroków
5 min	Kiedy myjemy ręce? Pokazujemy plakat z 8 sytuacjami. Dzieci dokładają własne przykłady.	plakat Kiedy
10 min	Karty pracy po śladzie albo „Ułóż po kolei”, zależnie od wieku.	karty pracy
5 min	Dyplomy i podsumowanie: każde dziecko mówi jedną rzecz, którą zapamiętało.	dyplomy

Lista kontrolna prowadzącego

- ☐ Gazetka z napisem i zarazkami gotowa dzień wcześniej
- ☐ Plakaty wydrukowane w kolorze, jeden komplet do sali i jeden do łazienki
- ☐ Brokat lub cynamon, talerz, miska, pieprz, płyn do naczyń na tacy
- ☐ Mydło i ręczniki papierowe w łazience sprawdzone
- ☐ Karty pracy po jednej na dziecko, kredki
- ☐ Dyplomy wypisane imionami albo gotowe do wypisania na koniec

Nie masz 60 minut? Zrób dzień 1: piosenka, rozmowa, brokatowe zarazki i mycie w łazience (30 minut). Dzień 2: uciekające zarazki, plakat „Kiedy myjemy ręce?”, karty pracy i dyplomy (30 minut).

Eksperymenty

brokatowe zarazki i uciekające zarazki

I Eksperyment 1: brokatowe zarazki

Posyp dłonie dwóch lub trzech dzieci brokatem i powiedz, że to są zarazki. Poproś, żeby podały rękę kolegom, dotknęły klamki, zabawki, stołu. Po minucie sprawdźcie razem, gdzie znalazł się brokat. Dzieci same zauważą, że „zarazki” rozeszły się po całej sali.

Teraz wybierz czwórkę ochotników z brokatem na rękach. Każdy próbuje się go pozbyć inaczej:

- pierwsze dziecko wyciera ręce suchą chusteczką,
- drugie używa mokrej chusteczki,
- trzecie wyciera ręce o ubranie (uprzedź rodziców albo daj fartuszek),
- czwarte myje ręce wodą z mydłem przez 20 sekund.

Porównajcie dłonie. Tylko woda z mydłem zmywa brokat prawie do zera. To najmocniejszy obraz całych zajęć, dzieci pamiętają go tygodniami.

Wskazówka: brokat sypie się wszędzie. Rób ten eksperyment nad tacą albo nad stołem przykrytym gazetą, a najlepiej zamień brokat na cynamon albo kakao. Działa tak samo, a sprząta się dużo łatwiej.

I Eksperyment 2: uciekające zarazki

Do płaskiego talerza wlej wodę i posyp całą powierzchnię pieprzem albo brokatem. Pieprz to zarazki. Dziecko wkłada do wody czysty palec: nic się nie dzieje, pieprz przykleja się do palca. Potem to samo dziecko macza palec w płynie do naczyń albo w mydle w płynie i znowu dotyka wody.

Pieprz w jednej chwili ucieka na brzegi talerza. Powiedz dzieciom: tak samo zarazki uciekają od mydła. Dlatego myjemy ręce mydłem, a nie samą wodą.

Dla ciekawskich (klasy 2 i 3): mydło zmniejsza napięcie powierzchniowe wody. Cienka „skórka” na wodzie, na której leżał pieprz, rwie się w miejscu dotknięcia i ciągnie pieprz na boki. Nie trzeba tego tłumaczyć maluchom, wystarczy pokazać.

8 kroków, pytania dzieci, wersje wiekowe

co jeszcze warto mieć pod ręką

Mycie rąk w 8 krokach: jak ćwiczyć

Najpierw wszystko „na sucho” w sali, krok po kroku, patrząc na plakat. Prowadzący pokazuje ruch, dzieci powtarzają. Potem to samo w łazience z wodą i mydłem. Żeby odmierzyć 20 sekund, śpiewajcie dwa razy „Sto lat” albo raz „Panie Janie” z powtórzeniem.

1. zmocz ręce ciepłą wodą, 2. nabierz mydła, 3. pocieraj dłonie wnętrzem o wnętrze, 4. umyj grzbiety dłoni, 5. umyj między palcami, 6. umyj kciuki, 7. umyj czubki palców i paznokcie, 8. splucz i wytrzyj do sucha.

Pytania dzieci i krótkie odpowiedzi

- **Czy zarazki bolą?** Nie czujesz ich na rękach. Dopiero gdy trafią do buzi albo do nosa, mogą zrobić katar albo ból brzucha.
- **Czy wszystkie zarazki są złe?** Nie. W brzuchu mamy dobre bakterie, które pomagają trawić. Myjemy ręce po to, żeby te złe nie trafiły do środka.
- **Czy gorąca woda lepiej myje?** Nie. Ważne jest mydło i pocieranie przez 20 sekund. Woda ma być przyjemnie ciepła.
- **Czy żel do rąk wystarczy?** Na wycieczce, gdy nie ma wody, tak. Ale brudne ręce po placu zabaw trzeba umyć mydłem.
- **Po co wycierać ręce?** Na mokrych rękach zarazki łapią się szybciej. Dlatego wycieramy do sucha.

Wersja dla młodszych (3 i 4 lata)

Skróć zajęcia do 30 minut: piosenka, brokatowe zarazki w wersji z jednym ochotnikiem, mycie na sucho i w łazience, karta po śladzie z mydłem. Plakat „Kiedy myjemy ręce?” zostaw w łazience na cały tydzień i wracaj do niego przy każdym myciu.

Wersja dla starszych (klasy 2 i 3)

Dodaj plakaty „Choroby brudnych rąk” i krótką rozmowę o tym, jak zarazki podróżują z toalety na kanapkę. Uczniowie mogą w parach ułożyć karty „8 kroków” w kolejności na czas. Praca domowa: przez tydzień dziecko rysuje w zeszytce kropelkę za każde umycie rąk przed jedzeniem i po toalecie.

Materiały z tego zestawu są darmowe do użytku w przedszkolu, szkole, świetlicy i w domu. Możesz je drukować w dowolnej liczbie kopii. Prosimy tylko nie usuwać źródła pdfconverter.pl ze stopki i nie sprzedawać plików dalej. Wszystkie pliki znajdziesz pod adresem pdfconverter.pl/wzory/swiatowy-dzien-mycia-rak-pdf/