

## שם השיעור: היגינה ומניעת מחלות

שכבת גיל: חט"ע- חט"ב

משך השיעור: 2 שיעורים (90 דקות)

### עזרי הוראה:

מצגת מלווה לשיעור

מקרן+ מחשב עם אינטרנט

אמצעי קצה – טלפונים /מחשבים אישיים לתלמידים

### מטרות השיעור:

מטרת על:

- \* התלמידים יבינו את החשיבות בשמירה על היגינה אישית.
- \* התלמידים יכירו את נגיף הקורונה - תסמיני המחלה, את המדיניות ואת ההוראות בארץ בהתנהלות השוטפת וילמדו מה ניתן לעשות כדי לצמצם הדבקה.
- מטרות אופרטיביות (מעשיות):
- \* התלמידים יקראו באתר משרד הבריאות על נגיף הקורונה.
- \* התלמידים יכירו מגפות בהיסטוריה – תסמיני המגפות/מיקום (התפשטות) תוצאות ודרכי התמודדות .
- \* התלמידים ייחשפו לכללי היגינה בדתות.
- \* התלמידים ינסחו כללי התנהגות לשמירה על בריאותם במקומות ציבוריים ולשמירה על היגינה אישית.

## למצגת מלווה- קישור

מהלך השיעור:

פירוט	זמן	מהלך השיעור
הכרת ההבדלים בין חיידק/חיידק עמיד /וירוס חיידקים- יצורים זעירים שבנויים מתא אחד יחיד, הם נמצאים באופן קבוע בגוף שלנו.	5 דקות	<b>פתיח</b> הצגת הנושא (שקף מס' 1-4)



<p>וירוס- טפיל אשר זקוק לתא פונדקאי כדי שיוכל להתרבות. על פי רוב התאים הפונדקאיים הם תאי הגוף, אשר עשירים מאוד במזון ובעלי מנגנון התרבות שהווירוס זקוק להם.</p> <p><b>** בניגוד לחיידקים, הגורמים למחלה הדורשת טיפול אנטיביוטי, נגיפים גורמים לרוב למחלה קלה, החולפת בתוך מספר ימים ללא כל טיפול. מחלה ויראלית לרוב מתבטאת באופן שונה ממחלה חיידקית.</b></p> <p>יש מחלות נגיפיות שקיימים להן חיסונים ותרופות, אך קיימים לא מעט נגיפים קטלניים שעשויים לגרום לנזק בריאותי ואף למוות.</p> <p>חיידק עמיד- חיידקים שפיתחו מנגנוני הישרדות המנטרלים חלק מהתרופות האנטיביוטיות.</p> <p><b><u>סיבה לעמידות:</u></b></p> <p>שימוש לא מושכל באנטיביוטיקה, טיפול אנטיביוטי למחלות נגיפיות. הפסקה של הטיפול האנטיביוטי לפני סיומו ונטילת טיפול במינון לא מתאים.</p>		
--	--	--

פירוט	זמן	מהלך השיעור
<p>משחרר ההיסטוריה, האנושות נאלצה להתמודד עם נגיפים קטלניים. (אבעבועות שחורות, קדחת הנילוס ועוד) ובשנים האחרונות היו התפרצויות של מגפות האבולה באפריקה</p>	<p>10 דק</p>	<p><b>גוף השיעור:</b></p> <p><b>התנסות</b></p> <p>חקר מגפות בעבר /עידן מודרני</p> <p>שקף (5-6)</p>



<p>והזיקה שמקורה בדרום ומרכז אמריקה.</p> <p>המורה תסכם את המידע שהתלמידים ימסרו</p>		<p>חלוקה לקבוצות / עבודה עצמית:</p> <p>התלמידים יאתרו מגפה ויסכמו בקצרה תקופת זמן, קצב התפשטות, תסמיני המחלה, תוצאות, דרכי התמודדות</p> <p>מליאה:</p> <p>* שמות המגפות ירשמו ע"י המורה ויוצגו ע"י התלמידים</p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• נגיפי הקורונה הינם משפחה גדולה של נגיפים, הידועים כגורמים למחלות בבעלי חיים ועלולים לגרום לתחלואה גם בבני אדם.</li> <li>• חומרת הפגיעה בבני אדם משתנה בין הנגיפים השונים במשפחה ונעה ממחלה קלה כגון הצטננות, למחלות עם הסתמנות קלינית קשה, הפוגעות בריאות וגורמות לאי ספיקה רב מערכתית, כגון התסמונת הנשימתית המזרח התיכונית הסתמנות קלינית קשה, הפוגעות בריאות וגורמות לאי ספיקה רב מערכתית.</li> </ul> <p>פתרון: הגיינה -          פתרון:          חומרי חיטוי משמידים את הנגיף</p>	<p>15 דקות</p>	<p>נגיף הקורונה:          צפייה בסרטון וסיכומו ע"י המורה (שקף 7)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ניתן לבקש מהתלמידים לסכם עצמית על הנגיף – מקורו, דרכי התמודדות (בידוד/דיווח) או להקנות את המידע ע"י המורה</li> <li>• -התמודדות (שקף 8)</li> </ul>



<ul style="list-style-type: none"> <li>• חומרי חיטוי המכילים אלכוהול בריכוז של 62% לפחות, מי חמצן או אקונומיקה, משמידים את נגיפי הקורונה תוך דקה</li> <li>• המורה תסכם את נהלי הבידוד/הדיווח לרשויות</li> </ul>		
<p>ביהדות- דיני נטילת ידיים לסעודה אף מי שאין ידיו מלוכלכות, ואינו יודע להם שום טומאה, אינו רשאי לאכול לחם עד שיטול ידיו (ילקוט יוסף)</p> <p>התלמידים יתבקשו לסכם את ההבדל בין המושג חיטוי למושג נטילת ידיים</p>	<p>15 דק</p>	<p><b>התנסות (אופציונלי)</b> <b>נטילת ידיים והיגיינה בדתות</b></p> <p>עבודה בקבוצות- כל קבוצה תבדוק מהם כללי ההיגיינה ביהדות/ תבדוק האם קיימים מנהגים להיגיינה באסלאם/בנצרות (שקף מס' 9)</p>
<p>המורה תקריא את השאלות וכל תלמיד יספור כמה פעמים ענה באופן חיובי לשאלות.</p> <p>המורה תבקש מהתלמידים לסכם את הצעדים הנדרשים בנקיטת פעולות מנע/הקפדה על היגיינה</p>	<p>5 דק</p>	<p><b>התנסות במליאה</b> <b>סקר הגיינה אישי (שקף 10)</b></p> <p>צפיה בסרטון (שקף 11)</p>
	<p>20 ד'</p>	<p><b>התנסות:</b></p>



<p>התלמידים יכינו כרזות ושליטים עם נהלים.                  התלמידים יכינו סלוגנים בנושא שמירה על היגיינה</p>		<p>עבודה בקבוצות –                  כל קבוצה תנסח כללי מנע במקומות שונים-                  בית ספר, כיתה, קניית, ספרייה,                  קולנוע, נסיעה בתחבורה                  ציבורית וכו'</p>
--	--	---

פירוט	זמן	מהלך השיעור
<p><b>שאלות לדיון:</b>                  * מהם הקשיים הצפויים בישום כללי ההיגיינה שכתבתם?                  * מה נדרש מאיתנו/מהסביבה לבצע כדי לקיים שגרות היגיינה שכאילו?</p>	<p>15 דק</p>	<p><b>סכום:</b>                  התנהלות מדינת ישראל עם הנגיף קורונה – שקף 13</p>

**ביבליוגרפיה וחומרי למידה**

- [אתר משרד הבריאות](#)
- [הספרייה של מט"ח](#)
- [אתר כללית- נגיף הקורונה](#)
- [אתר רמב"ם – הגיינת ידיים](#)
- [אתר הדברות, דיני נטילת ידיים](#)