



מדינת ישראל
משרד החינוך



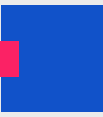
מערכת שידורים לאומית

אורח חיים בריא לכיתות א-ב

נושא השיעור: היגיינה וניקיון

עם המורה: יעל נח

נא הצטיידו בכלי כתיבה ובעיקר טושים ודפים חלקים

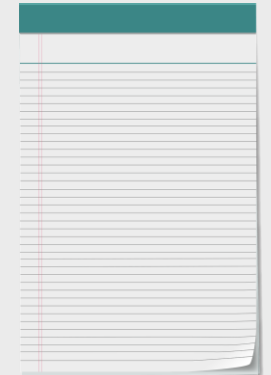
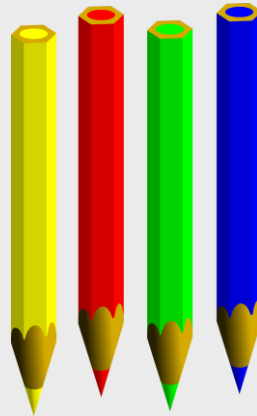


מה נעשה היום?

- נדבר על נושא חשוב מתמיד ובמיוחד בתקופה הזו – הניקיון או ההיגיינה ומדוע הם חשובים כל כך לבריאותנו?
- נסכם את השיעור בקצרה
- נעשה משימה שתסייע למשפחה כולה לשמור על הניקיון וההגיינה



מה להביא לשיעור?





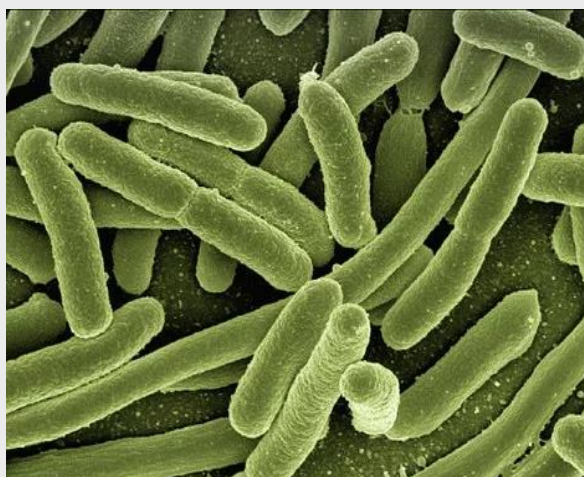
מתחילים בכיף

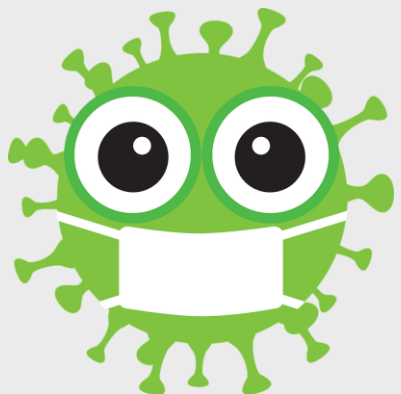
איפה יש לכלוך?
האם הלכלוך נמצא רק היכן שרואים אותו?



חיידקים ווירוסים נמצאים בכל מקום

- ניתן לראותם רק באמצעות **מיקרוסקופ** - עין האדם לא יכולה לראותם
- החיידקים והווירוסים יכולים בחלקם **לגרום למחלות ולבעיות בריאותיות**.
- חיידקים ונגיפים **יכולים לעבור אלינו מאנשים אחרים** או במגע עם חפצים מזוהמים ומלוכלכים.





מה אנחנו יודעים על וירוס (נגיף) הקרוונה?

- וירוס שעובר בקלות ובמהירות מאדם לאדם.
- הוירוס עובר דרך טיפות רוק המגיעות מהתעטשות, שיעול, דיבור ועוד.
- הוירוס יכול להיות על משטחים שונים שאליו הגיע.





מה אנחנו יודעים על וירוס (נגיף) הקרוונה?

- תופעות הקורונה דומות לשפעת: חום, שיעול, חולשה, כאבים בגוף
- הוירוס מסוכן יותר לאנשים מבוגרים
- מומלץ מאוד להיזהר ולא להדבק בנגיף זה



היכן נמצאים החיידקים והווירוסים שגורמים למחלות?

בשירותים



ברצפה/אדמה



בצעצועים ובחפצים



בידיים ובציפורניים





רגע של מחשבה

איך נצליח להרחיק את החיידקים
והווירוסים מאיתנו?





נקפיד על...



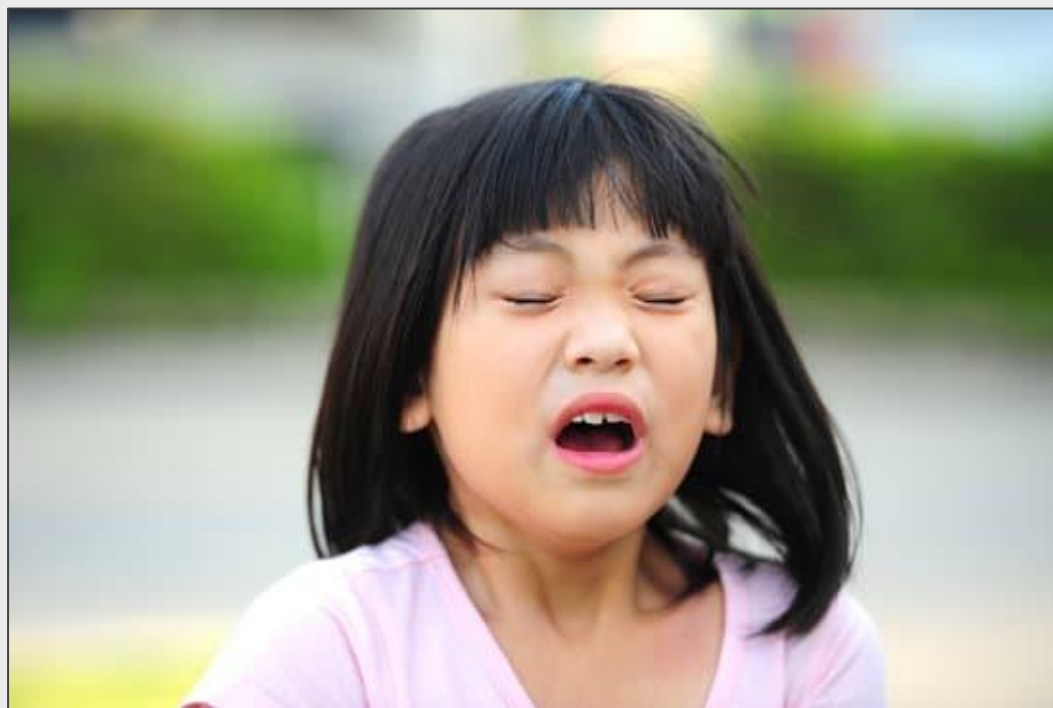
מה מומלץ לעשות?

שימו לב לתמונות הבאות וחשבו מה צריך לעשות במקרים הבאים:



מה מומלץ לעשות?

שימו לב לתמונות הבאות וחשבו מה צריך לעשות במקרים הבאים:



מה מומלץ לעשות?

שימו לב לתמונות הבאות וחשבו מה צריך לעשות במקרים הבאים:



מה מומלץ לעשות?

שימו לב לתמונות הבאות וחשבו מה צריך לעשות במקרים הבאים:



למדנו כמה דברים חשובים:

1. ישנם חיידקים ווירוסים שעלולים לגרום למחלות ולזיהומים בגופנו.
2. לא נוכל לראות בעין שלנו את החיידקים והנגיפים רק במיקרוסקופ.
3. כדי להרחיק את גורמי הזיהומים והמחלות עלינו להשתמש בסבון ומים או בג'ל מיוחד לידיים.



אתם כשגרירי הניקיון וההיגיינה של הבית

עברו בביתכם: בחדרים, במטבח, בסלון, בכניסה לבית.
מצאו את אותם מקומות שעלולים להיות עם חיידקים ווירוסים ברמה גבוהה.



למשל:

- ידית הורדת המים באסלה
- עכבר המחשב
- ידית דלת הכניסה לבית

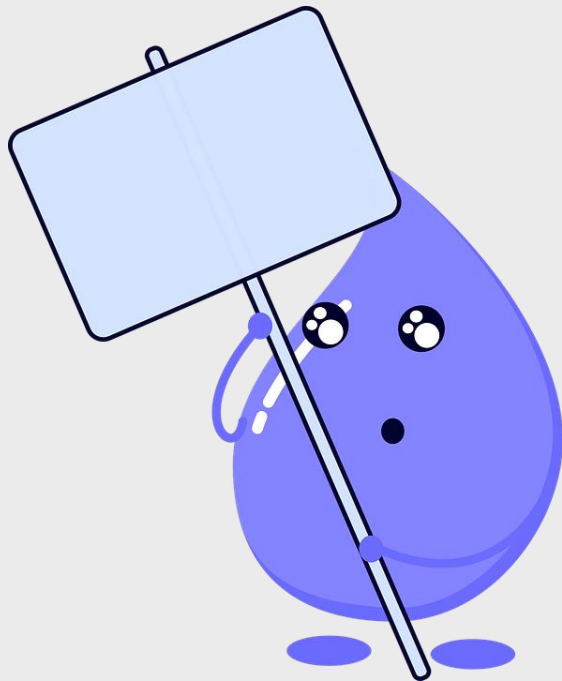
בואו נסמן!

סמנו את המקומות העיקריים שיש בהם סיכוי לריבוי
חיידקים בפתק וסמנו עליו סימון **יד ירוקה** –

היד הירוקה תזכיר לכולם כי יש לחטא ידיים בגמר המגע
עם המשטחים האלה.

ממשיכים למשימה

15:01



הכינו בביתכם פינת ניקיון והיגיינה:

1. כתבו שלט וקשטו אותו
2. חשבו אילו אביזרים, חפצים, חומרים חשוב להניח בפינת הניקיון וההיגיינה
3. צלמו את הפינה שהכנתם ושלחו דרך הטלפונים של ההורים לחברים נוספים בכיתתכם.



מדינת ישראל
משרד החינוך

תודה שצפיתם בשידור

הופק עבור משרד החינוך ע"י מטח