



מדינת ישראל
משרד החינוך

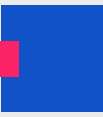


מערכת שידורים לאומית

אורח חיים בריא לכיתות ג-ו

נושא השיעור: מודעות לאלרגיות בסביבה

עם המורה: אפרת שטרן

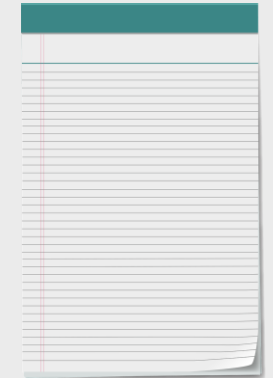
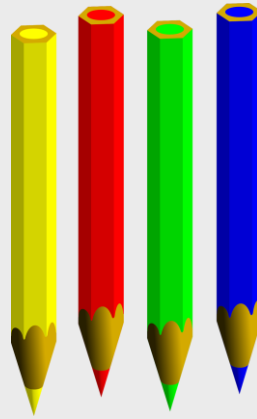


מה נעשה היום?

- נכיר את עמית, שחוגגת יום הולדת ונעזור לה להבין מהי אלרגיה?
- נדבר על אלרגיות אצל ילדים ונראה איך אנחנו יכולים לגרום להרגשת ביטחון אצל הילדים האלרגיים 😊
- בשיעור נבין מהי אלרגיה באמצעות סרטונים קצרים ודמויות מעניינות, נפתח מודעות ורגישות לסביבה ונבין שאנחנו יכולים לעזור ולהשפיע.



מה להביא לעיבוד?





לפני שאתחילים...

כתבו את השם של ילד או ילדה שאתם מכירים הרגישים למזון מסויים.
חשבו וכתבו(אפשר בעזרת ההורים) כיצד אפשר לגרום להם לתחושת ביטחון
בבית הספר או אחרי הצהריים?

זה בסדר אם אתם לא מצליחים לחשוב על זה כעת... נוכל לחזור למשימה גם
יותר מאוחר



הכירו את עמית...





הכירו את דן המדען...

רגע... חושבים...

- אתם יודעים מה זה אלרגיה?
- איך היא נוצרת?
- האם היא מדבקת?



מה התסמינים?



- אודם בפנים
- נפיחות
- קשיי נשימה
- קושי בבליעה
- פריחה
- ועוד תסמינים שונים...

מיד צריך להזריק את מזרק "האפיפן"
ולהתקשר לאמבולנס



הכירו את עמית... טוב, נו... אתם כבר מכירים



רגע... חושבים...

- כל הכבוד לעמית. היא ממש מתחשבת ורוצה לעזור.
- האם אתם חושבים שהיא פועלת בצורה טובה?

• כתבו ושוחחו בינכם מה אתם הייתם עושים במקומה של עמית כך שחברתה תהיה בסביבה בטוחה?



עלית יקרה

מצטרת שברחתי ככה מהכיתה בלי אומר דבר. במיוחד אחרי שהבאת לי את ההזמנה של יום
הולדתך.
אני מאז מתרגשת בשבילך לקראת המסיבה. זה ממש משמח אותי.
לצרי אני לא יכולה להצטרף.
חשוב שתביני, אני יודעת שאני חשובה לך, ואפילו אמא שלך תבין עבורי שולחן נפרד ומאכלים שאני יכולה
לאכול. ממש תודה!
אבל למרות כל זה אסור לי להזיע כי אסור לי להיות בסביבה עם המוצרים האלרגניים. אם בטעות אני
נוצעת או אפילו מריחה אני עלולה לקבל התקף שעלול להסתיים בבית חולים או גרוע מזה. או אם מישהו
לא שטף ידיו...
אני אזהבת אותך ומקווה שתביני כמה חשוב לי להיות בסביבה בטוחה.
שלב באהבה, נעם.



דיון בעקבות האכתב...

הדברים של נעם נוגעים ללב.
מה הייתם עושים במקום עמית?

- משנים את הכיבוד במסיבה?
- ממשיכים כרגיל?
- מבקשים עצה מאבא או אמא?

הכירו את עמית... טוב... אתם כבר מכירים

בואו נראה את הניסוי הזה...

זה בידיים של כולנו

ילדים רבים סובלים מאלרגיות שונות. זה יכול להיות חבר בכיתה, שכנה או בן דוד- ילדים אלרגיים הם חלק מהאוכלוסייה שבה אנו גדלים ולכן חשוב שנהיה מודעים לכך ועוד יותר מזה נהיה רגישים כלפי אותם ילדים. נשמור על סביבה בטוחה בבית הספר ומחוצה לו, נזמין אותם למסיבות יום הולדת ונעזור להם לשמור על בריאותם.

אחרי הכל זה בידיים של כולנו.



בואו תהיו שגרירים!

15:01



מרבית האנשים כלל לא יודעים מהי אלרגיה.
חשבו כיצד תוכלו להעביר את המידע הלאה.
הכינו פלקט ורשמו בו סיסמא או משפט המסביר על
המודעות לאלרגיות אצל ילדים.
אתם מוזמנים לצלם את עצמכם ולשלוח תמונה
לקבוצה של הכיתה שלכם או לעלות לרשת כדי שעוד
אנשים יהיו מודעים ורגישים לאלרגיות אצל ילדים.
כך נגרום לחברה שלנו להיות טובה יותר.

**אם אתם מעלים תמונה לרשת אתם מוזמנים לרשום
האשטג #רגשת-זה-בידיים-של-כולנו**