



ΚΑΘΑΡΟΙ
ΣΤΟ ΣΧΟΛΕΙΟ *Ζούμε*



*Χαρούμενα παιδιά γεμάτα
αυτοτηρηοίηση!*

ΔΙΑΔΡΑΣΤΙΚΑ ΠΑΙΧΝΙΔΙΑ ΓΙΑ ΤΙΣ ΤΑΞΕΙΣ Δ, Ε, ΣΤ ΔΗΜΟΤΙΚΟΥ



1

● «Σωστό ή Λάθος» παιχνίδι γνώσεων

Περιγραφή Δράσης

Τα παιδιά χωρίζονται σε δύο ομάδες. Κάθε ομάδα έχει τις μισές κάρτες με τις ερωτήσεις και, εναλλάξ, τα παιδιά της εκάστοτε ομάδας καλούνται να απαντήσουν αν η πρόταση που ακολουθεί είναι σωστή ή λανθασμένη. Όποια ομάδα βρει τις περισσότερες σωστές απαντήσεις, νικά.

Οι ίδιες ερωτήσεις μπορούν να χρησιμοποιηθούν κατά βούληση και στις μεγάλες και στις μικρές τάξεις.

Τα παιδιά πρέπει να απαντήσουν εάν είναι σωστές ή λανθασμένες οι προτάσεις.

Στόχοι

- Να διευρύνουν τις γνώσεις τους για τους μικροοργανισμούς, όπως μικρόβια, βακτήρια.
- Να δοκιμάσουν τις γνώσεις τους σχετικά με τους κανόνες υγιεινής και καθαριότητας.

Υλικά

- Κάρτες με ερωτήσεις

Χρόνος διεξαγωγής:

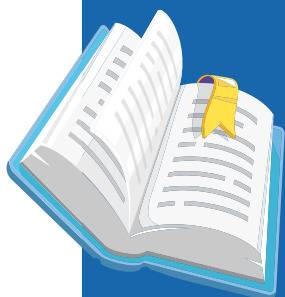
30 λεπτά

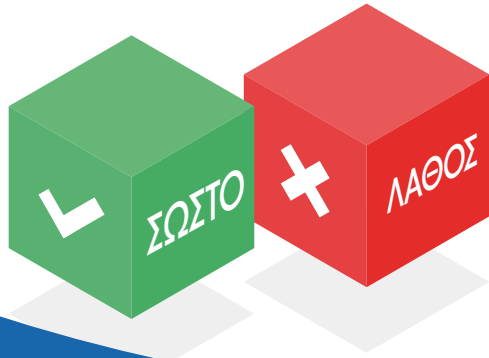
Χώρος διεξαγωγής:

Στην τάξη

Αριθμός παιδιών:

Όλη η τάξη

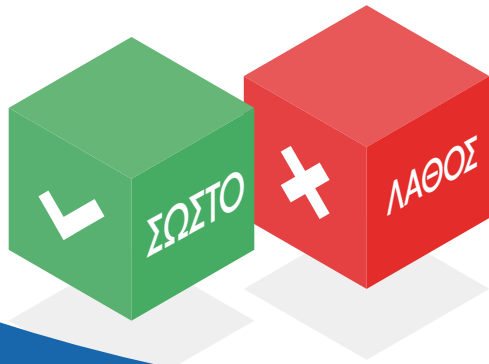




Τα μικρόβια φαίνονται
μόνο με μικροσκόπιο.



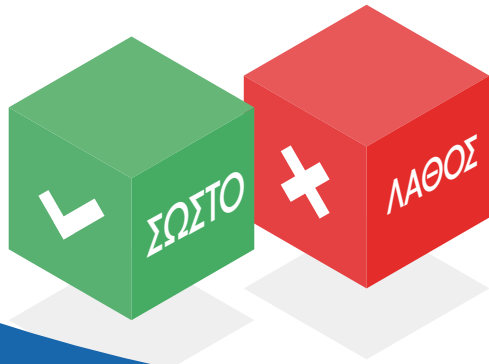
Τα μικρόβια είναι πολύ μικρά/αόρατα και δεν μπορούμε να τα διακρίνουμε με γυμνό μάτι, γι' αυτό χρησιμοποιούμε το μικροσκόπιο.



Για να σπάσουμε την αλυσίδα μετάδοσης των ιών πρέπει να πλένουμε πολύ συχνά και πολύ σχολαστικά τα χέρια μας.



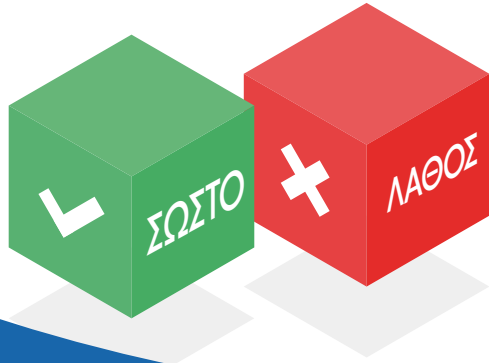
Το συχνό πλύσιμο των χεριών είναι ιδανικός τρόπος για την αποφυγή μετάδοσης μικροβίων. Συνεπώς, θα πρέπει να πλένουμε τα χέρια μας πριν και μετά το φαγητό, πριν και μετά την τουαλέτα, μετά το παιχνίδι, μετά από επαφή με ζώα κ.λπ.



Πρέπει να πλένουμε
τα χέρια μας μόνο όταν
πιάσουμε κάτι βρώμικο.



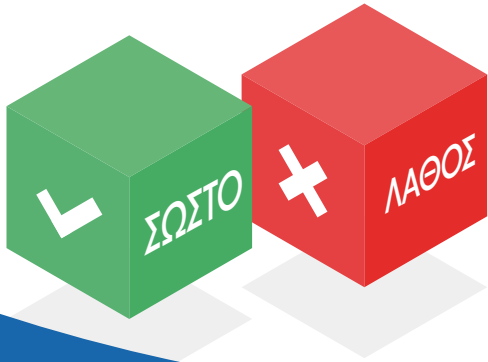
Το συχνό πλύσιμο των χεριών είναι ιδανικός τρόπος για την αποφυγή μετάδοσης μικροβίων. Συνεπώς, θα πρέπει να πλένουμε τα χέρια μας πριν και μετά το φαγητό, πριν και μετά την τουαλέτα, μετά το παιχνίδι, μετά από επαφή με ζώα κ.λπ.



Η οθόνη του τάμπλετ
δεν έχει μικρόβια γιατί
εκπέμπει μπλε φως.



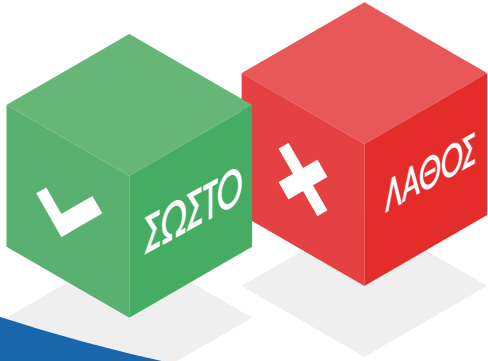
Το μπλε φως του τάμπλετ δεν επηρεάζει τα μικρόβια, ενώ όλες οι επιφάνειες που έρχονται συχνά σε επαφή με τα χέρια μας, όπως τάμπλετ, πόμολα, κινητά κ.λπ. έχουν πάνω τους μικρόβια.



Τα μικρόβια μεταδίδονται
μόνο με το σάλιο.



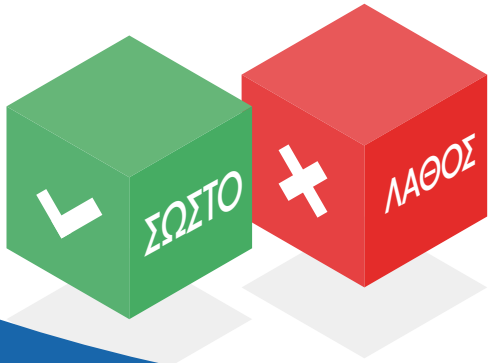
Τα μικρόβια μεταδίδονται και από το στόμα, τα χέρια, τον ιδρώτα και από επιφάνειες με τις οποίες ερχόμαστε συχνά σε επαφή, όπως πόμολα, τάμπλετ, κινητά κ.λπ.



Πρέπει να πλένουμε τα χέρια μας
σχολαστικά πριν και μετά την τουαλέτα.



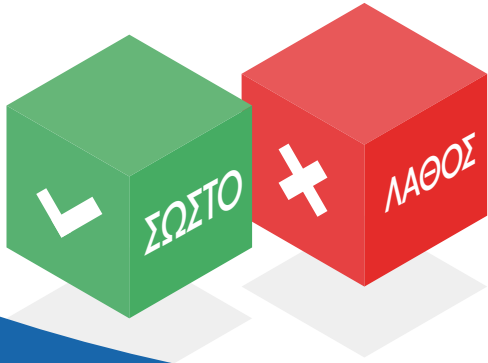
Το συχνό πλύσιμο των χεριών είναι ιδανικός τρόπος για την αποφυγή μετάδοσης μικροβίων. Συνεπώς, θα πρέπει να πλένουμε τα χέρια μας πριν και μετά το φαγητό, πριν και μετά την τουαλέτα, μετά το παιχνίδι, μετά από επαφή με ζώα κ.λπ.



Πρέπει να διατηρούμε καθαρή
την τάξη για να περιορίσουμε
τα μικρόβια που ζουν στις
επιφάνειές της.



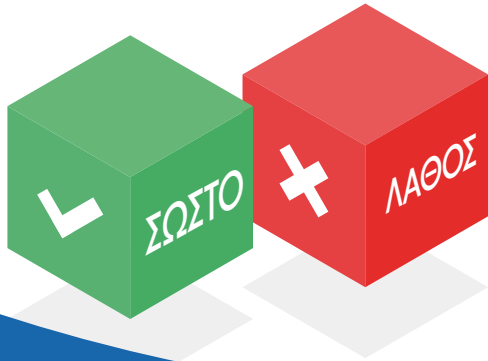
Ακολουθώντας τους κανόνες υγιεινής και καθαριότητας, σπάμε την αλυσίδα μετάδοσης μικροβίων.



Όταν τα θρανία μας δεν έχουν πάνω μουτζούρες από μαρκαδόρους και άλλες εμφανείς βρωμιές, τότε δεν υπάρχουν μικρόβια πάνω τους.



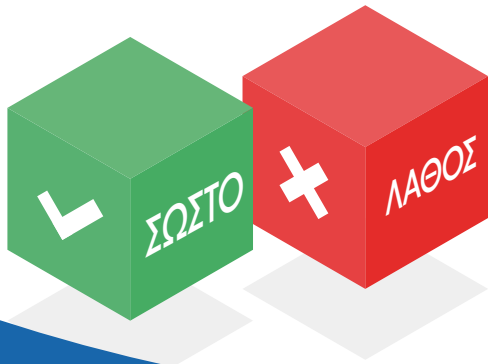
Ότι μια επιφάνεια φαίνεται καθαρή, δεν σημαίνει ότι είναι και δεν υπάρχουν μικρόβια πάνω της. Τα μικρόβια είναι αόρατα με γυμνό μάτι.



Πρέπει να πλένουμε τα χέρια μας μόνο με νερό.

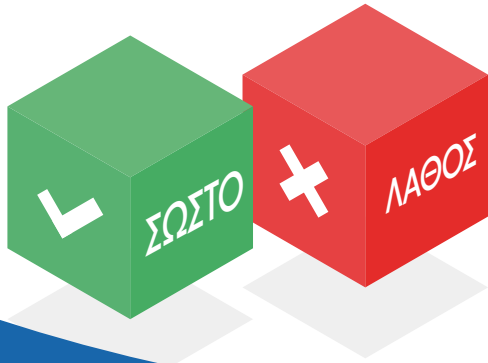


Θα πρέπει να πλένουμε τα χέρια μας με σαπούνι για τουλάχιστον 20 δευτερόλεπτα, ώστε να απομακρυνθούν τα μικρόβια.



Τα μικρόβια που βρίσκονται πάνω
στις βρύσες είναι περισσότερα απ' αυτά
που βρίσκονται στη λεκάνη της τουαλέτας.

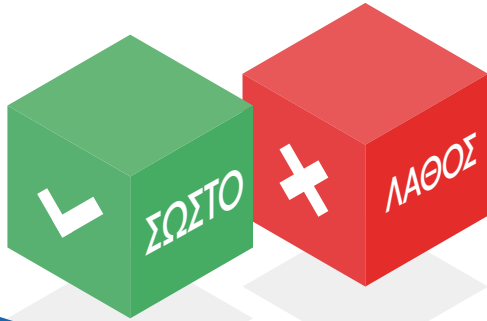
Οι βρύσες έχουν περισσότερα μικρόβια από το κάθισμα της λεκάνης και γι' αυτό πρέπει να προσέχουμε να μην τις ακουμπάμε με το στόμα μας όταν πίνουμε νερό.



Ιοί, όπως αυτός της γρίπης,
μπορούν να επιβιώσουν
σε επιφάνειες για πολλές ώρες.



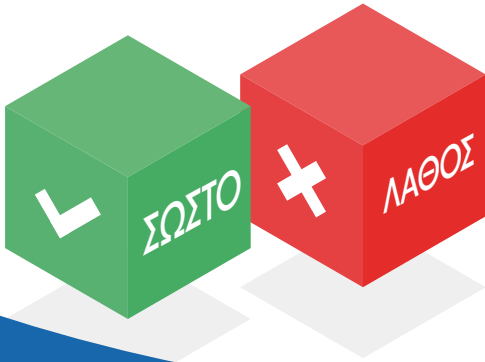
Ιοί, όπως αυτός της γρίπης, μπορούν να επιβιώσουν μέχρι και 48 ώρες σε σκληρές επιφάνειες, όπως πόμολα πόρτας, θρανία, ακόμη και στην οδοντόβουρτσά μας.



Όταν βήκουμε ή φτερνιζόμαστε
και δεν έχουμε χαρτομάντιλο,
καλύπτουμε τη μύτη και το στόμα μας
με το εσωτερικό του αγκώνα μας.



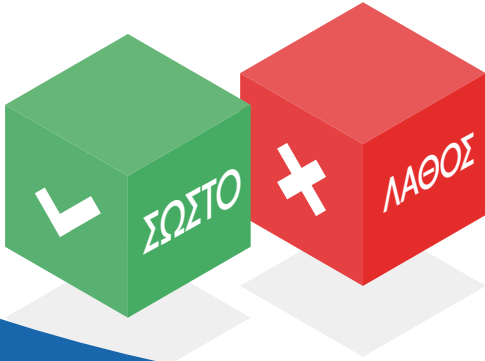
Για να εμποδίσουμε την διασπορά μικροβίων, βάζουμε χαρτομάντιλο στο στόμα μας ή καλύπτουμε τη μύτη και το στόμα μας με το εσωτερικό του αγκώνα μας για να βήξουμε ή να φτερνιστούμε.



Δεν χρειάζεται να πλύνουμε
τα χέρια μας αφού αγγίζουμε
ένα οικόσιτο ζώο.



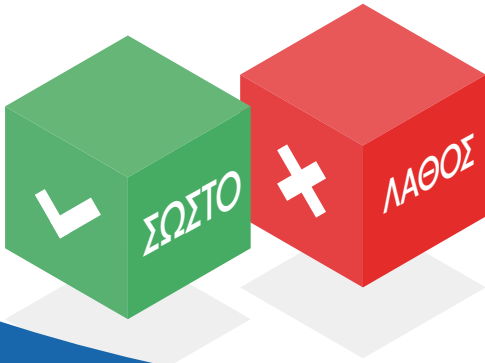
Το συχνό πλύσιμο των χεριών είναι ιδανικός τρόπος για την αποφυγή μετάδοσης μικροβίων. Συνεπώς, θα πρέπει να πλύνουμε τα χέρια μας μετά από επαφή με ζώα.



Υπάρχουν και χρήσιμα μικρόβια.



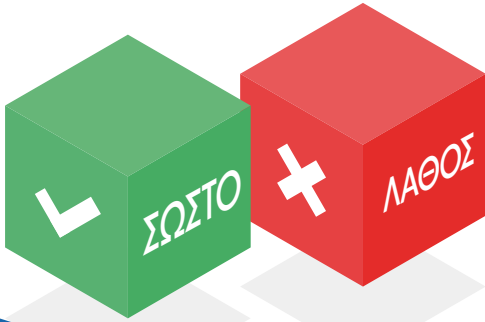
Αν και τα μικρόβια προκαλούν ασθένειες, υπάρχουν και χρήσιμα μικρόβια. Πχ ένας από τους κύριους τρόπους με τον οποίο τα μικρόβια είναι ωφέλιμα, είναι στη βιομηχανία τροφίμων. Το τυρί, το γιαούρτι, το κρασί και το ξύδι παράγονται όλα με τη βοήθεια μικροβίων. Τα «καλά» αυτά μικρόβια προκαλούν ζύμωση και έτσι το γάλα μετατρέπεται σε γιαούρτι και ο μούστος των σταφυλιών σε κρασί.



Ένα θρανίο μιας τάξης
έχει πάνω του πάνω
από 20.000 μικρόβια.



Πράγματι, οι επιστήμονες έχουν υπολογίσει ότι το μέσο σχολικό
θρανίο έχει πάνω του 20.000 μικρόβια.



Πρέπει να πλύνουμε
τα χέρια μας πάντα μετά το
παιχνίδι στην αυλή.



Το συχνό πλύσιμο των χεριών είναι ιδανικός τρόπος για την αποφυγή μετάδοσης μικροβίων. Συνεπώς, θα πρέπει να πλύνουμε τα χέρια μας πριν και μετά το φαγητό, πριν και μετά την τουαλέτα, μετά το παιχνίδι, μετά από επαφή με ζώα κ.λπ.

2. ● Top 5

Περιγραφή Δράσης

Οι μαθητές χωρίζονται σε δύο ομάδες και έχουν 2 λεπτά για να δώσουν όσες περισσότερες μονολεκτικές και μη απαντήσεις γνωρίζουν για την ερώτηση που τους έχει τεθεί. Η ομάδα παίρνει πόντο για κάθε απάντηση που βρίσκει από τις 5 που περιέχει η κάρτα. Η ομάδα με τους περισσότερους πόντους κερδίζει.

Στόχοι

- Να διευρύνουν τις γνώσεις τους για τους μικροοργανισμούς, όπως μικρόβια, βακτήρια.
- Να δοκιμάσουν τις γνώσεις τους σχετικά με τους κανόνες υγιεινής και καθαριότητας.

Υλικά

- Κάρτες με ερωτήσεις και τις αντίστοιχες απαντήσεις
- Χρονόμετρο ή κλεψύδρα

Χρόνος διεξαγωγής:

Περίπου 25 -30 λεπτά

Χώρος διεξαγωγής:

Στην τάξη

Αριθμός παιδιών:

Όλη η τάξη



Top 5

Τι μπορεί να προκαλέσουν
τα βλαβερά μικρόβια;



- Πυρετό
- Πονόλαιμο
- Κρυολόγημα
- Μύτη που τρέχει
- Γαστρεντερίτιδα

Top 5

Πώς μεταδίδονται
τα μικρόβια;

- Τουαλέτα
- Βήχα
- Φτέρνισμα
- Χέρια
- Ωμά τρόφιμα



Top 5

Σε ποια σημεία στην τάξη
μαζεύονται τα μικρόβια;



- Βιβλία
- Τετράδια
- Θρανία
- Χερούλια/Πτόμολα/Διακόπτες
- Μολύβια/Χάρακες/γόμες

Top 5

Πρέπει πάντα να πλένω
τα χέρια μου πριν:

- Την τουαλέτα
- Το φαγητό
- Μηπω στην τάξη μετά τη γυμναστική
- Αγγίζω τα μάτια μου
- Αγγίζω το στόμα μου



Top 5

Πρέπει πάντα να πλένω
τα χέρια μου μετά:

- Την τουαλέτα
- Το φαγητό
- Την επαφή με ζώα
- Το παιχνίδι στην αυλή
- Το φτέρνισμα



Top 5

Τα μικρόβια που βρίσκονται στη λεκάνη της τουαλέτας είναι λιγότερα από αυτά που βρίσκονται σε:

- Θρανία
- Βρύσες τουαλέτας
- Οθόνες κινητών και τάμπλετ
- Διακόπτες
- Πόμολα



Top 5

Στο κύριο του σχολείου
οι μαθητές πρέπει να
διατηρούν καθαρά:

- Θρανία
- Τάξεις
- Αυλή/προαύλιο
- Τουαλέτες
- Αίθουσα φαγητού



Top 5

Όταν φτερνίζομαι ή βήχω
πρέπει να:

- Καλύπτω το στόμα ή τη μύτη με το εσωτερικό του αγκώνα
- Χρησιμοποιώ καρτομάντιλο
- Απομακρύνω το πρόσωπό μου από τους διπλανούς μου
- Πλένω τα χέρια μου
- Καθαρίζω το χώρο ή τα αντικείμενα που λέρωσα



Top 5

Τα πέντε βήματα για το σωστό πλύσιμο των χεριών είναι:

- Βρέκω τα χέρια μου
- Βάζω σαπούνι
- Σαπουνίζω καλά για 20 δευτερόλεπτα
- Ξεπλένω με νερό για 10 δευτερόλεπτα
- Στεγνώνω τα χέρια μου καλά με χαρτί



Top 5

Τα βήματα που ακολουθώ
όταν τρώω στο σχολείο:

- Πλένω καλά τα χέρια μου
- Καθαρίζω την επιφάνεια που θα φάω
- Τοποθετώ το φαγητό πάνω στην πετσέτα μου
- Όταν τελειώσω, πετάνω τα σκουπίδια στο καλάθι
- Μαζεύω τα πράγματά μου και αφήνω το χώρο καθαρό



Top 5

Οι βασικοί κανόνες για την διατήρηση της καθαριότητας της τάξης είναι:

- Διατηρούμε καθαρά τα θρανία, τις καρέκλες και τους τοίχους της τάξης
- Δεν μουτζουρώνουμε τα θρανία
- Πετάμε τα σκουπίδια στο καλάθι
- Χρησιμοποιούμε κάδους ανακύκλωσης
- Πριν φύγουμε, ελέγχουμε ότι η τάξη είναι καθαρή



Top 5

Όταν κάποιος είναι κρυωμένος πρέπει να:

- Πλένει τα χέρια του συχνότερα
- Χρησιμοποιεί χαρτομάντιλα
- Μένει στο σπίτι
- Αποφεύγει να χαιρετάει και να φιλάει τους συμμαθητές του
- Καλύπτει το στόμα ή τη μύτη με το εσωτερικό του αγκώνα, όταν φτερνίζεται ή βήκει



3. Παιχνίδι φαντασίας και συνεργασίας: «Αφίσες ... με ομαδική γραφή!»

Περιγραφή Δράσης

Η τάξη χωρίζεται σε μικρές ομάδες, των 5 παιδιών το πολύ, που κάθονται σε κύκλο έχοντας στη μέση ένα χαρτόνι Α3. Κάθε παιδί παίρνει μια κορδέλα (ίσου μήκους με τις υπόλοιπες) και τη στερεώνει πάνω σε έναν (κοινό για όλους) μαρκαδόρο. Κρατώντας κάθε παιδί την κορδέλα του, την τεντώνει έτσι ώστε να βρεθεί ο μαρκαδόρος να αιωρείται όρθιος, λίγο πάνω από το χαρτόνι, με τη μύτη προς τα κάτω. Στη συνέχεια, όλα μαζί τα παιδιά, αρχίζουν να χειρίζονται με προσοχή τον μαρκαδόρο σαν «μαριονέτα» πάνω στο χαρτόνι, ώστε να καταφέρουν να γράψουν ένα σύνθημα ή μια λέξη για την καθαριότητα που έχουν σκεφτεί και να δημιουργήσουν τη δική τους μοναδική αφίσα. Όποια ομάδα καταφέρει να γράψει σωστά το σύνθημα ή τη λέξη, κερδίζει. Η δραστηριότητα μπορεί να χρονομετρηθεί.

Στόχοι

- Να διασκεδάσουν και να συνεργαστούν τα παιδιά για να πετύχουν ένα σωστό, ομαδικό αποτέλεσμα.
- Να δημιουργήσουν τις δικές τους μοναδικές, ομαδικές αφίσες για την υγιεινή και την καθαριότητα.

Υλικά

- Μαρκαδόροι
- Κορδέλες ή σκοινιά
- Χαρτόνια

Χρόνος διεξαγωγής:

Μια διδακτική ώρα

Χώρος διεξαγωγής:

Στην τάξη

Αριθμός παιδιών:

Όλη η τάξη σε ομάδες



4. Παιχνίδι ταχύτητας και καθαριότητας: «Ψάχνω, βρίσκω, καθαρίζω»

Περιγραφή Δράσης

Παίρνουν ο δάσκαλος/η δασκάλα κάποια αντικείμενα της τάξης (πχ. χάρακα, βάζο, ρολόι τοίχου, υδρόγειο σφαίρα, γόμα, ξύστρα, μολύβια, μαρκαδόρους κ.λπ.) και τα κρύβουν στο προαύλιο, σε σημεία όπου υπάρχει χόμα ή βρωμιά. Στη συνέχεια, λένε στα παιδιά ότι πρέπει να χωριστούν σε δύο ομάδες και να πάνε στο προαύλιο να τα ψάξουν και να τα φέρουν πίσω. Όποια ομάδα καταφέρει να βρει τα περισσότερα και να τα καθαρίσει προσεκτικά, είναι νικήτρια.

Μετά το παιχνίδι τα παιδιά πλένουν τα χέρια τους.

Στόχοι

- Να διασκεδάσουν τα παιδιά παίζοντας ομαδικά και έχοντας ως στόχο την καθαριότητα των καθημερινών χρηστικών αντικειμένων της τάξης.
- Να κατανοήσουν και βιωματικά τη σημασία της καθαριότητας.

Υλικά

- Διάφορα αντικείμενα της τάξης (όχι χάρτινα ή εύδραυστα)
- Υγρά απολυμαντικά πανάκια
- Νερό

Χρόνος διεξαγωγής:

1 διδακτική ώρα

Χώρος διεξαγωγής:

Στο προαύλιο, στην τάξη

Αριθμός παιδιών:

Όλη η τάξη



5.

Πώς πλένονται καλύτερα τα χέρια;

Περιγραφή Δράσης

Ο εκπαιδευτικός χωρίζει την τάξη σε τέσσερις ισομερείς, διαφορετικές ομάδες και ζητάει από τους μαθητές να κάνουν τέσσερις σειρές, ο ένας πίσω από τον άλλο.

Οι ομάδες ονομάζονται:

- A.** Καθόλου πλύσιμο χεριών
- B.** Πλύσιμο χεριών με κρύο νερό
- Γ.** Πλύσιμο χεριών με ζεστό νερό
- Δ.** Πλύσιμο χεριών με ζεστό νερό και σαπούνι

Ο εκπαιδευτικός καλύπτει τα χέρια των παιδιών με λάδι και χρυσόσκονη ή άλλη σκόνη (π.χ. κανέλα). Κάθε παιδί πλένει τα χέρια του με κλειστά τα μάτια σύμφωνα με την ομάδα που ανήκει (Α,Β,Γ,Δ). Αφού τελειώσουν, συγκρίνουν και συζητούν ποια ομάδα έχει τα πιο καθαρά/ βρώμικα χέρια και ποιος είναι ο πιο αποτελεσματικός τρόπος να πλυθούν τα χέρια μας. Μπορούν επίσης να συμπληρώσουν ένα φύλλο εργασίας (Σε ποια ομάδα ανήκω; - Εικόνες βρώμικα χέρια, λίγο βρώμικα χέρια, καθαρά χέρια).

Στόχοι

- Να καταλάβουν τη σημασία του σαπουνιού στην καθαριότητα των χεριών τους.
- Να καταλάβουν ότι, ακόμη και αν ξεβγάλουν τα χέρια τους, διατηρούνται ακόμη μικρόβια πάνω τους.

Υλικά

- Λάδι
- Χρυσόσκονη ή κανέλα
- 3 λεκάνες με κρύο και ζεστό νερό ή τρεχούμενο νερό
- Σαπούνι

Χρόνος διεξαγωγής:

30 λεπτά

Χώρος διεξαγωγής:

Στην τάξη

Αριθμός παιδιών:

Όλη η τάξη



6. Μεταφορά και καλλιέργεια μικροβίων σε ψωμί

Περιγραφή Δράσης

Ο εκπαιδευτικός εξηγεί στα παιδιά τη σημασία του πλύσιματος των χεριών. Ο εκπαιδευτικός με γάντια κόβει μια φέτα ψωμί και την τοποθετεί μέσα σε ένα σακουλάκι με την ταμπέλα «Δείγμα». Τα παιδιά πιάνουν από μια φέτα ψωμί, κατά προτίμηση αμέσως μετά από διάλειμμα ή από παιχνίδι που έχουν λερωθεί τα χέρια τους. Η κάθε φέτα τοποθετείται και αυτή μέσα σε ένα σακουλάκι με ταμπέλα «Λερωμένα Χέρια» και το όνομα του μαθητή. Τα παιδιά πλένουν όσο καλύτερα μπορούν τα χέρια τους και πιάνουν μία άλλη φέτα ψωμιού και την τοποθετούν σε ένα σακουλάκι με την ταμπέλα «Καθαρά Χέρια» και το όνομα τους. Ο εκπαιδευτικός κρεμάει τα σακουλάκια μέσα στην αίδουσα και για περίπου 1-2 εβδομάδες τα παιδιά κρατάνε ένα ημερολόγιο παρατήρησης.

(Τα ψωμιά στα σακουλάκια «Δείγμα» και «Καθαρά χέρια» θα έχουν λιγότερες αποικίες μικροβίων-μούχλα από το ψωμί στο σακουλάκι «Λερωμένα Χέρια»).

Στόχος

- Να δουν πρακτικά πώς επηρεάζει το πλύσιμο των χεριών τη μετάδοση μικροβίων.

Υλικά

- 2 φέτες ψωμί για κάθε παιδί και 1 φέτα ψωμί για δείγμα τάξης
- σακουλάκια που κλείνουν με zip lock
- γάντια

Χρόνος διεξαγωγής:

20 λεπτά την πρώτη μέρα και 5 λεπτά κάθε ημέρας που γίνεται η παρατήρηση

Χώρος διεξαγωγής:

Στην τάξη

Αριθμός παιδιών:

Όλη η τάξη

