

ASMENS HIGIENA

Asmens higiena padeda saugoti ir stiprinti sveikatą, o higieninis ugdymas yra būtinas visapusiškam vaiko vystymuisi, sveikatos palaikymui ir stiprinimui. Asmens higienos įpročius vaikas formuoja per stebėjimą ir veikdamas pats savarankiškai, todėl svarbu mokyti ir priminti vaikams, kad higieniniai įgūdžiai yra svarbūs jų sveikatai. Paskaitėlės metu buvo naudojama priemonė „Bakterijų milteliai“, kurie imituoja ant rankų esančius nešvarumus, nepastebimus plika akimi, o matomus tik pašvietus specialiu žibintuvėliu. Juos sunaikinti galima kruopščiai plaunant rankytes tekančiu vandeniu ir muilu. Tad vaikai mokėsi atsiraitoti rankoves iki alkūnių, atsisukti vandens čiaupą, muiluoti rankas ir taisyklingai plauti muiluotas rankytes tekančiu vandeniu. Taip pat vaikai sprendė užduoteles, turėjo apvesti savo rankytę ant lapo ir nupiešti mikrobus tose vietose, kuriose dažniausiai liekai mikrobojų jeigu jas plauname neatsakingai. Vaikai patys dalijosi ir pasakojo, kada jie eina plauti rankyčių, žaismingai atlikinėjo visas užduotis.

Visuomenės sveikatos specialistė Edita Klevaitytė

