

Lecția: ”Să ne spălăm corect pe mâini”

Profesor pentru învățământul
preșcolar: Brumariu Mona
Daiana

Grupa mare B



Scopul lecției

Formarea deprinderilor de igienă personală prin învățarea și practicarea corectă a spălării mâinilor.

Competențe operaționale:

- ▶ O1 – Să recunoască momentele în care este necesară spălarea mâinilor.
- ▶ O2 – Să identifice etapele corecte ale spălării mâinilor.
- ▶ O3 – Să execute corect mișcărilor de spălare a mâinilor.
- ▶ O4 – Să manifeste interes față de igiena personală.

De ce ne spălăm pe mâini?

- ▶ Pentru a îndepărta microbii și a preveni îmbolnăvirea.

Spălatul pe mâini este o practică simplă, dar extrem de eficientă, care protejează sănătatea și limitează transmiterea bolilor.

- Spălarea mâinilor devine o parte integrantă a unui stil de viață sănătos.



Când trebuie să ne spălăm pe mâini?

- ▶ Înainte de masă
- ▶ După folosirea toaletei
- ▶ După joacă
- ▶ După ce strănutăm sau tușim
- ▶ După ce atingem animale







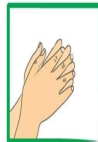

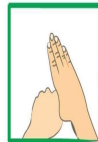




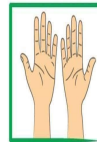
Cum ne spălăm corect pe mâini?

- ▶ 1. Umezim mâinile cu apă
- ▶ 2. Punem săpun
- ▶ 3. Frecăm bine palmele, degetele, unghiile
- ▶ 4. Clătim cu apă curată
- ▶ 5. Uscăm cu un prosop curat

CUM TE SPELI PE MĂINI ?

Coaliția
România
Sănătoasă

The infographic illustrates the correct handwashing technique in 12 steps, arranged in a 3x4 grid. A vertical green arrow on the left points downwards, and a stopwatch icon with '30s' indicates the duration. Each step is accompanied by an illustration and a brief description in Romanian.

 Udă mâinile cu apă.	 Aplcă săpun.	 Frecă palmele între ele.	 Frecă spatele mâinilor cu degetele întredeschise.
 Frecă palmele cu degetele întredeschise.	 Frecă palma opusă, cu spatele degetelor.	 Frecă fiecare deget al mâinii opuse.	 Frecă baza degetelor.
 Frecă încheietura fiecărei mâini.	 Clătește cu apă.	 Uscă mâinile.	 Gata ! Acum mâinile tale sunt curate.

Poveste educativă: „Mâna cea urâtă și Mâna cea curată”



A fost odată ca niciodată o mână pe nume **Mâna cea urâtă**. Ea nu voia niciodată să se spele cu apă și săpun. Se juca în noroi, atingea tot ce era murdar și nu se gândea deloc la microbiile care se adunau pe ea.

Copiii nu voiau să se joace cu Mâna cea urâtă, pentru că lăsa urme peste tot și putea să îi îmbolnăvească. **Mâna cea urâtă era tristă...**

Într-o zi, a apărut **Mâna cea curată**. Era strălucitoare, mirosea frumos și toți copiii o iubeau. Mâna cea curată a învățat-o pe Mâna cea urâtă cum să se spele corect: cu apă, săpun, mișcări atente și prosop curat.

De atunci, **Mâna cea urâtă a devenit Mâna cea fericită!** Acum este mereu curată și toți vor să fie prieteni cu ea.

Mâna murdară voia să se joace, dar copiii nu o primeau. După ce s-a spălat, toți au fost fericiți!





Activitate practică

HAI SĂ NE SPĂLĂM PE MĂINI ÎMPREUNĂ!