

Dňa 2.5.2019 sa na našej škole konala prednáška pre žiakov 4.A a 4. B triedy na tému

Čistota pol života

Každý z nás vie, že zdravie je pre nás najcennejšie. Udržiujeme a upevňujeme ho osobná hygiena, správne stravovanie, priemerný pohyb a telocvik, dostatočný odpočinok, správna životospráva.

Správna hygiena nie je len o čistom a upravenom vzhľade- je to aktívny spôsob, ako zabrániť šíreniu vírusov a baktérií. Dodržiavanie niekoľkých zásad pomôže predísť častým ochoreniam.

A práve z uvedeného dôvodu boli žiakom sprostredkované informácie o tom, ako sa správne starať o svoje telo, čistotu a zdravie.

Prezentáciou a obrázkami boli žiakom zdôraznené základné činnosti pre udržiavanie osobnej hygieny ako je umývanie rúk.- zvyk číslo jeden, ktorý by si mali žiaci zapamätať a vykonávať po návšteve toalety, pred každým jedlom a po hraní sa vonku.

Taktiež čistenie zubov, hygiena vlasov a hygiena na toalete, ktorá rovnako, ako je umývanie rúk, aj používanie toaletného papiera, je jeden zo základných hygienických návykov.

Žiakom bolo zdôraznené tiež to, aby sa čisto obliekali, aby udržiavali čistotu, poriadok aj vo svojom okolí a aby trávili veľa voľného času na čerstvom vzduchu.

Informácie s tematikou čistenia zúbkov priblížil žiakom aj krátky rozprávkový videozáznam.

V záverečnej časti mali žiaci možnosť oboznámiť sa a vyskúšať rôzne hygienické a kozmetické výrobky, mydlo a umývanie rúk.

Uvedená téma a činnosti boli obohatením a prínosom pre všetkých zúčastnených žiakov.

Organizovali: Mgr. Irena Vaľková, Mgr. Monika Semanová



