

# Osobná hygiena

Hygiena, “bohyňa zdravia”, je neoddeliteľnou súčasťou nášho života. Hodnota nášho života závisí aj od kultúrnosti každodenného života. Kultúrnosť každodenného života sa okrem iného prejavuje: dodržiavaním hygieny, dodržiavaním starostlivosti o svoj vzhľad, svoj zovňajšok, dodržiavaním starostlivosti o prostredie, v ktorom žijeme, pracujeme, v ktorom sa pohybujeme.

V našej škole sme sa uvedenej téme venovali počas prvého májového týždňa.

Žiakom 1. stupňa boli sprostredkované informácie o starostlivosti o seba samého. Základy hygienických návykov sú každému vštepované už od detstva. Nedostatočná hygiena je zdrojom chorôb, preto je nesmierne dôležité, aby sa žiaci aj v tomto smere neustále vzdelávali a zdokonaľovali.

Hygienické potreby, náučná prezentácia a videozáznamy priblížili žiakom nenáročnou, hravou formou základné zásady osobnej hygieny – ako napr. umývanie rúk pred jedlom, po použití WC, po hre vonku, po hre so znečistenými predmetmi a všetko dôležité pre osobnú hygienu.

Na záver mal každý žiak možnosť nahmatať si jednu z hygienických potrieb a uhádnuť presne o ktorú ide. Podarilo sa to prevažne iba starším žiakom.

Sprostredkované informácie o osobnej hygiene boli aj tentokrát veľkým prínosom pre žiakov našej školy.

Organizovala: Mgr. Irena Vaľková

Rudňany, 8.5.2022



## STAROSTLIVOSŤ O NAŠE TELO – RUKY A NECHTY



### Ruky si unývame:

- Po príchode zo školy
- Po každej hre
- Po použití WC
- Pred každým jedlom

**Nezabudni!**

Čistotu a úpravu nechtov.



REDMI NOTE 9  
AI QUAD CAMERA



**Čistota –  
pol života**

**OSOBNÁ HYGIENA**

REDMI NOTE 9  
AI QUAD CAMERA













REDMI NOTE 9  
AI QUAD CAMERA