

SLOVENSKÝ VÝBOR  
SVETOVEJ ORGANIZÁCIE PRE PREDŠKOLSKÚ VÝCHOVU



# INŠPIRÁCIE K UMÝVANIU RÚK V MATERSKEJ ŠKOLE



Monika Miňová – Matej Slováček (Eds.)

Prešov 2024

Publikované texty boli zverejnené so súhlasom autorov.

Tento vyjadrili zaslaním formulárov na základe výzvy ku Dňu materských škôl.

Za obsah a jazykovú úpravu zodpovedajú autori/autorské materské školy.



**Názov:** Inšpirácie k umývaniu rúk v materskej škole

**© Editori:** PaedDr. Monika Miňová, PhD.  
PhDr. PaedDr. Matej Slováček

**Recenzenti:** PaedDr. Marianna Jamborová, PhD.  
Mgr. Martina Rímska, PhD.

**© Vydavateľ:** Slovenský výbor Svetovej organizácie pre predškolskú výchovu

**Grafické spracovanie:** PhDr. PaedDr. Matej Slováček

**Obálka:** Mgr. Dominika Slováčková

**Rok vydania:** 2024

**Vydanie:** prvé

**Rozsah:** 69 strán

**Zverejnené na:** [www.omep.sk](http://www.omep.sk)

ISBN 978-80-974139-6-5

EAN 9788097413965

# Obsah

Úvod.....	4
Svetový deň umývania rúk mydlom.....	5
Dobré mienené rady.....	12
Umývanie rúk vo svetovom kontexte.....	14
Umývanie rúk v slovenskom kontexte .....	17
Materská škola Beša.....	19
Materská škola pri zdravotníckom zariadení, Limbová 1, Bratislava.....	20
Materská škola Hodruša-Hámre.....	28
Materská škola Henckovce.....	29
Materská škola Hollého 3, Hlohovec .....	30
Materská škola Humenská 51, Košice .....	32
Materská škola Nešporova 28, Košice .....	34
Materská škola Nová 2912/2, Lieskovec .....	36
Materská škola Nábrežie 4. apríla 1986/20, Liptovský Mikuláš.....	37
Materská škola Lovce.....	39
Materská škola Bernolákova 252, Námestovo .....	40
Materská škola Hlavná 346, Nižná Myšľa .....	41
CZŠ s MŠ sv. Gorazda Solivarská 49, Prešov .....	42
Materská škola Solivarská 51, Prešov .....	43
Materská škola Sládkovičova 6, Revúca.....	44
Materská škola 5RP II, Rudňany.....	47
Základná škola s materskou školou Ružindol .....	48
Materská škola Gagarinova 916, Sobrance .....	52
Materská škola SNP 1, Spišské Vlachy .....	53
Materská škola Družstevná 506, Strážske.....	54
Materská škola Gen. Svobodu 744/33, Svidník .....	59
Materská škola Štvrtok.....	60
Materská škola Daxnerova 1085, Tisovec .....	61
Materská škola Dolná Štubňa, SNP 81/1, Turčianske Teplice .....	62
Materská škola Vaniškovce.....	64
Namiesto záveru .....	65

# Úvod

V roku 2024 si pripomíname 10. výročie vzniku *Dňa materských škôl na Slovensku* a túto publikáciu venujeme vzácnemu výročiu pre všetky materské školy a nielen im. Táto publikácia vychádza aj ako praktická spomienka na celosvetovou pandémiou COVID-19, v ktorom dôkladné a pravidelné umývanie rúk, bolo neodmysliteľnou súčasťou. Samozrejme, táto elementárna ľudská činnosť bola, je a bude súčasťou dennej reality v materských školách a aj v našich životoch. V roku 2022 Slovenský výbor Svetovej organizácie pre predškolskú výchovu vypísal výzvu na zapojenie sa do tohto projektu, prostredníctvom ktorého sme chceli získať vďaka príkladom dobrej praxe rôzne básne, piesne, riekanky, príbehy/rozprávky, knihy, filmy, obrázkové materiály a iné nápady na tému umývania rúk, ktoré sa osvedčili v materských školách.

Pani učiteľky z 25 materských škôl sa na základe výzvy Slovenského výboru OMEP aktivizovali a svojimi námetmi a nápadi, skúsenosťami z praxe, nám pomohli zostaviť túto publikáciu. Takouto formou si chceme vzájomne kolegiálne pomôcť, podeliť sa o vlastné skúsenosti dobrej praxe a zasobiť materské školy na Slovensku mnohými námetmi na aktivity, hry a činnosti. Výzvou na zapojenie sa do odovzdania skúsenosti v podobe konkrétnych hier, aktivít a námetov zameraných na umývanie rúk, chceme načerpať inšpirácie od kolegyň z praxe. Okrem funkcie pomoci v praxi, napríklad začínajúcim učiteľkám a učiteľom, bolo publikovanie v tomto zborníku aj verejnou propagáciou materskej školy, v ktorej tieto úžasné nápady vznikli.

*Veríme, že si námety na aktivity, hry a činnosti nájdú cestu k svojim adresátom  
– učiteľkám, učiteľom, deťom a rodičom.*

Potrebné informácie:

- *za jazykovú a obsahovú stránku príspevkov zodpovedajú autori,*
- *editori ani vydavateľ neručia a nemusia sa stotožňovať s pedagogicko-didaktickou korektnosťou príspevkov,*
- *príspevky – aktivity sú publikované v pôvodnom stave, za ktorý zodpovedajú autori,*
- *fotografie boli použité so súhlasom autorov, ten vyjadrili zaslaním Slovenskému výboru OMEP,*
- *za autorskú príslušnosť, prípadnú korektnosť v uvádzaní zdrojov zodpovedajú autori.*

**Editori**

# Svetový deň umývania rúk mydlom



*15. október je Svetový deň umývania rúk mydlom, je celosvetový deň presadzovania práva, ktorý sa venuje zvyšovaniu povedomia a porozumenia o dôležitosti umývania rúk mydlom ako účinného a dostupného spôsobu prevencie chorôb a záchrany životov.*

Svetový deň umývania rúk mydlom je príležitosťou navrhnúť, otestovať a zopakovať kreatívne spôsoby, ako povzbudiť ľudí, aby si umývali ruky mydlom v kritických chvíľach.

Na základe skúseností z posledných rokov, nastal čas na urýchlenie pokroku v oblasti hygieny rúk – a vyžaduje si to kolektívne úsilie, aby sa uzákonila skutočná zmena.

Keď sa svet pomaly dostáva cez COVID-19 do nášho nového normálu, mali by sme sa až priam musíme zjednotiť za pochopenie dodržiavania hygieny rúk.

*Umývanie rúk mydlom je jednoduchá, účinná a cenovo dostupná ochrana, ktorá zabraňuje infekciám a zachraňuje životy.*



## **História celosvetového dňa umývania rúk mydlom**

Svetový deň umývania rúk mydlom sa snaží zvýšiť povedomie o dôležitosti umývania rúk mydlom a vodou.

**Cieľom** tohto dňa je propagovať výhody správnej hygieny a ako efektívne umývanie rúk môže pomôcť a zabrániť šíreniu chorôb. Svetový deň umývania rúk si Globálne partnerstvo pre umývanie rúk prvýkrát pripomenulo v roku 2008.

**Každoročne sa oslavuje 15. októbra.**



**Hľadáte aktivitu, ktorú by ste mohli zahrnúť do svojho podujatia  
Svetový deň umývania rúk mydlom?**

Tu je zoznam aktivít, ktoré boli vykonané v minulosti na celom svete.

- ♣ Usporiadajte súťaž pre deti.
- ♣ Kreslenie, maľovanie na tému umývania rúk.

- ♣ Dizajn obalu na mydlo.
- ♣ Návrh plagátu na Svetový deň umývania rúk mydlom.
- ♣ Pieseň na danú tému.
- ♣ Báseň na danú tému.
- ♣ Dizajn alebo dekorácia stanice na umývanie rúk.
- ♣ Hry a aktivity na školskom dvore.
- ♣ Vyroberte si výčapné stanice na umývanie rúk a dávkovače tekutého mydla.
- ♣ Ukážky dobrého umývania rúk.
- ♣ Dobrá ukážka umývania rúk zdravotníckym pracovníkom.
- ♣ Pečiatku detí na ruky atramentom, aby ste ukázali, ako je mydlo potrebné na odstránenie baktérií.
- ♣ Usporiadajte sprievod umývania rúk s nápismi a spevmi o dôležitosti umývania rúk mydlom.
- ♣ Zahrajte si bábkové predstavenie, ktoré ukazuje, čo sa stane, keď si niekto neumyje ruky (ochorie).
- ♣ Distribúcia mydla.
- ♣ Ukážka ako vyrobiť mydlovú vodu.
- ♣ Prepožičajte si veľké miesto, ako je štadión alebo zábavný park, a vyzdobte ho odkazmi na umývanie rúk.



## **Tu je niekoľko zábavných spôsobov, ako môže Vaša škola osláviť**

### **Svetový deň umývania rúk mydlom**

1. Zorganizujte celoškolské podujatie na oslavu Svetového dňa umývania rúk, ktoré bude realizovať ako jednu veľkú hru. Zabavte sa pomocou ukážok, pesničiek a hier. Pozvite rodičov!
2. Usporiadajte „herné predstavenie o umývaní rúk“. Vyberte školské celebrity, ako sú obľúbení učitelia alebo riaditeľ, ktorí budú hosťami a súťažiacimi. Zvážte zábavnú cenu na konci – alebo rovnako zábavnú odmenu. To je skvelý zdroj dôležitých faktov o umývaní rúk, ktoré by mal vedieť každý.
3. Urobte z toho zábavnú súťaž. Nechajte deti viesť v triede a doma tabuľku, ktorá sleduje každé umývanie rúk počas celého týždňa. Povzbudzujte rodičov, aby sa zúčastnili – a zapojte aj učiteľov a zamestnancov. Súťaž sa môže skončiť cenami a uznaním pre najlepšie umývačky rúk.



### **Ďalšie zábavné aktivity zamerané na umývanie rúk**

So šírením chrípky a choroboplodných zárodkov si všetci čoraz viac uvedomujeme potrebu zabezpečiť, aby si každý umýval ruky často a dôkladne! Udržujte svoju rodinu v maximálnej možnej bezpečnosti s týmito 30+ šikovnými aktivitami na umývanie rúk pre predškolákov! Existuje toľko skvelých nápadov, ako naučiť umývanie rúk zábavnou formou.



Ako dospelí vieme, že jedným z najlepších spôsobov, ako zastaviť šírenie choroby, sú naše ruky, no nie je vždy ľahké prinútiť ich, aby si umývali ruky aj naše deti. Použite tieto aktivity na umývanie rúk pre deti v predškolskom veku, aby ste zabránili choroboplodným zárodkom počas celej zimy. Tento zoznam obsahuje mnoho rôznych nápadov na umývanie rúk s niekoľkými skvelými informáciami a nápadmi na výučbu detí o tom, prečo je dôležité umývať si ruky, ako aj o tom, ako si správne umývať ruky. Činnosti týkajúce sa umývania rúk zahŕňajú vedecké experimenty, činnosti spojené s umývaním rúk v ranom detstve, úžasné plagáty na umývanie rúk, ktoré možno bezplatne vytlačiť, niekoľko úžasných domácich mydiel na výrobu a mnoho spôsobov, ako môžeme túto prácu zmeniť na hry s umývaním rúk.



### Činnosti na umývanie rúk

Nižšie sú uvedené niektoré činnosti spojené s umývaním rúk, ktoré pomáhajú deťom zapojiť sa do procesu hygieny rúk a zároveň poskytujú cenné skúsenosti s učením, ktoré objasnia, prečo je táto základná zručnosť potrebná v ich každodennom živote.

#### **Tipy a triky na umývanie rúk:**

- ... Umožnite dieťaťu, aby si samo vybralo vôňu mydla na ruky, a dajte mu možnosť ozdobiť nádobu vlastným dotykom nálepiek, trblietok, fixiek atď. Niektoré deti s obľubou umiestňujú do dávkovača aj malé plastové hračky.
- ... Dajte dieťaťu na výber pri výbere mydla na ruky rôzne možnosti, ako napríklad tyčinka verzus pumpička, pena verzus gél atď. Možno by pomohlo mydlo v sieťovanej taške.
- ... Umožnite dieťaťu vybrať si svoj obľúbený uterák na sušenie rúk alebo mu kúpte špeciálny uterák len na tento účel. Možno je to zábavný tematický uterák alebo jednoducho nadýchaný uterák, ktorý je príjemný na ruky. Myslite na pozitívne skúsenosti, takže tu nie je žiadna poškriabaná tkanina uterákov.

- ... Začleňte do ich rutiny umývania rúk zábavnú pieseň o umývaní rúk. Existuje toľko zábavných piesní, z ktorých niektoré sú navrhnuté tak, aby pomohli dieťaťu lepšie a dlhšie sa umyť, aby sa zbavili baktérií. Pozrite sa na tieto zábavné piesne na umývanie rúk! Piesne môžu byť veľmi užitočné pre mladšie deti.
- ... Prineste niekoľko ich obľúbených hračiek na rutinné umývanie rúk, aby ste podporili ich záujem. Po dôkladnom umytí rúk sa s nimi môžu hrať.
- ... Zvážte použitie vizuálneho časovača, ktorý im pomôže umyť si ruky počas primeranej doby, aby sa zbavili týchto baktérií. To je užitočné pre staršie deti. Zamyslite sa nad vizuálnym gélovým časovačom, ktorý trvá 20-30 sekúnd.
- ... Uistite sa, že umývadlo je pre dieťa pohodlne prístupné. Môžu dosiahnuť kohútik? Môžu pohodlne umiestniť ruky priamo pod batériu a nad umývadlo? Zvážte použitie podnožík, predlžovačov alebo uchopovačov rukoväte kohútikov a predlžovačov kohútikov. Môžete si ich kúpiť v zábavných obchodoch alebo ak ste kreatívni, vytvorte si vlastné!
- ... Niekedy, ak sa dieťa vidí v zrkadle za umývadlom, je pripravené umyť si ruky a zároveň sa pozeráť. Uvidíte, ako robia smiešne tváre, ukazujú rôzne výrazy tváre atď. Uistite sa, že dieťa dokáže robiť viacero úloh.
- ... Zvážte, či by ste k zrkadlu nepridali niekoľko zábavných úchytiakov na okná, ktoré môžu sledovať dieťa, ako pracuje na hygiene umývania rúk. Nechajte dieťa, aby si ich vybralo, možno ich môžete meniť s každým sviatkom.
- ... Zvážte možnosť pripojiť sa k dieťaťu pri rutinnom umývaní rúk. To dokazuje, že každý si musí počas dňa nájsť čas na umývanie rúk.
- ... Vytvorte tabuľku odmienu s nálepkami ako stimul, aby dieťa pracovalo na zručnostiach umývania rúk.
- ... Použite plagáty na umývanie rúk a krok za krokom vizuálny postup, aby ste pomohli deťom naučiť sa správne techniky umývania rúk. Zábavné plagáty majú vizuálnu pripomienku a informujú o tom, kedy je dôležité umývať si ruky. Majú tiež zábavný balíček aktivít na umývanie rúk, ktorý obsahuje rôzne aktivity týkajúce sa hygieny rúk.
- ... Zvážte teplotu vody, pretože niektoré deti nemajú rady určité teploty vody. Pomôžte im nastaviť teplotu vody, ktorú majú radi, motivujte ich k dôkladnému umytiu rúk.
- ... Ak dieťa ešte nevie nastaviť teplotu vody, pomôžte mu to naučiť sa. Použite vizuálne podpery na objasnenie teploty vody tak, že každú rukoväť oblepíte páskou, ktorá má farbu pre horúcu (červená) a farbu pre studenú (modrá). Ak máte jednu centrálnu rukoväť, umiestnite šípky na povrch drezu s rovnakými farbami a slovami „horúce“ a

„studené“ napísané na šípkach. Môžete si tiež kúpiť niektoré farebné indikátory v železiarstve, ak si to želáte.



Používanie zábavných aktivít môže pomôcť deťom naučiť sa a uvedomiť si dôležitosť vhodnej hygieny umývania rúk. Aktivity neslúžia len na to, aby boli zábavné, ale slúžia aj dôležitejšiemu účelu demonštrovať potrebu a hodnotu správneho umývania rúk mydlom. Naučiť deti správne si umývať ruky niekedy vyžaduje kreativitu a ZÁBAVU!

## Dobré mienené rady...

Pravidlá umývania rúk sú jednoduché. Dôležité je použiť mydlo, najlepšie tekuté v chránenej dávkovacej nádobe. Ruky treba navlhčiť teplou vodou, poriadne ich mydlíť a nakoniec dôkladne opláchnuť. Celá procedúra by mala trvať 40 až 60 sekúnd. K mechanickému čisteniu rúk treba pristupovať zodpovedne a nevynechať žiadnu časť dlane, chrbát rúk, priestor medzi prstami aj pod nechtami. Najlepšie je po umytí použiť jednorazovú utierku alebo čistý uterák. Ruky je vhodné umývať bez prsteňov, náramkov či hodínok. Ak nie je dostupná čistá tečúca voda a mydlo, treba použiť dezinfekčný prostriedok na alkoholovej báze. Procedúra dezinfikovania by mala trvať 20 až 30 sekúnd.

### Kedy je potrebné umývať si ruky:

- po každom návrate domov (do práce...) z vonkajšieho prostredia,
- pred a po návšteve nemocnice, lekára,
- po ceste v prostriedkoch hromadnej dopravy,
- pred, počas a po príprave jedla,
- pred konzumáciou jedla,
- po každom použití toalety,
- pred manipuláciou s bábätkom a po výmene znečistenej plienky,
- po manipulácii so zvieratami a ich krmivom,
- po manipulácii s odpadom a odpadovým košom,
- po vyčistení nosa, kašľaní a kýchaní – pri kašli a kýchaní nie je vhodné si ústa zakrývať dlaňou, dôležité je použiť vreckovku, ktorú treba ihneď po použití zahodiť do koša,
- počas choroby.

### Ako si správne umývať ruky pod tečúcou vodou:

- Navlhčíte si ruky teplou vodou a naberte si dostatočné množstvo mydla.
- Ruky si potierajte spôsobom dlaň o dlaň, pokračujte preložením dlane pravej ruky na chrbát ľavej ruky s čistením vnútorných strán prstov a potom opačne.
- Trením si čistíte spojené prsty pravej ruky proti ľavej ruke a potom opačne, následne si uzavrite prsty jednej ruky do dlane a potierajte si ich oproti druhej dlani.
- Nasleduje čistenie ľavého palca krúživým pohybom pravou rukou a potom opačne.
- Ľavú dlaň si čistíte krúživým pohybom spojenými prstami pravej ruky a opačne.

- Ruky si opláchnite vodou, dôkladne si ich utrite jednorazovou utierkou alebo čistým uterákom.
- Utierkou či uterákom zastavte tok vody.

**Ako si správne dezinfikovať ruky s použitím dezinfekčného prostriedku na báze alkoholu:**

- Naberte plnú dlaň dezinfekčného prostriedku a naneste na celý povrch rúk.
- Pokračujte preložením dlane pravej ruky na chrbát ľavej ruky s čistením vnútorných strán prstov a potom opačne.
- Ďalej si čistíte trením spojené prsty pravej ruky proti ľavej ruke a opačne.
- Prsty jednej ruky uzavrite do druhej dlane a potierajte oproti druhej dlani.
- Krúživým pohybom si čistíte ľavý palec pravou rukou a opačne.
- Spojenými prstami pravej ruky čistíte krúživým pohybom ľavú dlaň a potom opačne.
- Akonáhle ruky vyschnú, sú vydezinfikované.



# Umývanie rúk vo svetovom kontexte

Svetová organizácia (OMEP) má vo svojom portfóliu pre členské štáty ponúknuté štyri svetové projekty. Bližšie informácie nájdete na <https://omepworld.org/>.

1. Projekt ESD (Vzdelávanie pre trvalo udržateľný rozvoj)
2. Projekt Wash From The Start
3. Projekt Creative art world OMEP
4. Play and Resilience Project (Projekt hry a odolnosti)

Projekt Wash From The Start je zameraný na vzdelávanie a informovanie dospelých a detí o dôležitosti častého umývania rúk ako súčasť starostlivosti a vzdelávania v ranom detstve a okrem toho aj ako nástroj prevencie šírenia viacerých infekčných chorôb. Wash From the Start je výsledkom partnerského projektu s UNICEF. Zmluva bola podpísaná v roku 2016. Na základe ich iniciatívy Wash in Schools vzniká Wash From the Start, navštevujúc špeciálne ECCE od narodenia. Program tiež prezentuje hodnotu prístupu k pitnej vode ako ľudské právo. Pandémia COVID-19 ukázala dôležitosť umývania rúk, ale odhalila aj nedostatočný prístup k pitnej vode v mnohých krajinách s následkami v najzraniteľnejších skupinách, kam patrí rané detstvo.

Kľúčové odporúčania OMEP pre rozvoj WASH v predškolskom veku:

*Každé dieťa má právo na kvalitné predškolské vzdelanie a na čistú vodu, primeranú hygienu a vzdelávanie v oblasti hygieny podporujúce zdravie.*

Ciele trvalo udržateľného rozvoja si vyžadujú okamžité opatrenia, preto OMEP (Svetová organizácia pre výchovu v ranom detstve), vyzýva UNICEF, jej partnerov a komunity v ranom detstve, aby modelovali, poskytovali vedenie a strategicky obhajovali tieto body činnosti:

## ***1. Adekvátne financovanie a iná podpora WASH ako základnej zložky kvality v existujúcich a nových materských školách.***

Podpora UMÝVANIE v materských školách a zariadeniach rannej starostlivosti predstavuje pokrok smerom k požiadavkám SDG na všeobecný prístup ku kvalitnému predškolskému vzdelávaniu (SDG 4.2) a vode, sanitácii a hygiene (SDG 6). Okrem toho WASH v predškolských programoch prispieje k ďalším globálnym prioritám vrátane znižovania chudoby (SDG 1), dobrého zdravia a pohody (SDG 3), rodovej rovnosti (SDG 5), zníženia nerovností (SDG 10), mieru a ochrany. (SDG 16) a partnerstvá (SDG 17). Dôkazy naznačujú, že ECE aj WASH prinášajú krátkodobé a dlhodobé výhody pre jednotlivé deti, ich rodiny a spoločnosti,

v ktorých žijú. V spolupráci s OMEP a ďalšími partnermi by UNICEF mal výslovne podporovať rozvoj udržateľných a dobre integrovaných komponentov WASH v existujúcich a nových predškolských zariadeniach tým, že začlení WASH od START do svojich pracovných skupín, výskumných programov.

## ***2. Väčšia koordinácia medzi sektormi zodpovednými za blaho a vzdelávanie malých detí, ako je zdravotníctvo, vzdelávanie, sociálne služby, výživa, ochrana detí a WASH.***

Začlenenie WASH do dizajnu materských škôl, učebných osnov a edukačných postupov bude nevyhnutne zahŕňať najmenej dva sektory na národnej a miestnej úrovni: ministerstvo alebo oddelenie zodpovedné za predškolské vzdelávanie a ministerstvo alebo oddelenie zodpovedné za vodu, sanitáciu a hygienu. Zapojiť by sa mali aj ministerstvá školstva, zdravotníctva, sociálnej starostlivosti a financií. Preto, ak sa má dosiahnuť pokrok, je nevyhnutné, aby tieto sektory komunikovali a spolupracovali a aktívne zapájali svojich partnerov do propagácie WASH v predškolskom a inom prostredí v ranom detstve. Jednotky UNICEF Education, WASH a Early Childhood Development by sa mali ujať vedenia modelovaním tejto spolupráce pri propagácii WASH od začiatku cez

- zavádzanie WASH v predškolských zariadeniach a iných zariadeniach v ranom detstve na WASH, WASH in Schools, ECD a vzdelávacích webových sídiel a publikáciách UNICEF,
- propagovanie podporných publikácií o WASH v prostredí raného detstva.
- podporovanie vývoja a širokej distribúcie doplnkových materiálov pre WASH v prostredí raného detstva, ako je napríklad raná detská verzia trojhviezdičkového prístupu.

## ***3. Vývoj a implementácia štandardov pre WASH v materských školách.***

Minimálne štandardy pre WASH v predškolskom veku by mali byť špecifické pre každý kontext a mali by vyžadovať postupné, udržateľné zlepšovanie. Mali by zahŕňať infraštruktúru a zásoby, pozornosť venovanú špeciálnym potrebám a náročným okolnostiam, vývojovo a kultúrne vhodné vyučovacie postupy a monitorovanie. S vedením UNICEF a jeho partnerov by sa do tvorby týchto noriem mali zapojiť odborníci na rozvoj a vzdelávanie v ranom detstve, odborníci z praxe, rodičia a členovia komunity.

#### ***4. Začlenenie WASH do vzdelávania a starostlivosti predškolských pedagógov a opatrovateľov.***

Vysoké školy a univerzity s programami vzdelávania v ranom detstve majú odborné znalosti a siete na podporu kontextovo špecifického WASH obsahu pri príprave učiteľov a ďalšom vzdelávaní. S vedením UNICEF a jeho partnerov by mali byť vysoké školy a univerzity povzbudzované k tomu, aby

- (a) podporovali WASH vo svojich programoch prípravy učiteľov a popri zamestnaní,
- (b) pomáhali s vývojom a prekladom WASH z inštruktážnych materiálov a plánov hodín START.

#### ***5. Vypracovanie ďalších dôkazov o vplyve WASH v materských školách miestnymi a globálnymi akademickými komunitami.***

Údaje rozčlenené podľa veku, pohlavia a polohy budú neoceniteľné pri určovaní stavu a potrieb malých detí, ako aj výsledkov programovania WASH v predškolskom prostredí. Takéto dôkazy môžu viesť k budúcemu plánovaniu, implementácii a hodnoteniu programu a môžu tiež slúžiť ako účinný nástroj na upútanie pozornosti a financovania pre sektory raného vzdelávania a WASH.





# Umývanie rúk v slovenskom kontexte

Téma ochrany zdravia je v súčasnosti zaradená v Štátnom vzdelávacom programe pre predprimárne vzdelávanie v materských školách (2022) do jednotlivých vzdelávacích oblastí a ich podoblastí. Podoblasť Zdravie a zdravý životný štýl v rámci vzdelávacej oblasti Zdravie a pohyb, je zameraná na pochopenie významu zdravia pre človeka, podporu zdravia, významu pohybu pre zdravie a načrtnutie hlavných charakteristík zdravého životného štýlu. Súčasťou je identifikácia situácií ohrozujúcich zdravie, s ktorými môžu prísť deti do kontaktu.

Vzdelávacia oblasť je štruktúrovaná do troch podoblastí.

**Zdravie a zdravý životný štýl** - je zameraná na pochopenie významu zdravia pre človeka, podporu zdravia, pochopenie významu pohybu pre zdravie a načrtnutie hlavných charakteristík zdravého životného štýlu.

**Hygiena a sebaobslužné činnosti** - sa venuje dodržiavaniu hygienických zásad a osvojovaniu si základných hygienických návykov. Táto podoblasť zahŕňa i činnosti, ktoré súvisia s kultúrou stolovania, používaním príboru a udržiavaním čistoty pri stolovaní, pozornosť je venovaná i základným sebaobslužným činnostiam ako sú obliekanie, vyzliekanie, obúvanie.

**Pohyb a telesná zdatnosť** - prezentuje telesné cvičenia zohľadňujúce špecifiká predškolského veku. Učiteľka by mala poskytovať deťom dostatok priestoru na pohybové vyjadrenie a súčasne ich motivovať k osvojovaniu si nových pohybových zručností, ktoré sú predpokladom pre ich ďalší motorický vývin.

Základné hygienické návyky, ktoré sú v prostredí materských škôl súčasťou Činnosti zabezpečujúcich životosprávu a denného poriadku, dodržiavame od prvého vstupu dieťaťa do materskej školy. Deti učíme aj v spolupráci s rodičmi dodržiavať tieto dôležité hygienické návyky, ale zároveň pri umývaní rúk a používaní toalety šetriť vodou a dodržiavať pitný režim.

Deti si v materskej škole postupne v rôznych prirodzených situáciách osvojujú hygienické návyky a uvedomujú si význam starostlivosti o osobnú hygienu. Postupne získavajú návyk pravidelného umývaní rúk a tváre a utierať ich do uteráka s pomocou dospelých a postupne samostatne). Na základe praktickej ukážky správne používať mydlo. S pomocou dospelých a neskôr samostatne používať vodovodnú batériu.

<b>Vzdelávacia oblasť</b>	
<b>Zdravie a pohyb</b>	
<b>Podoblasť: Zdravie a zdravý životný štýl</b>	
<b>Výkonový štandard</b>	Opíše jednoduchú prevenciu prenesenia infekčného ochorenia (napr. nekýcham na druhého) a vzniku zubného kazu (čistím si zuby).
<b>Obsahový štandard</b>	Učiteľka upevňuje hygienické návyky a rozpráva sa s deťmi o význame prevencie chorôb (napríklad umývanie rúk ako prevencia pred infekčnými chorobami, otužovanie, pravidelný pohyb; čistenie zubov a obmedzenie konzumácie sladkostí ako prevencia pred zubným kazom a pod.).
<b>Podoblasť: Hygiena a sebaobslužné činnosti</b>	
<b>Výkonový štandard</b>	Má osvojené základné hygienické návyky (použitie toalety a toaletného papiera, umývanie rúk po použití toalety, umývanie rúk pred jedlom a po zašpinení sa atď.).
<b>Obsahový štandard</b>	Pri každodenných činnostiach sú deti učiteľkou vedené k dodržiavaniu základných hygienických návykov (použitie toalety a toaletného papiera, umývanie rúk po použití toalety, umývanie rúk pred jedlom a po zašpinení sa).

**22. 3.** je **Deň vody**. V tomto období prioritne, ale aj počas celého školského roka, prostredníctvom hier, tvorivej dramatiky, divadla, básni a pesničiek deťom približujeme potrebu šetriť vodou a umývať si ruky.

**5. 5.** je **Svetový deň hygieny rúk** a **15. 10.** je **Svetový deň umývania rúk mydlom**, kde si rôznym spôsobom pripomíname túto dôležitú činnosť. Materské školy majú vypracované interné projekty aktivity s týmto zameraním, využívajú rôzne podporné materiály, napr. aj [https://www.unicef.sk/upload/files/umyvane\\_ruk\\_playbook.pdf](https://www.unicef.sk/upload/files/umyvane_ruk_playbook.pdf).

V nasledujúcej časti publikácie si vytvoríme obraz o aktivitách, ktoré sú príkladom dobrej praxe materských škôl, ktoré sa zapojili do tejto výzvy a poslali svoje podnety a inšpirácie.

# Materská škola Beša

<b>Materská škola</b>	<b>Beša 88, Beša</b>
<b>Veková kategória detí</b>	2,5 – 6 ročné
	Eva Hurdová
	Umývanie rúk pred jedlom
<b>Pieseň</b>	Čisté rúčky – CD
	Miro Jaroš
	Čisté rúčky
<b>Riekanka</b>	Kúpanie a umývanie
	<a href="http://najmama.aktuality.sk/článok/229955/kupani-e-a-umyvane/">najmama.aktuality.sk/článok/229955/kupani-e-a-umyvane/</a>
	Umyjeme do čistučka
<b>Príbeh/rozprávka</b>	Rozprávka o prasiatku Kvikovi, ktoré sa rado čľapkalo v mlákach.
	Tomáš Janovic
<b>Kniha</b>	Daniel Hevier
	Básnička Ti pomôže
<b>Film</b>	O umývaní rúk
<b>Obrázkové materiály</b>	Katarína Babusik
	<a href="http://sk.pinterest.com/katarinababusik/hygiena/">sk.pinterest.com/katarinababusik/hygiena/</a>
<b>Iné Vaše tvorivé nápady na tému umývania rúk</b>	Využitá vlastná tvorba videa „Ruky, ruky“ – autor Iveta Fabianová riad. MŠ Beša (júl 2015)
	Pexeso, maľovanie – bacil. HPH: Vedio, vedie, cesta nová...

# Materská škola pri zdravotníckom zariadení, Limbová 1, Bratislava

<b>Materská škola</b>	pri zdravotníckom zariadení, Limbová 1, Bratislava
<b>Veková kategória detí</b>	3 – 6 ročné
<b>Báseň</b>	Pri umývaní rúk
	Daniel Hevier
	Teč, vodička, teč a teč, a ty, ruka, neuteč! Teč, vodička, teč a teč, už môžeš ísť, ruka, preč!
<b>Pieseň</b>	Čisté rúčky
	Míro Jaroš
	Ruky, ruky, čo ste robili? V záhrade sme kvety sadili. A čo teraz urobíme, keď je všetko hotové, keď sú kvety nasadené, kto mi na to odpovie? Ja to viem, ja to viem, hneď si ruky umyjem. Ruky, ruky, čo ste robili? Z piesku sme si hrad postavili. A čo teraz urobíme, keď je všetko hotové, keď hrad stojí a je krásny, kto mi na to odpovie? Ja to viem, ja to viem, hneď si ruky umyjem. Ruky, ruky, čo ste robili? Z parku sme sa domov vrátili. Chytali sme rôzne veci, zvieratká aj chrobáky, s farbičkami maľovali slniečko aj oblaky. Čo teraz? Ja to viem, hneď si ruky umyjem. Vyhrniem si rukávy a teplú vodu pustím, pod ňu svoje ruky dám, kto mi povie, čo s tým?

	<p>Máme mydlo, to sa zide, nebude na škodu,  bacily sa zrazu boja, pustím na ne vodu.  Poriadne ich namydliíme všade medzi  prstami,  nech sú čisté z každej strany, pozor aj za  nechtami.  Opláchnem ich, keď som skončil, ešte jeden  raz,  potom pekne vysuším ich a sú čisté zas.  Ruky, ruky, vy to neviete?  Na stole je jedlo prestreté.  Iba čisté ruky môžu pojesť všetky dobroty,  nech sme veľkí, veď s tým nie je veľa roboty.  Pred jedlom, ja to viem, vždy si ruky  umyjem.  Na záchode už je spláchnuté,  ruky, ruky, už ste umyté?  Na ruky si mydlo dáme, nech sú čisté voňajú,  potom hrať sa môžeme znova, hračky na nás  čakajú.  Ja to viem, ja to viem hneď si ruky umyjem.  Ruky, ruky, veď už treba spať,  pôjdeme sa večer okúpať.  Nielen ruky, celé telo musí predsa čisté byť,  do postieľky ľahneme si rýchlo oči zatvoriť.  Dobrá noc, krásny sen,  o rukách už všetko viem.</p>
<p><b>Riekanka</b></p>	<p>Mydlo</p> <hr/> <p>Krista Bendová</p> <hr/> <p>Mydlí mydlo Ivica  na ruky, aj na líca.  Mydlo buble bubliny,  bublinkuje do špiny:  „Bubli, bubli, hybaj sem,</p>

	ja ťa špinka, umyjem!“
<b>Príbeh/rozprávka</b>	Naučme deti ako sa zbaviť baktérií – zábavná príručka
	Slovenská nadácia pre Unicef zdroj: <a href="https://www.unicef.sk/skoly/86-materske-skoly/">https://www.unicef.sk/skoly/86-materske-skoly/</a>
<b>Kniha</b>	Elizabeth Verdick
	Germ Are Not for Sharing
<b>Film</b>	Bol raz jeden život
	Albert Barillé
<b>Obrázkové materiály</b>	Oľga Bajusová
	Básnička ti pomôže – zbierka básní (ilustrácie na str. 8 a 9)
<b>Iné Vaše tvorivé nápady na tému umývania rúk</b>	Experiment – zázračná sila mydla
	<p>Pomôcky: čistá voda, nádoba na vodu, mleté čierne korenie, gélové mydlo na ruky, papierové utierky</p> <p>Realizácia vzdelávacej aktivity: Inšpirovaní internetovým zdrojom uvedeným nižšie sme s deťmi v našej MŠ uskutočnili jednoduchý a zaujímavý experiment, ktorý poukazuje na dôležitosť používania mydla pri umývaní rúk. Pani učiteľka si vopred pripravila misku s čistou vodou, mleté čierne korenie, mydlo a utierky. Pred deťmi do misky s vodou nasypala korenie a popri tom im vysvetlila, že zrníčka korenia demonštrujú špinu, vírusy a baktérie, ktoré sa bežne na neumytých rukách nachádzajú. Deťom tiež vysvetlila, aké sú vírusy a baktérie nebezpečné pre ich telá. Následne deti vyzvala, aby si umyli ruky vodou a potom do misky s korením ponorili jeden</p>

prst. Nič sa nestalo, dokonca niektorým deťom ostalo zopár zrníek korenia na prste. Potom ich pani učiteľka požiadala, aby si umyli ruky opäť, tentokrát však aj s mydlom a následne skúsili namydlený prst ponoriť do vody s korením znova. Tento raz začali zrníčka od namydleného prsta ihneď ustupovať. Deti tak mohli s úžasom sledovať, akú zázračnú silu mydlo má a prostredníctvom tohto zábavného experimentu pozorovať dôležitý rozdiel medzi umývaním rúk len čistou vodou a umývaním rúk aj s použitím mydla.

(<https://teachingexceptionalthinkers.com/2020/03/05/germs/>)

Ďalšie aktivity:

- vytváranie trojrozmerných modelov vírusov rôznymi technikami

<b>Materská škola</b>	pri zdravotníckom zariadení, Limbová 1, Bratislava
<b>Veková kategória detí</b>	5 – 6 ročné
<b>Báseň</b>	Bacil Angín
	Eva Hurdová
	<p>Bacil Angín, všetci vieme, tíško ako tiger drieme, na špinavé deti striehne, teší sa, že ochorieme.</p> <p>Vezmi rýchlo mydlo, vodu, nebude ver nič na škodu.</p> <p>Namydlieme líčka, ušká, ručičky aj nos a bruška.</p> <p>Zubná kefka- priateľ náš, biele zúbky hneď spoznáš.</p> <p>Čistíme ich trikrát denne, radšej viacej ako menej.</p> <p>Vykúpem sa v dobrej vode, aj sprchovanie je dnes v móde.</p> <p>Budem zdravý všetci vedia, bacily nás nepojedia.</p> <p>Voda je náš kamoš veľký, potom hupkom do postieľky.</p> <p>Sladko sa nám bude spať, ráno sa zas môžeme hrať.</p>
<b>Pieseň</b>	Čisté rúčky
	Miro Jaroš
	<a href="https://youtu.be/kbA1YDXBtmM">https://youtu.be/kbA1YDXBtmM</a>
<b>Riekanka</b>	Ruky, ruky, rukaté
	Neznámy
	<p>Ruky, ruky, rukaté, váľali sa po blate.</p> <p>Dáme na ne mydlo, vodu.</p> <p>A už zase hrať sa môžu.</p>



	<p>Žiadne keksy, nanuky, kefku beriem do ruky. Šuchnem sem a šuchnem tam, dobrý pocit z toho mám. Žiadne kazy, žiadne diery Cerím zuby na svet celý. Skôr než ľahnem do postele, umyjem si telo celé. Hlava, brucho a aj členky a potom šup do postieľky.</p>
<b>Príbeh/rozprávka</b>	<p>Rozprávka o Anči, ktorá sa neumývala a smrdela (úryvok)</p>
	Dušan Taragel'
<b>Kniha</b>	Dušan Taragel'
	Rozprávky pre neposlušné deti a ich starostlivých rodičov
<b>Film</b>	Čistota pol života, Bambul'ka
	Peter Guldán
<b>Obrázkové materiály</b>	<p>Gabriela Petriková, Marta Prusenková</p>  



<b>Materská škola</b>	pri zdravotníckom zariadení, Limbová 1, Bratislava, Klinika detskej hematológie a onkológie
<b>Veková kategória detí</b>	3 – 6 ročné
<b>Báseň</b>	Rúčky
	Kto chce čisté rúčky mať, musí si ich umývať. Zober mydlo, raz, dva, tri a ručičky namydli. A potom ich do sucha, uteráčik vyšúcha.
<b>Pieseň</b>	Ruky, ručičky
	Ruky, ručičky, máte čisté prstíčky, máte čisté dlane, zatlieskame na ne.
<b>Riekanka</b>	Umývanie rúk
	Jedna rúčka, druhá rúčka, umyjeme sa do čistučka. Uteráčik vezmeme, do sucha ich utrieme. Hore-dole zúbky malé vyčistíme dokonalé. Sem a tam, tam a späť, umyjeme všetky hneď.
<b>Kniha</b>	Katie Daynes (Svojtka&Co.)
	Čo sú to bacily?
<b>Film</b>	Bambuľka – Čistota pol života
	Peter Guldán

# Materská škola Hodruša-Hámre

Materská škola	Hodruša-Hámre
Veková kategória detí	2 – 3 ročné Kvietková trieda 3 – 4 ročné Včielková trieda 4 – 5 ročné Lienková trieda 5 – 6 ročné Slniečková trieda
Báseň	Kto sa umýva, ten zdravý býva
	Daniela Reichstadterová
	Sám
Pieseň	Čisté rúčky, O umývaní rúk
	Miro Jaroš, Spievankovo
	Čisté rúčky, O umývaní rúk
Riekanka	Umývame si rúčky
	Umývame si rúčky
Príbeh/rozprávka	Čistota a poriadok
	Martina Noviková

# Materská škola Henckovce

<b>Materská škola</b>	<b>Henckovce č. 95, Henckovce</b>
<b>Veková kategória detí</b>	3 – 6 ročné
<b>Báseň</b>	Mydielko
	Bc. Monika Liptáková a kolektív detí
	Mydlo dáme voňavé, na ručičky špinavé. Vodou ich hneď opláchneme, bacily preč z ruky dáme. Keď už rúčky čisté máme, do uteráka ich poutierame.
<b>Pieseň</b>	Mydlo pre Evičku
	Bc. Monika Liptáková a kolektív detí
	melódia na text „Prší, prší...“ Mydlo detské voňavučké, kúpi mamka dnes Evičke /:Na ručičky špinavé, mydielko je stvorené:/ Umyje si rúčky Evka, veď je predsa veľká dievka. /:Rúčky chce vždy čisté mať, aby sa už mohla hrať:/
<b>Riekanka</b>	Mydielko už na mňa čaká
	Mgr. Štefánia Lučková a kolektív detí
	Jeden, dva, tri, štyri, päť – umyjem si rúčky hneď. Mydielko už na mňa čaká, Namydlím si rúčky- aha. Pena veľká biela vari, Bublinka sa hneď podarí. Jeden, dva, tri, štyri, päť – už sú rúčky čisté hneď.

# Materská škola Hollého 3, Hlohovec



Materská škola	Hollého 3, Hlohovec
Veková kategória detí	2 – 6 ročné
<b>Báseň</b> Deti z triedy Krtkov	Mydlo Ivica
	Vlastná tvorba
	Mydlí mydlo Ivica, na ruky aj na líca. Mydlo mydlí bubliny, bublinkuje do špiny. Bubli, bubli pod' že sem, jak ťa špina umyjem.
<b>Pieseň</b> Deti z triedy Žabičiek	O umývaní rúk
	Spievankovo
	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=vE7q8kShxJE">https://www.youtube.com/watch?v=vE7q8kShxJE</a>
<b>Riekanka</b> Deti z triedy Myšičiek a triedy Zajačikov	Jedna rúčka, druhá rúčka
	Internet
	Jedna rúčka, druhá rúčka, umyjem sa do čistučká. Uteráčik vezmem, do sucha sa utriem.
<b>Iné Vaše tvorivé nápady na tému umývania rúk</b>	<p>Deti z triedy Zajačikov sa v rámci Svetového dňa umývania rúk dozvedeli prečo je dôležité umývať si ruky. Spoločne si zaspievali pieseň o rúčkach. Každý si umyl svoje ruky mydlom a čistou vodou. Deti z triedy Žabiek na makete rúk pomocou kefky odstraňovali bacily a následne na obrázky rúk maľovali pomocou temperových farieb baktérie a bacily.</p> <p>Deti z triedy Myšičiek si vyrobili plagát, na ktorom odtlačali namaľované ruky a lepili kvapky.</p> <p>Deti z triedy Ježkov si obkresľovali svoje ruky, ktoré si vystrihli. Na rukách rozfúkavali tuš, ktorý predstavoval baktérie a bacily. Deti</p>

	<p>z triedy Ježkov si tiež spoločne vyrobili plagát, ktorý znázorňoval namaľované odtlačené ruky a plagát dotvorili nalepením vodovodného kútika s kvapkami vody.</p> <p>Deti z triedy Veveričiek si na výkres odtlačali namaľované ruky a následne výkres dotvárali odtláčaním namaľovaných vrchnákov z fliaš, ktoré predstavovali bublinky. Počas celého dňa sa deti učili ako si správne umývať rúčky.</p>
--	---

# Materská škola Humenská 51, Košice

Materská škola	Humenská 51, Košice
Veková kategória detí	3 – 4 ročné
Báseň	<p>Žaloval sa uteráčik</p> <p><a href="https://pinterest.sk">pinterest.sk</a></p> <p>Žaloval sa uteráčik, zavesený v skrini, že ho Janko každý večer ručičkami zašpiní. Milý Janko, povieme ti, ako robia dobré deti. Keď už majú ušpinené svoje rúčky od blata, očistí ich dobré mydlo a vodička zohriata. V uteráčku potom iste, utrú si ich pekné, čisté. Tečie voda z kohútika, mydlo sa mi v ruke šmýka. Šmyky-sem, šmyky-tam, namydlené prsty mám.</p> <p>Ruky moje maličké, máte byť vždy čistučké. Kohútik mi mydlo dá, s mydlom to je zábava.</p> <div data-bbox="810 1644 1070 2074"><p><i>Umývanie rúk pred jedlom</i> Eva Hurdová</p><p><i>Na preliezkach sme sa hrali a z piesku hrad postavili. Ruky, ktoré čisté boli, poriadne sa zašpinili.</i></p><p><i>Do vody ich namočíme, mydlom riadne namydíme. Starostlivo opláchneme a vodu z nich otrasieme.</i></p><p><i>Ešte si ich osušíme, do jedla sa hneď pustíme. Hami, hami, ham, to si pochutnám.</i></p></div>



<b>Riekanka</b>	Rúčky
	<p>Kto chce čisté rúčky mať, musí si ich umývať. Zober mydlo, raz, dva, tri a ručičky namydli. A potom ich do sucha, uteráčik vyšúcha.</p>
<b>Kniha</b>	Míro Jaroš
	Čisté rúčky-kniha + CD
<b>Film</b>	Bambuľka 3-Čistota pol života
	Slovenská televízia
<b>Iné Vaše tvorivé nápady na tému umývania rúk</b>	<p>Deti z našej MŠ</p>  

# Materská škola Nešporova 28, Košice

<b>Materská škola</b>	Nešporova 28, Košice
<b>Veková kategória detí</b>	2 – 6 ročné
<b>Tvorivé nápady na tému umývania rúk</b>	Dramatizácia rozprávky – vlastná tvorba „ŠPINA ZINA A KVAPKA LINA“
	Eva ŠIMKOVÁ – učiteľka materskej školy. Zuzana Zdráhalová – učiteľka materskej školy
	Michaela Čepkeová – učiteľka materskej školy
	Mgr. Mária Schwarz – učiteľka materskej školy
<b>Báseň</b>	Ručičky
	Mgr. Mária Schwarz – vlastná tvorba
	Jedna rúčka, druhá rúčka, umyjeme do čistučky. Mydielkom ich namydľíme, poriadne ich očistíme. Rúčky naše od blata, umyje vodička zohriata. Uteráčik kamarát, ten rúčky osuší rád.
<b>Pieseň</b>	Čisté rúčky
	Eva Šimková – vlastná tvorba
	1, 2, 3, 4, 5, umyjem si ruky hneď. Kvapka mydla na rúčku, špine dáva rozlúčku.  Prsty pekne vyšuchám, aj chrbát rúk pohladkám. Potom vodou ajajáj, špinu všetku pozmývaj.

	<p>Uteráčik do sucha, moje ruky vyšuchá. Končí táto pesnička, už sa smeje Anička.</p>
--	---

# Materská škola Nová 2912/2, Lieskovec

<b>Materská škola</b>	Nová 2912/2, Lieskovec
<b>Veková kategória detí</b>	5 – 6 ročné
<b>Báseň</b>	Básnička ti pomôže
	Daniel Hevier
	Teč, vodička, teč a teč, a ty ruka, neuteč! Teč, vodička, teč a teč, už môžeš ísť ruka preč.
<b>Obrázkové materiály</b>	UNICEF
	Naučme deti, ako sa zbaviť baktérií

# Materská škola Nábrežie 4. apríla 1986/20, Liptovský Mikuláš

<b>Materská škola</b>	Nábrežie 4. apríla 1986/20, Liptovský Mikuláš
<b>Veková kategória detí</b>	4 – 5 ročné
<b>Báseň</b>	Motivačné básničky k sebaobslužným činnostiam
	Jana Hellebrandtová časopis Predškolská výchova Ročník LXXVI šk. r. 2021/2022 ISSN 0032 - 7220
	Pri umývaní rúk II Kto chce čisté rúčky mať, musí si ich umývať. Zober mydlo raz, dva, tri, a ručičky namydli. A potom ich do sucha, uteráčik vyšúcha.
<b>Pieseň</b>	Čisté rúčky
	Míro Jaroš
	Čisté rúčky <a href="https://www.youtube.com/watch?v=kbA1YDXBtnM">https://www.youtube.com/watch?v=kbA1YDXBtnM</a>

**Iné Vaše tvorivé nápady na tému umývania rúk**

**Metodický postup:**

**Motivácia:** bude prebiehať v kruhu na koberci. Tu sa s deťmi budem rozprávať o umývaní rúk tiež sa zameriam na Svetový deň umývania rúk mydlom na školách. Deti sa budem pýtať prečo je potrebné umývať si ruky mydlom, kedy si ruky máme umývať či počuli niekedy o Svetom dni umývaní rúk a pod. Na záver si povieme básničku:

Kto chce čisté rúčky mať,  
musí si ich umývať.

Zober mydlo raz, dva, tri  
a ručičky namydli.

A potom ich do sucha,  
uteráčik vyšúcha.

**Hlavná časť:** Po motivácii deťom prečítam rozprávku o bacilovi Hugovi. (Dá sa nájsť a internete). Deti následne odpovedajú na otázky učiteľky, ktoré sa týkajú vypočutej rozprávky. Po rozprávke a zodpovedaných otázkach vytiahnem vrecúško, kde mám rôzne predmety. Úlohou detí bude z neho vytiahnuť veci, ktoré sú potrebné na umytie rúk. Následne sa deti presunú do umyvárky, kde si umyjú ruky. Umývame si ich podľa priloženého plániku. Po umytí rúk sa deti presunú do triedy kde sa zahráme pohybovú hru „Na bacila“. Učiteľka určí jedno dieťa, ktoré bude „bacil“ dá mu do ruky bloček s lepiacimi papierikmi. Úlohou bacila bude chytať deti v časovom limite 1 minúta. Koho bacil chytí toho označí papierikom. Deti na základe tejto hry ľahko pochopia ako sa infekcia či choroba šíri.

# Materská škola Lovce

<b>Materská škola</b>	<b>Lovce</b>
<b>Veková kategória detí</b>	2 – 6 ročné
<b>Báseň</b>	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=ONRaoRdyFb8">https://www.youtube.com/watch?v=ONRaoRdyFb8</a>
	Vierka Pechová
	Hygiena rúk- Ako a kedy si umývame ruky vzdelávacie video + básnička
<b>Pieseň</b>	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=kbA1YDXBtmM">https://www.youtube.com/watch?v=kbA1YDXBtmM</a>
	Miro Jaroš
	Čisté ruky
<b>Obrázkové materiály</b>	Cez internet, IKT
	Konkrétny materiál: voda, vanklíky, mydlo tuhé aj tekuté, papiere na maľovanie ml. detí pripravený obrázok, veľké maľovali samé obrázok.

# Materská škola Bernolákova 252, Námestovo

Materská škola	Bernolákova 252, Námestovo
Veková kategória detí	4 – 5 ročné
Báseň	<p>Kto chce čisté rúčky mať, musí si ich umývať. Zober mydlo, raz, dva, tri a ručičky namydli. A potom ich do sucha, uteráčik vyšúcha.</p> <p>Teč, vodička, teč a teč, a ty, ruka, neuteč! Teč, vodička, teč a teč, už môžeš ísť, ruka, preč!</p> <p>Ruky, ruky, rukaté, váľali sa po blate. Dáme na ne mydlo, vodu. A už zase hrať sa môžu.</p>
Pieseň	<p>Cesta poriadková: Vedio, vedie cesta nová do mestečka poriadková. Kto chce s nami cestovať, musí čisté rúčky mať. Ťapi, ťapi, ťap, musí čisté rúčky mať. Umyjeme do čistučky: Jedna rúčka, druhá rúčka, umyjeme sa do čistučky. Uteráčik vezmeme, do sucha ich utrieme.</p>



# Materská škola Hlavná 346, Nižná Myšľa

<b>Materská škola</b>	<b>Hlavná 346, Nižná Myšľa</b>
<b>Veková kategória detí</b>	2,5 – 6 ročné
<b>Báseň</b>	My sme malé detičky
	My sme deti maličké, rúčky máme čistučké. Tralala každý vie, mydlo nám ich umyje.
<b>Pieseň</b>	Do mestečka Poriadkova
	Viera Janusová, Antónia Biľová
	Vedie, vedie cesta nová, do mestečka Poriadkova. Kto chce s nami cestovať, čisté ruky musí mať.
<b>Riekanka</b>	Ruky, ručičky
	Ruky, ručičky, máte čisté prstičky, máte čisté dlane, zatlieskame na ne.
<b>Kniha</b>	Nancy Delvaux, Aline de Pétigny
	Barborka a jej veľké starosti – Barborka sa nechce umývať
<b>Film</b>	Bambuľkine dobrodružstvá Čistota pol života
	Československá televízia Bratislava
<b>Obrázkové materiály</b>	MediaDIDA s.r.o.
	Dvanásť vedomostí – Skôr ako pôjdeme do školy
<b>Iné Vaše tvorivé nápady na tému umývania rúk</b>	Deti navrhli a vyrobili plagát „Čistota pol života“ metódou pojmového mapovania

# CZŠ s MŠ sv. Gorazda Solivarská 49, Prešov

<b>Materská škola</b>	CZŠ s MŠ sv. Gorazda Solivarská 49, Prešov
<b>Veková kategória detí</b>	4 – 6 ročné
<b>Pieseň</b>	Čisté rúčky
	Miro Jaroš
<b>Riekanka</b>	Tečie voda z kohútika
	Pinterest
	Tečie voda z kohútika
<b>Film</b>	Deň umývania rúk
	pani učiteľky
<b>Obrázkové materiály</b>	Pinterest
	Bacily, maľovanky
<b>Iné Vaše tvorivé nápady na tému umývania rúk</b>	Plagát s otlačkami dlaní a vodovodným kohútikom.
	Výtvarná pomôcka – Ako bacily po umývaní rúk schádzajú z dlaní, mydlové obláčiky.

# Materská škola Solivarská 51, Prešov

Materská škola	Solivarská 51, Prešov
Veková kategória detí	3 – 6 ročné
Báseň	Môj macík
	M. Rázusová Martáková
Pieseň	Čisté rúčky
	Miro Jaroš
Pieseň	Pod horou, pod horou
	ľudová
Pieseň	Z Východnej dievčatá
	ľudová
Riekanka	Tečie vodička
	Tečie, tečie, vodička, čistá už je ručička, mydielkom je umytá, uteráčikom utretá
Riekanka	Čisté ruky
	Pred jedením suchy – ruchy, umyjem si mydlom ruky. Osprchujem mrkvu, hrušku, aby boli čisté v brušku.
Príbeh/rozprávka	Špinuška má zaracha
	Annie M. G. Schmidt
Kniha	Annie M. G. Schmidt
	Špinuška

# Materská škola Sládkovičova 6, Revúca

Materská škola	Sládkovičova 6, Revúca
Veková kategória detí	5 – 6 ročné
Báseň	1. Pri umývaní rúk (Básnička ti pomôže) 2. Umývanie rúk pred jedlom
	1. Daniel Hevier 2. Eva Hurdová
	1. Teč, vodička, teč a teč, a ty, ruka, neuteč! Teč, vodička, teč a teč, už môžeš ísť, ruka, preč!  2. Na preliezkach sme sa hrali a z piesku hrad postavili. Ruky, ktoré čisté boli poriadne sa zašpinili. Do vody ich namočíme, mydlom riadne namydíme. Starostlivo opláchneme a vodu z nich otrasieme. Ešte si ich osušíme, do jedla sa hneď pustíme. Hami, hami, ham, to si pochutnám.
Pieseň	Spievankovo 3 – O umývaní rúk
	Mária Podhradská, Richard Čanaky
	Rúčka kričí ajajaj, špinavá som, pomáhaj a pusinka ojoj, vodičky sa ty neboj. Mydli, mydli, mydlíme a špiny sa zbavíme, Mydli, mydli, mydlíme a špiny sa zbavíme. Hoci sme len maličké, pomáhame mamičke, uteráčik utrie nás a budeme čisté zas. Mydli, mydli, mydlíme a špiny sa zbavíme,

	<p>Mydli, mydli, mydlíme a špiny sa zbavíme.</p> <p>Jeden, dva, tri, štyri, päť,  umyjem si ruky hneď!  Tečie voda z kohútika,  mydlo sa mi v ruke šmýka, šmyky sem a  šmyky tam,  namydlené ruky mám...</p> <p>Ľavá rúčka vodu pýta,  pravá rúčka mydlo chytá.  Ľavá, pravá, obe rúčky,  umyjeme poľahučky.</p> <p>Rúčky sme si umyli, bacilov sa zbavili.  Rúčky čisté máme, už nič nechytáme.</p>
<b>Príbeh/rozprávka</b>	<p>Malý Emil, čo sa nemyl ... ( Doma sme, časť  1. Umývajte si ruky ).  <a href="https://www.youtube.com/watch?v=OSwuU9IZbw8">https://www.youtube.com/watch?v=OSwuU9IZbw8</a></p>
	<p>Divadielko Hoki a Poki</p> <p>V triede používame triednu bábkú Adamka.</p>
<b>Kniha</b>	<p>Daniel Hevier</p> <p>Básnička ti pomôže</p>
<b>Film</b>	<p>1. HYGIENA RÚK – Ako a kedy si umývame ruky - Vzdelávacie video  <a href="https://www.youtube.com/watch?v=ONRaoRdyFb8">https://www.youtube.com/watch?v=ONRaoRdyFb8</a></p> <p>2. Spadli z jahody – Rozprávka Ako sa Chmuľo nechcel umývať  <a href="https://www.youtube.com/watch?v=vChFE4jKl7c">https://www.youtube.com/watch?v=vChFE4jKl7c</a></p> <p>1. ABC Internetová škôlka  2. BimBamKuku</p>

<b>Obrázkové materiály</b>	Internet, Pinterest
	Obrázkový materiál dostupný na internete o hygiene, správne umývanie rúk, didaktický materiál v MŠ.
<b>Iné Vaše tvorivé nápady na tému umývania rúk</b>	Ako sa bacily okolo nás šíria
	Názorná ukážka ako sa bacily môžu šíriť z človeka na človeka. Deti stoja v kruhu a učiteľka si natrie ruku farbou, potrasie ruku dieťaťu a potom si postupne budú podávať ruku deti v kruhu až kým si všetci rukou nepotrasú.

# Materská škola 5RP II, Rudňany

Materská škola	RP II, Rudňany
Veková kategória detí	5 – 6 ročné
Báseň	Rúčky
	internet
	Kto chce čisté rúčky mať, musí si ich umývať. Zober mydlo, raz, dva, tri a ručičky namydli. A potom ich do sucha, uteráčik vyšúcha.
Pieseň	Čisté rúčky
	Míro Jaroš
Riekanka	Špinavé rúčky
	Internet
	Keď špinavé rúčky mám kamarátov zavolám, voda, mydlo, uterák každý z nich je kamarát.
Iné Vaše tvorivé nápady na tému umývania rúk	Beseda s pracovníkmi Zdravých regiónov na tému Hygiena rúk.
	Vytváranie odtlačkov rúk na papieri rukami namočenými v prstovej farbe, uvedomovanie si špiny na rukách.

# Základná škola s materskou školou Ružindol

Materská škola	ZŠ s MŠ Ružindol
<b>Veková kategória detí</b>	3 ročné
<b>Pieseň</b>	O umývaní rúk
	M. Podhradská
	„Rúčka kričí ajajaj, špinavá som pomáhaj, a pusinka ojojaj vodičky sa ty neboj. Mydli, mydli mydlíme a špiny sa zbavíme. Hoci sme len maličké, pomáhamo mamičke. Uteráčik utrie nás a budeme čisté zas.“
<b>Film</b>	Bol raz jeden život
	Albert Barillé
<b>Iné vaše nápady na tému umývania rúk</b>	<p>„Rukový bacil“</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- aby, mali deti lepšiu predstavu o tom ako taký bacil( baktéria) vypadá, aby si vedeli ľahšie predstaviť čo všetko ich môže bez umytia rúk s mydlom a teplou vodou ohrozovať</li> <li>- na papierovej makete ruky budú deti pomocou techniky tušovej škrvny dotvárať bacilov podľa vlastnej fantázie (lepíť oči, dokresľovať ruky, nohy, atď.)</li> </ul>



Materská škola	ZŠ s MŠ Ružindol
Veková kategória detí	4 – 6 ročné
Báseň	Bez názvu
	Neznámy
	<p>Tečie voda z kohútika, mydlo sa mi v ruke šmýka.</p> <p>Šmyky- sem a šmyky- tam namydlené prsty mám.</p> <p>Ruky moje maličké, máte byť vždy čistučké.</p> <p>Kohútik mi vodu dá, s mydlom to je zábava.</p> <p>Prsty mydlím poriadne, nezabudnem na dlane.</p> <p>Hurá, hurá už to viem, ruky si rád umyjem.</p>
Pieseň	O umývaní rúk
	M. Podhradská
	<p>„Rúčka kričí ajajaj, špinavá som pomáhaj, a pusinka ojoj vodičky sa ty neboj. Mydli, mydli mydlíme a špiny sa zbavíme. Hoci sme len maličké, pomáhame mamičke. Uteráčik utrie nás a budeme čisté zas.“</p>
Film	Bol raz jeden život
	Albert Barillé
Iné vaše nápady na tému umývania rúk	<p>„Vymydli si hračku“</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Výroba vlastného mydla</li> <li>- Porozprávať sa s deťmi z čoho sa mydlo vyrába, ako sa vyrába, aké druhy mydiel poznáme, že na výrobu sa používajú rôzne formy, rôzne esenciálne vonné oleje, farbivá, atď.</li> <li>- Deti si z domu prinesú vlastnú hračku z kinderka, alebo nejakú drobnú postavičku (napr. lego panáčik) a s pomocou učiteľky si vyrobia vlastné mydlo so svojou hračkou.</li> </ul>

- Hračku získajú naspäť keď si budú pravidelne umývať ruky so svojim mydielkom
- Pri výrobe si môžu vybrať obľúbenú vôňu mydla (banán, tuti-fruti, med, atď.)

#### **„Farebné ruky“**

- V tejto aktivite ide o pochopenie princípu prenášania bacilov a následná dôležitosť umývania rúk pred a po určitých aktivitách
- Učiteľka deťom natrie pravú ruku jednou farbou (každé dieťa má so svojim susedom inú farbu)
- Deti si budú medzi sebou podávať ruky (čo je bežná činnosť, pri ktorej si človek ani neuvedomuje prenos bacilov)
- Čím ďalej podávanie rúk dôjde, tým viac budú mať deti „farebné“ (špinavé) ruky

#### **„Súť až v umývaní rúk“**

- Deti dostanú na ruku pečiatku MICROBAN s obrázkom bacila a po odštartovaní sa snažia teplou vodou a mydlom čo najlepšie zmyť bacila z ruky
- Po uplynutí času ( 40 sek.- odporúčaný čas na kvalitné umytie rúk, alebo po odrecitovaní či odspievaní piesne, básničky) učiteľka jednotlivcom skontroluje ruky a tým, ktorí mali najkvalitnejšie zmytú pečiatku odovzdá vecné ceny (detskú dezinfekciu na ruky), alebo si môže pravidlá nastaviť podľa seba

#### **„Pokus“**

- Do taniera sa napustí čistá voda, hladina sa posype čiernym mletým korením

	<ul style="list-style-type: none"><li>- Dieťa si namočí prst do prostriedku na umývanie riadov a týmto prstom sa dotkne hladiny; sleduje čo sa bude diať</li><li>- Ihneď po kontakte prsta s hladinou sa čierne korenie „rozprchá“ do strán, čo najďalej od umývacieho prostriedku na prste</li><li>- Na tomto pokuse učiteľka demonštruje „moc“ umývacích prostriedkov voči špiny a baktériám</li></ul>
--	--

# Materská škola Gagarinova 916, Sobrance

<b>Materská škola</b>	Gagarinova 916, Sobrance
<b>Veková kategória detí</b>	5 – 7 ročné
<b>Báseň</b>	Pinterest – Umývanie rúk aktivity v MŠ
	Lucia Šinalová
	Ruky moje maličké, máte byť vždy čistučké. Kohútik mi vodu dá, s mydlom to je zábava. Prsty mydlím poriadne, nezabudnem na dlane. Hurá, hurá už to viem, ruky si rád umyjem.
<b>Pieseň</b>	Spievankovo – detská pieseň
	O umývaní rúk – Do mestečka Poriadkova
<b>Riekanka</b>	Pinterest – Umývanie rúk aktivity v MŠ
	Lucia Šinalová
	Tečie voda z kohútika, mydlo sa mi v ruke šmýka. Šmyky-sem, šmyky-tam, namydlené prsty mám.
<b>Iné Vaše tvorivé nápady na tému umývania rúk</b>	Výtvarná práca – maľovanie farebnými bublinkami, dotvorenie dolepením vystrihnutých dlaní.

# Materská škola SNP 1, Spišské Vlachy

Materská škola	SNP 1, Spišské Vlachy
Veková kategória detí	Do projektu sa zapojili všetky triedy: Svetlušky 2 – 3 ročné Lienky 3 – 4 ročné Motýle 4 – 5 ročné Mravce 4 – 6 ročné Včielky 5 – 6 ročné
Báseň	Rúčky
	internet
	Kto chce čisté rúčky mať, musí si ich umývať. Zober mydlo, raz, dva, tri a ručičky namydli. A potom ich do sucha, uteráčik vyšúcha.
Pieseň	Čisté rúčky
	Míro Jaroš
	Čisté rúčky
Riekanka	Si ruky umyjem, každé jedlo s chuťou zjem. V nádržke už voda šumí, mydielkom si ruky umy.
Príbeh/rozprávka	O špinavých rukách
	Naše telíčko, zdravie a choroba <a href="http://materskaskolanmnv.sk">http://materskaskolanmnv.sk</a> › nase_telicko
Kniha	Ľudmila Podjavorinská
	ČIN - ČIN
Obrázkové materiály	Zdravko nám radí
Iné Vaše tvorivé nápady na tému umývania rúk	Premôžeme bacila – školský projekt Zdravé zúbky, Mydlová šou s divadlom Teatra Komika, Penová zábava s hasičmi

# Materská škola Družstevná 506, Strážske

Materská škola	Družstevná 506, Strážske
Veková kategória detí	3 – 6 ročné
Báseň	Špinavé ruky
	Neznámy autor / zdroj internet
	Sme špinavé ručičky, smutné máme prstíčky. Evička sa v blate hrala, poriadne nás zamazala. Každá rúčka čistá chce byť, aby mohla všetko chytiť, lebo rúčky špinavé robia škvrny škaredé. Do špinavých ručičiek nesmieš chytiť rohlíčok. Ani sukňu napraviť si, ani knižku otvoriť si, ani kresliť s nimi nesmieš, pokazíš si celý výkres. Ani svojej kamarátke nesmieš podať rúčky také. Preto treba Evka milá, aby si tu špinu zmyla. S mydielkom a teplou vodou poradiš si s touto špinou. Čisté budú ručičky, šťastné budú prstíčky. Lahké je to Evka milá, už si sa to naučila.
Pieseň	Čisté rúčky
	Miro Jaroš
	Ruky, ruky, čo ste robili? V záhrade sme kvety sadili. A čo teraz urobíme keď je všetko hotové, keď sú kvety nasadené, kto mi na to odpovie? Ja to viem, ja to viem hneď si ruky umyjem. Ruky, ruky, čo ste robili? Z piesku sme si hrad postavili.

A čo teraz urobíme keď je všetko hotové,  
keď hrad stojí a je krásny kto mi na to  
odpovie?

Ja to viem, ja to viem hneď si ruky umyjem.

Ruky, ruky, čo ste robili?

Z parku sme sa domov vrátili.

Chytali sme rôzne veci zvieratká aj chrobáky,  
s farbičkami maľovali slniečko aj oblaky

Čo teraz? Ja to viem, hneď si ruky umyjem.

Vyhriem si rukávy a teplú vodu pustím,  
pod ňu svoje ruky dám, kto mi povie čo s  
tým.

Máme mydlo, to sa zide, nebude na škodu,  
bacily sa zrazu boja, pustím na ne vodu.

Poriadne ich namydlieme všade medzi  
prstami,

nech sú čisté z každej strany, pozor aj za  
nechtami.

Opláchnem ich keď som skončil ešte jeden  
raz,

potom pekne vysuším ich a sú čisté zas.

Ruky ruky, vy to neviete,

na stole je jedlo prestreté.

Iba čisté ruky môžu pojesť všetky dobroty,  
nech sme veľkí veď s tým nie je veľa roboty.

Pred jedlom, ja to viem, vždy si ruky  
umyjem.

Na záchode už je spláchnuté,

ruky, ruky, už ste umyté?

Na ruky si mydlo dáme nech sú čisté voňajú,  
potom hrať sa môžeme, znova hračky na nás  
čakajú.

Ja to viem, ja to viem hneď si ruky umyjem.

Ruky ruky, veď už treba spať,

	<p>pôjdeme sa večer okúpať.  Nielen ruky, celé telo musí predsa čisté byť,  do postieľky ľahneme si rýchlo oči zatvoriť.  Dobrá noc, krásny sen,  o rukách už všetko viem.</p>
<b>Riekanka</b>	Voda
	neznámy/ zdroj internet
	Voda, voda, vodička, ryba, rybka, rybička, malá žabka – žabička, urobila ŽBLNK!
<b>Príbeh/rozprávka</b>	O špinavých rukách
	neznámy/zdroj internet
	<p>Vonku svietilo slniečko a Branko s Ferkom sa často hrávali na lúke pod lesom. Jedného dňa prišli s radostnou novinou: „Mamička, videli sme hríby! Rastú pod pníkom, pôjdeš s nami ich pozbierať?“-  „Pravdaže pôjdem.“,- usmiala sa mamička, najprv sa naobedujeme, šup, rýchlo poumývať ruky, ste obaja poriadne špinaví. Branko a Ferko odbehli do kúpeľne a o malú chvíľu už sedeli za stolom.  „Počkať, počkať hladoši, ukážte, či ste si dobre umyli ruky. Branko, tvoje ruky sú čisté, ale ty Ferko, si si ich poriadne nepoumýval. Pozri koľko máš na nich špiny!“  „Ale mamička, ja som už veľmi hladný:  „Prečo si musíme umývať ruky?“  „Aby sa vám na nich nedržali bacily.“  „A to je čo?“  „Nie čo, ale kto.“ Povedala vážne mama. „Sú to drobná ľudkovia, ktorá vedia narobiť veľa nepríjemností, roznášajú choroby.“</p>



	<p>Jedného dňa Ferko ochorel. Ležal v posteli prikrytý perinami a triasol sa od horúčky. Mamička s nim musela ísť k lekárovi. Lekár predpísal Ferkovi lieky a nariadil ležať v posteli. „Nezabúdaj si umývať ruky!“- Zdôrazňoval Ferkovi lekár. „Tam sa najviac zdržiavajú bacily, ktoré si potom prenesieš do úst.“ Ferko bol veľmi nešťastný, že nemôže chodiť von, sľúbil, že si bude poriadne umývať ruky.</p>
<b>Kniha</b>	Jana Melišová, Marek Mertinko
	Slušné správanie v kúpeľni
<b>Iné Vaše tvorivé nápady na tému umývania rúk</b>	<p>Náš deň sa niesol v tematickom zameraní správneho umývanie rúk a dodržiavania hygieny. Deti si uvedomovali, že ak si nebudú umývať rúčky, nast'ahujú sa na nich bacily a tie môžu zapríčiniť rôzne choroby. Preto sme najskôr vymýšľali ako vyzerajú také bacily a potom, ako ich musíme z rúk rýchle zmyť a odstrániť. Deti boli tvorivé a tvorba bacilov ich veľmi zaujala.</p>

Materská škola	Družstevná 506, Strážske
Veková kategória detí	4 – 6 ročné
Báseň	<p>Umývanie rúk</p> <p>Aj keď nemáš ruky čierne, rýchlo zájdi do kúpeľne. Všetky čierne bacily moje dlane trafili. Najprv dlane – pravá, ľavá, priniest' bacil žiadna sláva. Umyjem si ruky obe, v čistučkej a teplej vode.</p>
Iné Vaše tvorivé nápady na tému umývania rúk	<p>V rámci Svetového dňa umývania rúk, deti od rána experimentovali s výrobou mydla. Za pomoci želatíny a sprchovacieho gélu deti vyrábali farebné želé mydla. Určovali pri tom hustotu, farbu a tvar mydla. S mydlom deti pracovali v súťaži o najšikovnejšieho „Mydlového kráľa“. Úlohou detí bolo vytvoriť najväčšiu mydlovú bublinu. Najviac smiechu a zábavy si deti užili pri výrobe mydlového vodopádu. Nezabudli sme ani na správnu techniku umývania rúk, s ktorou nám pomohla skúsená detská zdravotná sestra, ktorá v krátkej besede deťom vysvetlila dôležitosť čistých rúk.</p>

# Materská škola Gen. Svobodu 744/33, Svidník

<b>Materská škola</b>	Gen. Svobodu 744/33, Svidník
<b>Veková kategória detí</b>	5 – 6 ročné
<b>Obrázkové materiály</b>	Bc. Zuzana Baková fotografie, videá z triedy
<b>Iné Vaše tvorivé nápady na tému umývania rúk</b>	1. UV lampa - praktický nácvik umývania rúk za účasti RÚVZ - nový rozmer v kontrole a výučby hygieny rúk 2. otláčanie detských dlaní, pracovné listy, podujatie s rodičmi- ukážky umývania rúk deťmi

# Materská škola Štvrtok

Materská škola	Štvrtok 57
Veková kategória detí	3 – 6 ročné
Pieseň	O umývaní rúk
	Mária Podhradská
	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=vE7q8kShxJE&amp;t=185s">https://www.youtube.com/watch?v=vE7q8kShxJE&amp;t=185s</a>
Iné Vaše tvorivé nápady na tému umývania rúk	Čisté rúčky
	Svetový deň umývania rúk mydlom sme si v nasej MŠ pripomenuli viacerými aktivitami. Ako motiváciu sme využili pieseň O umývaní rúk, ktorú sme deťom pustili na interaktívnej tabuli. Viedli sme rozhovor o dôležitosti tohto dňa, že si ho pripomínajú ľudia na celom svete. Deti rozprávali, kedy si umývajú svoje rúčky a prečo je to také podstatné. Samozrejme nasledovala aj ukážka správneho umývania rúk. Potom sme sa s deťmi presunuli ku stolíku s digitálnym mikroskopom, kde sme deťom skontrolovali čistotu rúk. Bolo to pre ne zaujímavé a poučné.

# Materská škola Daxnerova 1085, Tisovec

Materská škola	Daxnerova 1085, Tisovec
Veková kategória detí	5 – 7 ročné
Iné Vaše tvorivé nápady na tému umývania rúk	<p>Deťom sme porozprávali príbeh o Bacilovi, ktorého premohol rytier Mydlo, a ten nám po sebe zanechal mydielka. My sme si vyrobili vlastné malé mydielka, podľa receptu tohto rytiera:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>–nastrúhať mydlo</li><li>–zobrať do dlane a pomocou vody vytvoriť guličku</li><li>–tú vtlačiť do formičky – z dezertu</li><li>–vyklopiť a umývať ruky</li><li>–deti si vyrobené mydlá zobrali domov, kde oboznámia aj rodičov s výrobou svojho mydla a zároveň si spoločne budú umývať ruky v celej rodine – „podaj ďalej“</li></ul>

# Materská škola Dolná Štubňa, SNP 81/1, Turčianske Teplice

<b>Materská škola</b>	Dolná Štubňa, SNP 81/1, Turčianske Teplice
<b>Veková kategória detí</b>	1. trieda – 2 – 4 ročné 2. trieda – 5 – 6 ročné
<b>Báseň</b>	Umývanie
	Eva Belancová
	Vodou treba šetriť, to my dobre vieme, teraz si ňou pekne ruky umyjeme. Pustiť vodu a hneď si ich aj namáčať, potom zas zastaviť, viac čas nestrácať. Mydlo nám pomôže skrotiť veľkú špinu, vodou si poriadne zmyjeme mydlinu. Uterákom do sucha utrieme sa riadne a kto už je hotový, ku stolu si sadne!
<b>Pieseň</b>	Čisté rúčky
	Miro Jaroš
	<a href="https://www.youtube.com/watch?v=kbA1YDXBtmM&amp;t=6s">https://www.youtube.com/watch?v=kbA1YDXBtmM&amp;t=6s</a>
<b>Riekanka</b>	Čisté ruky
	Veronika Gočalová
	Vezmem mydlo, vodičku, pohľadím si ručičku. Potom masáž z vrchu dám, prstekom prekladám. Ďalej prsty zlepím spolu, dlaň poštekľím hore – dolu. A nakoniec celkom sám, štipkou božtek dlani dám.
<b>Kniha</b>	Katie Daynes
	Čo sú to bacily?

<b>Film</b>	<p data-bbox="807 197 1382 286">HYGIENA RÚK - Ako a kedy si umývame ruky - Vzdelávacie video + básnička</p> <p data-bbox="807 304 1382 394"><a href="https://www.youtube.com/watch?v=ONRaoRdyFb8">https://www.youtube.com/watch?v=ONRaoRdyFb8</a></p>
<b>Obrázkové materiály</b>	<p data-bbox="807 430 1382 452">rôzni autori, stačí si vybrať ☺</p> <p data-bbox="807 474 1382 622"><a href="https://sk.pinterest.com/search/pins/?rs=ac&amp;len=2&amp;q=hygiena%20rukou%20m%C5%A1&amp;eq=hygiena&amp;etslf=9876">https://sk.pinterest.com/search/pins/?rs=ac&amp;len=2&amp;q=hygiena%20rukou%20m%C5%A1&amp;eq=hygiena&amp;etslf=9876</a></p> <p data-bbox="807 645 1382 734"><a href="https://www.kidtown.sk/blog/spravne-umyvanie-ruk/">https://www.kidtown.sk/blog/spravne-umyvanie-ruk/</a></p> <p data-bbox="807 757 1382 846"><a href="https://sk.pinterest.com/pin/240379698849164197/">https://sk.pinterest.com/pin/240379698849164197/</a></p> <p data-bbox="807 869 1382 958"><a href="https://sk.pinterest.com/pin/202028733275681340/">https://sk.pinterest.com/pin/202028733275681340/</a></p> <p data-bbox="807 981 1382 1070"><a href="https://sk.pinterest.com/pin/564849978276157073/">https://sk.pinterest.com/pin/564849978276157073/</a></p> <p data-bbox="807 1093 1382 1182"><a href="https://sk.pinterest.com/pin/405886985179282745/">https://sk.pinterest.com/pin/405886985179282745/</a></p>

# Materská škola Vaniškovce

<b>Materská škola</b>	Vaniškovce 49, Raslavice
<b>Veková kategória detí</b>	3 – 6 ročné
<b>Pieseň</b>	Spievankovo 3
	Richard Čanaky a Mária Podhradská
	O umývaní rúk



## Namiesto záveru ...



© UNICEF/Helin

- 700 detí zomiera každý deň na choroby spôsobené nedostatkom vody, sanitačných prostriedkov a hygieny.
- 40% svetovej populácie, t. j. 3 miliardy ľudí nemá doma možnosť umyť si ruky vodou a mydlom.
- Takmer tri štvrtiny ľudí v najmenej rozvinutých krajinách nemajú doma základné vybavenie na umývanie rúk.
- 43% škôl chýba voda a mydlo, čo malo vplyv na 818 miliónov školopovinných detí.
- V najmenej rozvinutých krajinách nemá 7 z 10 škôl miesto, kde by si deti mohli umývať ruky vodou a mydlom.



# 15. OKTÓBER SVETOVÝ DEŇ UMÝVANIA RÚK



JEDNA RÚČKA, DRUHÁ RÚČKA,  
UMYJEM SA DO ČISTÚČKA.  
UTERÁČIK VEZMEM,  
DO SUCHA ICH UTRIEŤM.



## SVETOVÝ DEŇ HYGIENY RÚK



1  
POUŽITE MYDLO



2  
UMYTE SI DLANE



3  
VRCHNÚ ČASŤ RÚK



4  
PRIESTOR MEDZI PRSTAMI



5  
POD NEHTAMI



6  
ZÁPÄSTIE



7  
OPLÄCHNITE SI RUKY VODOU



8  
POUŽITE ČISTÝ UTERÁK







**Názov:** Inšpirácie k umývaniu rúk v materskej škole

**© Editori:** PaedDr. Monika Miňová, PhD.  
PhDr. PaedDr. Matej Slováček

**Recenzenti:** PaedDr. Marianna Jamborová, PhD.  
Mgr. Martina Rímska, PhD.

**© Vydavateľ:** Slovenský výbor Svetovej organizácie pre predškolskú výchovu

**Grafické spracovanie:** PhDr. PaedDr. Matej Slováček

**Obálka:** Mgr. Dominika Slováčková

**Rok vydania:** 2024

**Vydanie:** prvé

**Rozsah:** 69 strán

**Zverejnené na:** [www.omep.sk](http://www.omep.sk)

ISBN 978-80-974139-6-5

EAN 9788097413965