



المرحلة الأساسية

انتشار العدوى: العناية الصحية باليدين

## الدرس 2: العناية الصحية باليدين

بالمشاركة في تجارب الفصل، سيعرف الطلاب مدى فعالية الصابون أو منتجات التعقيم، وأن غسل اليدين هي الطريقة الأفضل للتخلص من الميكروبات.



روابط المنهج الدراسي

PHSE/RHSE

• الصحة والوقاية

العلوم

• العمل بشكل علمي

• الكائنات الحية وموائلها

العربية

• القراءة والفهم

• الكتابة

مخرجات التعلم

سيتمكن جميع الطلاب مما يلي:

- معرفة أنه يمكن لغسل اليدين المساعدة في التخلص من الميكروبات.
- معرفة أن غسل اليدين أحد أفضل الطرق لمنع انتشار الميكروبات.
- معرفة أن غسل اليدين بالماء والصابون أفضل من غسل اليدين بالماء فقط.



## الدرس 2: العناية الصحية باليدين

### الموارد اللازمة

#### النشاط: تجربة الفلفل والماء

##### لكل مجموعة

- أطباق بلاستيكية صغيرة
- ماء
- سائل تنظيف
- فلفل
- أعواد كوكيتيل

### المواد الداعمة

- SH1 نشرة حقائق عن صحة اليدين
- SW1 بطاقات تعليمية عن غسل اليدين
- SW2 ورقة العمل الخاصة بنشاط ملء الفراغات ذات الصلة بصحة اليدين

### الإعداد المسبق

أعد عدد من أوعية الماء مع رش الفلفل على السطح، وعدد من الأوعية العادية المملوءة بالماء، ووعاء آخر يحتوي على سائل تنظيف

### نشاط إرشادي: نشرة حقائق عن صحة اليدين

#### لكل طالب

- SH1 نشرة حقائق عن صحة اليدين

### نشاط إرشادي: بطاقات تعليمية عن غسل اليدين

#### لكل فصل

- SW1 بطاقات تعليمية عن غسل اليدين

### نشاط إرشادي: ورقة العمل الخاصة بنشاط ملء الفراغات

#### لكل طالب

- SW2 ورقة العمل الخاصة بنشاط ملء الفراغات ذات الصلة بصحة اليدين



## الدرس 2: العناية الصحية باليدين

الكلمات الرئيسية

العناية الصحية

صابون

غسل اليدين

الميكروبات

الصحة والسلامة

احرص على ألا يكون الطلاب المشاركون في

التجربة مصابين بحساسية من الصابون أو

يعانون من حساسية في الجلد

الروابط الإلكترونية

[e-bug.eu](http://e-bug.eu) (العناية الصحية باليدين)

يُرجى استشارة CLEAPPS، لاتباع

ممارسات ميكروبيولوجية آمنة في الفصل

الدراسي

[www.cleapps.org.uk](http://www.cleapps.org.uk)

## المقدمة

1. ابدأ الدرس من خلال طرح أسئلة على الطلاب عما إذا كانوا يعرفون سبب أهمية غسل اليدين. اذكر أننا لا نغسل أيدينا لإزالة أي أوساخ وملوثات يمكننا رؤيتها فقط، ولكن أيضًا للتخلص من الجراثيم (الميكروبات) التي لا يمكننا رؤيتها.
2. اشرح للطلاب أنه نظرًا لأننا نستخدم أيدينا طوال الوقت، فإنها تلتقط ملايين الجراثيم (الميكروبات) يوميًا. على الرغم من أن العديد من الميكروبات غير ضارة، إلا أن بعضها قد يكون ضارًا ويمكن أن يسبب إصابتنا بالمرض.
3. أوضح أن جلدنا مغطى بشكل طبيعي بالدهون، وأن هذه الدهون تساعد الميكروبات في "الالتصاق" بالجلد. وهذا يعني أنه يتعين علينا غسل أيدينا بشكل صحيح بكل من الماء والصابون للتمكن من التخلص من الجراثيم من أيدينا. في حالة عدم توفر الصابون، يمكن للجل المعقم لليدين أيضًا إزالة الجراثيم من اليدين.
4. اشرح للطلاب أنهم سيكملون النشاط الآن لتوضيح سبب أهمية الصابون عند غسل اليدين

## نشاط

يوضح هذا النشاط كيف أن غسل اليدين بالماء والصابون أفضل من استخدام الماء فقط. يجب أن يساعد الشارحون للتجربة الطلاب في استخدام أعواد الكوكيتل للحفاظ على السلامة. يجب غسل الأوعية بعد انتهاء كل مجموعة من هذا النشاط لتكون فعالة.

1. أوضح للطلاب أن سطح الماء الموجود في الأوعية يمثل أيديهم، وأن الفلفل يمثل الميكروبات الضارة التي يجب التخلص منها.
2. ضع طرف عود الكوكيتل في وعاء الماء العادي ثم في وعاء الماء والفلفل. حرك عود الكوكيتل بلطف بشكل دائري وشرح أن استخدام الماء لغسل اليدين يحرك الميكروبات فقط.
3. ضع عود الكوكيتل في الوعاء الذي يحتوي على سائل تنظيف ثم في وعاء الماء والفلفل.
4. سوف يتحرك الفلفل (الميكروبات) تجاه حواف الوعاء عندما يلامس الصابون سطح الماء.
5. اشرح للفصل أن الصابون يفكك الدهون الموجودة على اليدين. وبالتالي يمكن التخلص من الميكروبات عند إزالة الصابون من اليدين بالماء.

يمكنك الآن زيارة الموقع الإلكتروني [e-bug.eu/eng/ks1/ lesson/Hand-Hygiene](http://e-bug.eu/eng/ks1/lesson/Hand-Hygiene) للعثور على الدليل الإرشادي لهيئة الخدمات الصحية الوطنية (NHS) والأغنية الخاصة بغسل اليدين المقدمة من وكالة الأمن الصحي بالمملكة المتحدة (UKHSA) للمساعدة في جعل التقنيات الصحيحة أسهل للتذكر للأطفال الصغار.

## النقاش

هل يمكن للطلاب الإجابة عن الأسئلة الواردة أدناه: لماذا نستخدم الصابون لغسل اليدين؟

- ناقش مصدر الجراثيم (الميكروبات) الموجودة على اليدين. أوضح للطلاب أنه ليست جميع الجراثيم الموجودة على اليدين ضارة، فقد يكون هناك ميكروبات مفيدة أيضًا.
- ناقش مصدر الجراثيم (الميكروبات) الموجودة على اليدين. أوضح للطلاب أنه ليست جميع الجراثيم الموجودة على اليدين ضارة، فقد يكون هناك ميكروبات مفيدة أيضًا.
- اشرح للطلاب أنه يتعين علينا أيضًا غسل اليدين بشكل صحيح. سلط الضوء على أن الميكروبات تفضل الاختفاء بين الأصابع وتحت الأظافر. من الضروري معرفة الأوقات التي يتعين فيها غسل اليدين والطريقة الصحيحة لغسلهما لمنع انتشار الميكروبات والعدوى المحتملة.

## الأنشطة الإرشادية

### نشرة حقائق عن صحة اليدين

أعط كل طالب نسخة من SH1 لتعزيز الحصص. يمكن أن يتعلم الطلاب حقائق صحة اليدين ومشاركتها مع الأسرة والأصدقاء.

### بطاقات تعليمية عن غسل اليدين

يمكن استخدام SW1 لدعم عملية التعلم. اطلع الورقة وقص البطاقات التعليمية أو اعرضها على السبورة البيضاء. اطلب من الأطفال شرح الصورة، الكلمة الصحيحة موضحة على الورق المقوى.

### ورقة العمل الخاصة بنشاط ملء الفراغات

أعط كل طالب SW2. اطلب من الطلاب ذكر اسم الصورة لإكمال الجملة. يمكن للطلاب إعادة كتابة الجملة كاملة أو قراءتها بصوت مرتفع.

## تعزيز عملية التعلم

في نهاية الدرس، اطلب من الفصل إكمال الجمل التالية بإجاباتهم الخاصة.

1. الأغنية التي استخدمها عند غسل اليدين: \_\_\_\_\_
2. سأغسل يدي في اللحظات المهمة أثناء النهار، على سبيل المثال: \_\_\_\_\_
3. كم عدد الخطوات المتبعة عند غسل كل جزء من اليدين؟ \_\_\_\_\_
4. في حالة عدم التمكن من غسل اليدين بالماء والصابون، سوف استخدم \_\_\_\_\_



# صحة اليدين

## نشرة حقائق

ما الذي يجعل أيدينا متسخة؟

نلتقط الميكروبات على أيدينا من جميع الأشياء التي نلمسها مثل مقابض الأبواب، أو مقاعد المدرسة، أو الأرضيات، أو الحيوانات الأليفة. كما نلتقط الميكروبات على أيدينا عند تشابك الأيدي، أو ملامسة اليدين للأنف أو العطس في اليدين.

لماذا يتعين علينا غسل اليدين؟

نغسل أيدينا للتخلص من الميكروبات الضارة التي قد تسبب إصابتنا بالمرض. من المهم غسل أيدينا بعد استخدام المراحيض، أو قبل تناول الطعام أو الطهي، أو بعد تمسيد الحيوانات، أو بعد السعال أو العطس.

فاجئ أصدقائك وأسرتك بهذه الحقائق المذهلة.

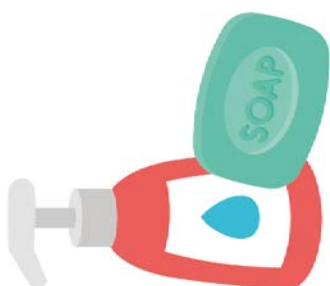
- توجد معظم الميكروبات الموجودة على اليدين تحت الأظافر.
- أوضح الجميع تقريباً أنهم يغسلون أيديهم بعد استخدام المراحيض، ولكن أكثر من النصف لا يقوموا بذلك. فكر فقط بما قد يكون موجود على أيديهم.
- تحتوي معظم مقابض المراحيض على ميكروبات أكثر بمقدار 400 مرة من مقاعد المراحيض.
- تحمل اليد الواحدة للفرد ميكروبات أكثر من الأشخاص الموجودين على الكوكب.
- غسل اليدين هي الطريقة الأفضل لمنع انتشار الميكروبات.
- يمكن أن تظل بعض الميكروبات الموجودة على أيدينا حية لمدة ثلاث ساعات



20 ثانية



الأصابع  
ظهر



صابون



بين الأصابع



أطراف الأصابع



اليدين  
ظهر



إصبعي الإبهام



بديك  
افرك



لنزول الـ



افتح الـ



على



ضع



معًا



افرك



باستخدام



اغسل



أغلق الـ



يديك



ألق المناديل الورقية في