
Fem uppdrag

Här får ni fem olika uppdrag i ämnet hälsa och hygien som ni kan lösa och genomföra tillsammans. När ett uppdrag är genomfört kan ni färglägga ett av handens fem fingrar. När ni har gjort alla uppdragen och fyllt i alla fingrarna får varje barn ett diplom som de kan ta med sig hem.

Uppdrag 1

Svara tillsammans på frågorna:

1. När är det viktigt att man tvättar sina händer?
2. Hur tvättar man händerna?
3. Varför är det viktigt att tvätta sina händer?
4. Hur ska man göra när man hostar eller nyser?
5. Varför måste man vara hemma från förskolan när man är sjuk?

Uppdrag 2

Lär er handtvättssången Tvätta, tvätta liten hand och sjung den tillsammans när ni tvättar händerna.

Melodi: Blinka lilla Stjärna

Tvätta, tvätta liten hand
Bort med smuts och bort med sand
Mellan, i och ovanpå
Gnugga tummen, båda två
Tvätta, tvätta liten hand
Bort med smuts och bort med sand!

Uppdrag 3

Räkna hur många gånger ni tvättar händerna på er avdelning under en dag. Och för de lite äldre barnen. Hur många gånger blir det på en vecka?

Uppdrag 4

*Läs tillsammans en bok som handlar om hur man gör
för att hålla sig frisk*

Boktips:

- [Folke frågar om virus och bakterier](#) Folkhälsomyndigheten
- [Ella och gänget stoppar smittan](#) av Fredrik van der Lee
- [Barnboken Förkyllt](#) utgiven av Strama Stockholm
- [Lär dig tvätta händerna](#) av Millis Sarri
- [Ingrid och Bacilluskan](#) av Katerina Janouch
- Eller hitta på en alldeles egen saga om att tvätta händerna

Uppdrag 5

*Sjung olika tvätta händerna sånger och dansa loss
tillsammans.*

*Låtarna hittar ni här
[Handtvättarsånger](#)*



Läs mer på [Smittskydd i förskolan hemsida](#) eller scanna QR-koden



