

幼儿学习七步洗手法

细菌无处不在，时时想侵犯我们的孩子。保健老师教给我们小朋友最简单的一招防病措施——洗手!孩子们的小手总是闲不住，哪儿都想摸一摸。如果再用这双小脏手抓食物、揉眼睛、摸鼻子，细菌就会趁机进入宝宝体内，引起各种疾病。而正确地洗净双手，可以显著减少手上所带的各种细菌，有效预防感冒、腹泻、肺炎等疾病。所以，洗手是日常生活中最简单有效的防病措施，是预防疾病的第一道防线。为了培养幼儿养成“勤洗手、正确洗手”的好习惯，大场贝贝马艺术幼儿园开展了“七步洗手法，健康你我他”活动。

步骤第一步：

洗手掌 流水湿润双手，涂抹洗手液（或肥皂），掌心相对，手指并拢相互揉搓；

第二步：

洗背侧指缝 手心对手背沿指缝相互揉搓，双手交换进行；

第三步：

洗掌侧指缝 掌心相对，双手交叉沿指缝相互揉搓；

第四步：

洗拇指 一手握另一手大拇指旋转揉搓，双手交换进行；

第五步：

洗指背 弯曲各手指关节，半握拳把指背放在另一手掌心旋转揉搓，双手交换进行；

第六步：

洗指尖 弯曲各手指关节，把指尖合拢在另一手掌心旋转揉搓，双手交换进行；

第七步：

洗手腕、手臂 揉搓手腕、手臂，双手交换进行



上海宝山区大场贝贝马艺术幼儿园



上海宝山区大场贝贝马艺术幼儿园



ONE
IN
THE
EAST

ONE
IN
THE
WEST



