



## 90 WZGZ Dzielne Fenixiątka

sprawność

indywidualna

Higienista

1. Wiem, na czym polega codzienna toaleta. Brałem udział w konkursie wiedzy o higienie.
2. Dbam o higienę własnego ciała. Wiem, kiedy należy myć ręce.
3. Dbam o swój pokój (kącik), potrafię uporządkować swoje miejsce pracy.
4. Opiekowałem się apteczką gromady.
5. Przygotowałem dla mojej rodziny zdrową sałatkę.
6. Udzieliłem pierwszej pomocy w przypadku lekkiego skaleczenia.
7. Opowiedziałem kolegom lub koleżankom, jak dbać o higienę.
8. Sprawdzałem stan czystości na kolonii.
9. Zmierzyłem temperaturę, oceniłem czy jest prawidłowa, przy osobie dorosłej odliczyłem krople.
10. Potrafię wymienić produkty zawierające witaminy.
11. Potrafię wytłumaczyć, dlaczego nie wolno samowolnie spożywać leków i nie wolno jeść leków przeterminowanych.
12. Sprawdzam terminy przydatności do spożycia kupowanych artykułów spożywczych.



### UWAGI

- Sprawność „Higienista” kształtuje postawę dbałości o swoje zdrowie. Zuch – „Higienista” dba o właściwą higienę swojego ciała i miejsca w którym przebywa. Zuchy chętnie udzielają pomocy innym, lecz wszelka pomoc medyczna powinna być udzielana tylko pod opieką osoby dorosłej. Sprawność może być zdobywana na kolonii zuchowej czy biwaku.
- Aby nadal rozwijać zainteresowania zucha w tej dziedzinie, można wskazać mu sprawności „Dobry opiekun”, „Śnieżnobiały uśmiech”, „Zielarz”.