

ציון תפילה: בין רחיצת ידיים לנטילת ידיים:

מטרות:

התלמידים ישוחחו על חשיבות הרגלי הניקיון בכלל ורחיצת ידיים בפרט.  
התלמידים יתוודעו להבדל שבין נטילת ידיים ורחיצת ידיים  
התלמידים ילמדו את הלכות נטילת ידיים ויתרגלו אותן.

למורה ולגננת: יש לרכוש עבור הכיתה נטלא אחת או כמה להדגמה ולשימוש יום יומי.

שוחחו עם הילדים על הרגלי הניקיון שלהם.

ניתן לשוחח דרך השיר של דתיה בן דור:

אני נקי / דתיה בן דור

אני רוחץ ידיים

טידידל - דיכל - די

בסבון ומיים

טידידל - דיכל - די

והליכלוך מהר מהר בורח

וטוב לי טוב עכשיו וגם שמח.

כי אני נקי

וכשאני נקי

אני מותק.

אני רוחץ רגליים

טידידל - דיכל - די

בסבון ומיים

טידידל - דיכל - די

והליכלוך מהר מהר בורח

וטוב לי טוב עכשיו וגם שמח.

כי אני נקי

וכשאני נקי

אני מותק.

אני מצחצח שיניים

טידידל - דיכל - די

במישחה ומיים

טידידל - דיכל - די

והליכלוך מהר מהר בורח

וטוב לי טוב עכשיו וגם שמח.

כי אני נקי

וכשאני נקי

אני מותק.

ואימא לי חופפת

טידידל - דיכל - די

את הראש, וגם שוטפת

טידידל - דיכל - די

והליכלוך מהר מהר בורח

וטוב לי טוב עכשיו וגם שמח.

כי אני נקי

וכשאני נקי

אני מותק.



אילו איברים בגוף אנחנו מנקים (או גוזזים) ואיך? 🍀

מתי אנחנו מתנקים? ומדוע דווקא אז? 🍀

מדוע חשוב להקפיד על ניקיון? 🍀

הסבון בכה מאוד / מילים: מרים ילן שטקליס

הסבון בכה מאוד  
דני לא רוצה בי עוד  
ומברשת השיניים  
מתייפחת שבעתיים  
ואומרת למשחה  
אל תבכי אך היא בוכה  
והברז כעסן  
הוא כועס מאוד על דן

והמים, מים, מים  
צר להם על האוזניים  
הם שרים, שרים, שרים, שרים  
שורום זורום זורום רים  
שורום זורום זורום רים  
שורום זורום זורום רים  
הם שרים, הם שרים, הם שרים

דני, דני מלוכלך  
מלוכלך כל כך כל כך  
אם יבוא היום לגן  
מי יתן שלום לדן

כל אחד ישאל מי זה  
מלוכלך כזה כזה  
והדסה הקטנה  
תסתתר אז בפינה  
לא תכיר אותו בכלל  
כלל וכלל

והמים, מים, מים...

על רחיצת הידיים:

מתי אנחנו רוחצים / שוטפים ידיים?  
מהי מטרת הרחיצה? מדוע זה חשוב?

מאילו הרגלי ניקיון אנחנו נוטים להתעלם?	👤
מדוע?	👤
כיצד מתייחסים הורי לחוסר ניקיון אצלי?	👤
כיצד מתייחסת החברה לילד לא נקי?	👤
האם יש דבר כזה "נקי מדי"?	👤

למורה ולגננת: מטרת הדיון היא לעסוק בכנות בחוסר הנכונות של ילדים להתנקות ולשקף דרך שיחה משותפת את החשיבות אבל גם את הפרופורציות (למשל אם ישנם ילדים חרדים מדי בענייני ניקיון) במידה וישנה בעיה ספציפית בכיתה (ילד הידוע כמלוכלך או "מסריח") יש לשקול שלא ללמד את הקטע הזה או לעשות זאת ברגישות רבה.



## איך חשוב צ'טופת ידיים:

### קו ההגנה הראשון נגד חיידקים

חיידקים מועברים אלינו בדרכים שונות:

- נגיעה בידיים מלוכלכות
- החלפת חיתולים
- מגע עם מזון או מים מזוהמים
- מגע עם אדם חולה
- מגע עם בעלי חיים

ילדים הבאים במגע עם גורמים מזוהמים אינם מודעים לכך והם עלולים לחלות רק ע"י נגיעה בעיניים, באף או בפה. במרבית המקרים אם הילד חלה במחלה, תוך זמן קצר תחלה המשפחה כולה באותה מחלה. רחיצת ידיים טובה היא קו ההגנה הראשון מפני מחלות שונות מהתקררות ועד למחלות קשות יותר כמו שפעת החזירים, שפעת, דלקת הכבד, ושלשול הנגרם כתוצאה מזיהום.

### הדרך הנכונה לרחיצת ידיים

1. רחצו את הידיים במים חמים. וודאו שהמים אינם חמים מידי לילדים.
2. השתמשו בסבון קשה או נוזלי (אין צורך בשימוש בסבון בקטריאלי – כל סבון יעשה את העבודה) ושפשפו את הידיים למשך 10-15 שניות. וודאו שאתם מנקים בין האצבעות ומתחת לציפורניים – מקום אהוב במיוחד על חיידקים. לא לשכוח לשפשף גם את פרק כף היד!

בעיקר:

- לפני האכילה והבישול
- אחרי השימוש בשירותים
- אחרי ניקיון הבית
- לאחר מגע עם בעלי חיים, גם בחתול ובכלב הפרטי שלכם.
- לפני ואחרי ביקור בן משפחה או חבר חולה.
- לאחר קינוח האף, התעטשות ושיעול.
- לאחר שהייה מחוץ לבית.

## טיפות הידיים:

מהי נטילת ידיים? במה היא דומה ובמה היא שונה משטיפת ידיים?!

**נטילת ידיים יש בהחלט משמעות הגיינית** – גם אם חז"ל לא ידעו על קיומם של

חיידקים הם הבינו את חשיבות ניקיון הידיים במיוחד בתקופה בה אכלו בידיים!

## הידעת? אכילה היא לא עברו

כלי האכילה העתיקים ביותר הם הכף והסכין. בעוד הסכין שימשה בעיקר לחיתוך ולמלאכה הכף שימשה להרמת מזון והבאתו אל הפה (הרבה לפני המצאתו של המזלג). המזלגות והסכינים הצטרפו לשולחן הסעודה ככלים אישיים רק בתקופות מאוחרות יותר (המאה ה-16-17). למעשה במהלך רוב ההיסטוריה ברוב התרבויות אכלו אנשים מצלחת משותפת אחת לכולם ובידיים. מנהג נטילת הידיים היהודי נוצר בתקופות הללו...

**אולם – נטילת ידיים איננה רק אקט הגייני** ומי שנוהג לטול ידיים נוטל אותן אפילו אם ידיו נקיות! מדובר בטקס דתי שמטרתו להפריד בין הפעולות האנושיות, הגופניות, היומיומיות לבין המעשה אליו אנחנו מתבקשים להתייחס ברצינות ובכבוד והוא האכילה. נטילת הידיים מפרידה בין מהלך היום הרגיל לבין הסעודה והופכת את הסעודה למשהו "שמתכוננים" אליו.

## מקור ההלכה

"וְרָחַצוּ אֶת-יְדֵיכֶם וְאֶת-רַגְלֵיכֶם  
בְּבָאֵם אֶל-אֹהֶל מוֹעֵד, וְרָחַצוּ-מַיִם וְלֹא יָמְתוּ  
אוּ בְגִשְׁתֶּם אֶל-הַמִּזְבֵּחַ לְשֵׁרֵת, לְהַקְטִיר אִשָּׁה לַה'"  
שמות, ל', יט-כ

מנהג נטילת הידיים לקוח ממנהגם של הכוהנים בבית המקדש שהיו נוטלים את ידיהם לפני שאכלו מבשר הקורבנות שהוקרבו במקדש או לפני שהחלו לשרת בקודש. גם כאן אנחנו רואים ההתכוונות באמצעות טקס נטילה ואת היחס למזון כאל מזון "קדוש" הנאכל במקום חשוב מאד.



## אופן נטילת הידיים:

- לוקחים את הכלי ביד ימין ומעבירים ליד שמאל.
- עם היד השמאלית שופכים מים על כל היד הימנית – שלוש פעמים.
- מעבירים את הכלי ליד ימין, ושופכים כנ"ל על יד שמאל.
- מגביהים את הידיים, ומברכים אשר קדשנו במצוותיו וציוונו על נטילת ידיים.
- מנגבים היטב, עד שהידיים תהיינה יבשות לחלוטין.

"בְּרוּךְ אַתָּה ה' אֱלֹהֵינוּ מֶלֶךְ הָעוֹלָם,  
אֲשֶׁר קִדְּשָׁנוּ בְּמִצְוֹתָיו וְצִוָּנוּ עַל נְטִילַת יְדַיִם."

ברוב עדות ישראל נהגו לשתוק או לא לדבר, לאחר נטילת הידיים ועד לאכילת הלחם (או החלה בסעודת השבת). הדבר נובע מהרצון ליצור רצף בין הנטלה והכברכה לבין האכילה עצמה.

### ולבסוף – הנטלה:

נטלה – כלי לנטילת ידיים

שם הכלי נטלה והשם המקביל לו אֶנְטָל מקורם ביוונית, וכמו שמות של כלים רבים אחרים הם נתגלגלו אל לשון חז"ל באמצעות הארמית או ישירות מן היוונית. אף שהכלי משמש לנטילת ידיים כנראה שאין קשר לשוני בין הפועל לשם הכלי. ישנם סוגים של נטלות אולם בבסיס כולם עומד הכלי שבאמצעותו ניתן "ליטול" מים מן הברז ולשפוך אותם על הידיים.



### *לסיכום כרוח מיתרים:*

יש הנוהגים לרחוץ או לשטוף את ידיהם מטעמי הגיינה  
יש הנוהגים ליטול את ידיהם כטקס המפריד בין פעולותיהם הקודמות לבין האכילה, כטקס  
המקדש את האכילה, וכטקס המזכיר את האופן בו נגשו הכהנים אל אכילת הקרבנות  
שהוקרבו במקדש. מכיוון שמדובר בטקס דתי יש לו סדר מאד מסוים והוא מלווה בברכה.  
כמובן שאלה הנוטלים ידיהם עושים זאת גם מטעמי הגיינה....