

Piątek 22.05.2020.

## REALIZACJA KOLEJNEGO TEMATU Z PROGRAMU

### CZYŚCIOCHOWE PRZEDSZKOLE

#### Temat zajęć: Higiena Nosa.

##### 1. Wiersz „Nos”

Proszę rodzica o przeczytanie dziecku wiersza pt. „Nos” oraz zastanowienie się razem z dzieckiem, jakie są wymienione w wierszu zapachy. Czy przyjemne? Czy nieprzyjemne? Dlaczego nos wylapuje te wszystkie zapachy? Po co czujemy nieprzyjemne zapachy? Czy tak samo mocno czujemy zapachy, gdy mamy katar?

#### NOS

Smak zapachem  
Zapach smakiem  
Idę więc po bułkę z makiem.  
Naokoło i chodnikiem,  
aby nie wejść gdzieś na trawę  
i nie trafić na psią sprawę.  
Zwykle pachnie obok budki,  
– pączek lukier ma słodziutki.  
Biorę kęsa bułki z makiem,  
lecz coś nie gra mi ze smakiem.  
Bo gdy nos zatkany bywa,  
smaku jakoś mi ubywa.  
Gorzej wącham, słabiej czuję  
i nie wszystko mi pasuje.

##### 2. Mój nos czuje różne zapachy

Pomoce: chustka, opaska do zasłonięcia oczu, małe słoiki, np. po koncentracie pomidorowym• rozgniecione bardzo drobno próbki produktów: czosnek, banan, pieczywo, kalafior, jajko, świeży ogórek, czekolada, mydło, pasta do zębów, krem, wilgotna ziemia lub inne dostępne w domu produkty• kartka• kredki.

Rodzic przygotowuje w małych słoiczkach różne substancje wydzielające charakterystyczny zapach. Dziecko wącha próbki i rysują to, co mu się kojarzy z tym zapachem (rysunki nie muszą być dosłowne, mogą to być też dalsze skojarzenia, wspomnienia) lub po prostu odpowiada. Każdy może jednak inaczej odbierać ten sam zapach. Szczególnie podczas infekcji, gdy przez opuchnięcie błon śluzowych odczuwanie zapachów może być mniejsze.

3. Słuchanie opowiadania pt. „Świnka Zakatarzynka i Wielka Glutoza”.

Świnka Zakatarzynka w czasie przeziębienia nie lubi się nudzić. Zawsze ma coś ciekawego do zrobienia... kto by się przejmował kapiącymi z nosa glutkami i gilkami?

— Wetrę w dywan i po sprawie, hihi! — pomyślała świnka latając z samolotem po pokoju.

Zakatarzynka wszędzie zostawiała za sobą „śląd”. A jej zabawie towarzyszyły odgłosy wciągania, chlapania i kapania. Poczynania Świnki obserwowała Chusteczka Smareczka:

— Ona ma wszystko w nosie! — Z niedowierzaniem zauważyła Smareczka.

A Zakatarzynka, jakby to potwierdzając, wymownie pociągnęła nosem podczas szalonej zabawy. Nagle Smareczka zastąpiła drogę śwince... ratując ją przed poślizgnięciem się w kałuży własnych glutów. A fuj! Obślizgła sprawa.

— Ale masz refleks! W ostatniej chwili mnie złapałaś! — z podziwem powiedziała świnka do chusteczki.

— Świnko, luz! — rzuciła Smareczka i po chwili dodała — Koniec tej glutozy, dobrze?

Wysmarkaj nos!

— Ale jak mam wysmarkać? — z lekkim zakłopotaniem zapytała Zakatarzynka.

— Już ci pomagam, w końcu od tego jestem! — odpowiedziała rezolutnie chusteczka

— Nabierz powietrza...

— O tak? — nabierając powietrze, świnka otworzyła usta.

— Tak, idealnie! — pochwaliła ją chusteczka i poprosiła — a teraz zamknij buźkę!

— Ale... — Świnka chciała coś jeszcze powiedzieć, jednak Smareczka podała jej czystą chusteczkę i oznajmiła tonem nieznoszącym sprzeciwu — przyłóż chusteczkę do noska i wyobraź sobie, że musisz powietrzem z noska poruszyć kolorowe piórko!

— Lubię piór...

— Gdy masz już chusteczkę przy nosku, wydmuchaj te gile z nosa!

Świnka nabrała powietrza i dmuchnęła.

— O tak — świetnie! — znów pochwaliła ją Smareczka.

— Piórka, chciałam powiedzieć, że lubię kolorowe piórka! — z czystym nosem powiedziała Zakatarzynka. — O ja cię! Co to był za dmuch! Bez glutków naprawdę się dobrze rozmawia.

— No i tak możemy się bawić. — Zauważyła Chusteczka Smareczka.

— Nooo, tylko raczej nie siadaj po tej stronie dywanu, hihi —

Świnka wskazała na dużą zieloną kałużę.

➤ Zastanówmy się nad tym, jak radzić sobie z katarą. Rodzic zadaje pytania:

- Dlaczego Chusteczka Smareczka była niezadowolona z tego, co robi Świnka?
- Jak powinna zachowywać się Zakatarzynka, gdy ma katar?
- Jak należy dmuchać nos?
- Co zrobić z brudną chusteczką?
- Ile razy wolno użyć chusteczki higienicznej?

4. Ćwiczenia praktyczne. Misiu, nauczę cię jak wydmuchiwać nos.

Każde dziecko ma na kolanach misia. Rodzic wyjaśnia, że dziś dzieci nauczą misie, jak prawidłowo wydmuchać nos. Nie jest to takie proste, bo trzeba przestrzegać kilku zasad.

Rodzic też uczy swojego misia (modelując zachowanie):

1. Rozkłada chusteczkę higieniczną.
2. Przykłada misiowi do nosa.
3. Zatyka delikatnie chusteczką jedną dziurkę i prosi misia, by dmuchał powietrze przez drugą dziurkę.
4. Powtarza tę czynność, zatykając drugą dziurkę nosa misia.
5. Składa chusteczkę i wyrzuca do kosza.

Nauczyciel wyjaśnia, jak ważna jest higiena nosa.

Opowiada, że nos jest połączony z uchem i gardłem. Przez jego nieprawidłowe czyszczenie można się bardziej rozchorować. Dlatego podczas dmuchania zatyka się jedną dziurkę i nie

dmucha się zbyt mocno.

### 5. Mały eksperyment

Rodzic przygotowuje dziecku drobne skrawki papieru. Prosi, by położyło je na dłoni i zdmuchnęło jak najmocniej. Po tym doświadczeniu dzieci widzą, że zarazki z prądem powietrza mogą polecieć dosyć daleko, dlatego najlepiej mieć przy sobie chusteczkę, szybko ją wyjąć i kichnąć do niej, ale często o niej zapominamy. Kiedy czujemy, że zbliża się kichnięcie, zginamy rękę w łokciu i kichamy w jego zgięcie. To sposób na zablokowanie lotu wirusów i ochronę innych ludzi przed zakażeniem. Dzieci trenują to zachowanie: Rodzic mówi: Aaaaaaaa(dzieci zginają rękę w łokciu), na słowo psik! dzieci udają, że kichają w zgięcie łokcia.

## KICHAJ W ŁOKIEĆ!



### 6. Zagadki. Rodzic czyta dziecku zagadki, a ono podaje odpowiedzi.

Bywa kolorowa,

Jest też kwadratowa,

Gdy jej nie potrzeba

W kieszeni się chowa. (chusteczka)

Każdy go na buzi ma

I przez niego oddycha. (nos)

Kicham, kaszlę i mogę зараzić brata,Bo ja dziś mam straszny... (katar)

Wycieram nią nos, A czasem usteczka,  
W kieszeni mojej mieszka I nazywa się... (chusteczka)  
Najpierw porządnie wydmuchasz nos  
A potem się rozejrzysz – gdzie stoi... (kosz)  
Jest na środku twarzy i nim oddychamy,  
Ale się zatyka, kiedy katar mamy. (nos)

### 7. Zasady Świnki Zakatarzynki

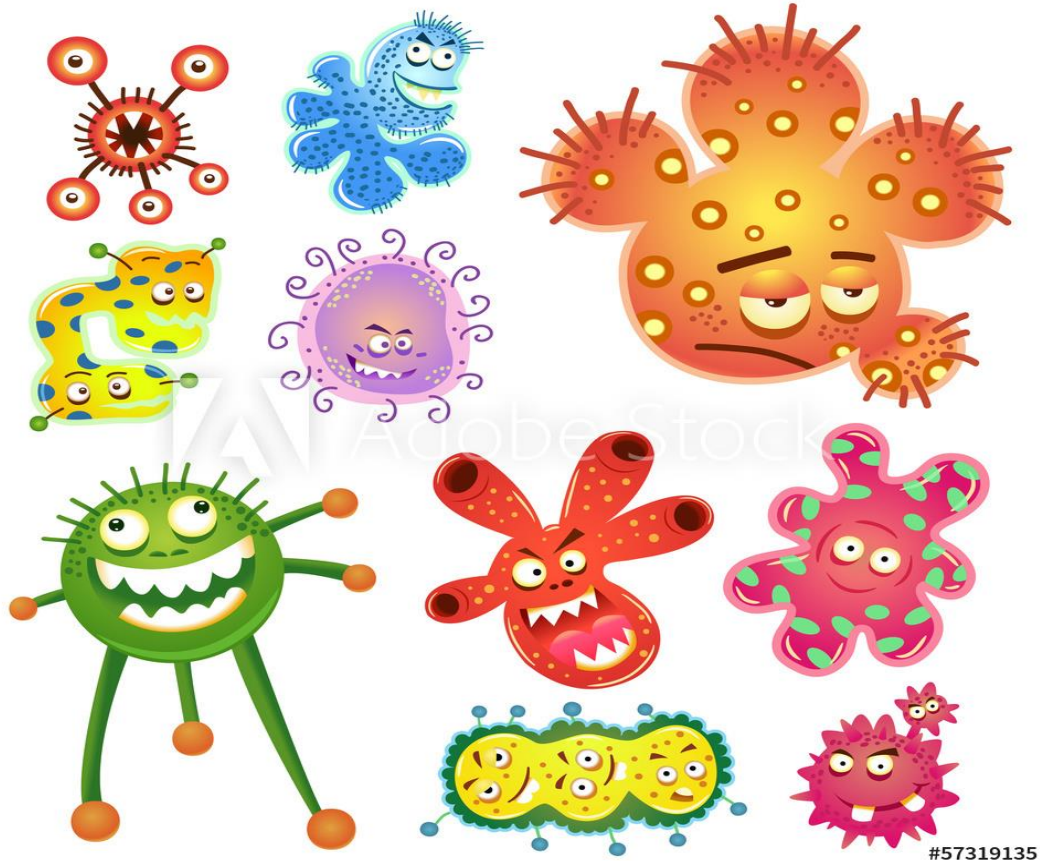
Rodzic lub inna osoba dorosła czyta dzieciom zasady Świnki Zakatarzynki i zachęca je do powtarzania rymowanek:

1. Gdy coś przeszkadza w nosie, chusteczkę użyj proszę
2. Wirusów chcę się pozbyć w mig, dlatego chustkę wyrzucam do śmietnika – cyk
3. Palec w nosie źle wygląda, wie o tym nawet żona wielbłąda
4. W czasie kichania łokieć służy do nosa zasłaniania
5. Wybieram ruch, dlatego jestem zdrowy zuch.

### 8. Praca plastyczna „Jak wyglądają wirusy?”

Dzieci mają do dyspozycji farby plakatowe wylane na spodeczki i gąbkowy zmywak kuchenny pocięty na różne kawałki. Na kartce papieru stawiają stempelki, które przedstawiają ich wyobrażenia wirusów. Po wyschnięciu farby dorysowują dodatkowe elementy. Jeśli nie posiadamy w domu farb możemy stworzyć wirusy przy użyciu kredek i dostępnych materiałów.

Przykład:



#57319135