

ZDROWIE W NASZYCH RĘKACH

Propozycja aktywności poznawczych, plastycznych i ruchowych, dzięki którym dziecko dowie się kilku ciekawych faktów o higienie oraz nauczy się prawidłowego mycia rąk.

PRZED ZABAWĄ

Zapoznaj się z treścią krótkiego artykułu o higienie rąk. Zawarte w nim informacje przydadzą się do przeprowadzenia zajęć z dzieckiem. [POBIERZ ARTYKUŁ >>>](#)

Wydrukuj kolorowankę [POBIERZ GRAFIKĘ O HIGIENIE RĄK >>>](#). Jeżeli nie masz drukarki, pobierz kolorowankę na komputer i wzorując się na przedstawionym rysunku narysuj na białej kartce obrazek, na którym dzieci myją ręce. Potnij kolorowankę na 5 części (puzzle dowolnych kształtów) i ukryj je w domu w 5 miejscach: przy lodówce, pralce, stole, łóżku i szafie.

Przygotuj:

- Białą kartkę papieru, klej biurowy i kredki.
- Rekwizyty: chusteczki higieniczne, czapka, pluszowy kotek lub piesek, szmatka do kurzu (czysta), tyżka, klej biurowy.
- Materiały do produkcji własnego mydła: szare mydło, 2 tyżki oliwy, 1/4 szklanki gorącej wody, tarka kuchenna, 2 garnki (takiej wielkości, aby mniejszy bez problemu mieścił się w większym), foremki do mydełek (możecie użyć czystych foremek do piasku, na babeczki lub kostki lodu, które na pewno znajdziecie w kuchni) oraz do wyboru: mielona kawa, płatki ususzonych kwiatów, suszona skórka z owoców cytrusowych, mak.

SCENARIUSZ ZABAWY

Zajęcia rozpocznij od rozmowy z dzieckiem, w której opowiesz mu czym są drobnoustroje. Opowiadając mu o tych mikroorganizmach zwróć uwagę na kilka najważniejszych kwestii:

- Drobnoustroje są bardzo małe: weź kartkę papieru i narysuj na nim małą kropkę, opowiedz dziecku, że na powierzchni tak małej kropki mieszka co najmniej 1000 bakterii.
- Drobnoustroje – choć ich nie widzimy – są obecne wszędzie: w powietrzu, w ziemi i w wodzie. Zasadlają również rośliny, zwierzęta oraz ludzi. Drobnoustroje są obecne nie tylko na naszej skórze, czy włosach ale również wewnątrz ciała człowieka.
- Drobnoustroje, które nas otaczają możemy podzielić na dwie grupy. Pierwsza z nich jest nam niezbędna do życia – te dobre mikroby regulują procesy nie tylko w naszych organizmach ale również w całej przyrodzie. Druga z nich stanowi zagrożenie dla naszego życia i zdrowia – to złe mikroby, które powodują, że chorujemy.

I

Opowiedz dziecku, o tym że istnieje pewien sposób na to, aby chronić się przed groźnymi drobnoustrojami. Sposób ten nie daje nam oczywiście całkowitej ochrony, niemniej jednak sprawia, że złe mikroby mają niewielkie szanse na to aby nam zaszkodzić. Aby poznać ten sposób zaproś dziecko do zabawy w poszukiwanie puzzli zrobionych z kolorowanki (GRAFIKA O HIGIENIE RĄK).

Pomóż dziecku w odnalezieniu ukrytych w domu puzzli podpowiadając mu w zagadkach 5 miejsc, w których są ukryte:

- W naszej kuchni się znajduje zimna szafeczka, gdzie znajdziesz serek, masło i kartonik mleczka.
- Kręci bębniem w kółko i działa na prąd. A jak wody nabierze, to brudne ubranie wypierze.
- Otwierasz jej drzwi, niczym do mieszkania, lecz nie mieszkają w niej ludzie – mieszkają ubrania.
- Miękkie i wygodne z podusią i kocem. Sprawia, że pogodne są Twe sny i noce.
- Przy nim jesz obiad i w planszówki grasz, ma cztery nogi i jeden duży blat.

Gdy dziecko znajdzie wszystkie elementy zachęć je do ułożenia puzzli, oraz naklejenia ich na czystą kartkę. Następnie pokolorujcie obrazek, przy okazji rozmawiając o tym jak należy myć ręce. Obrazek powieście w widocznym miejscu przy wejściu do domu, aby przypominał wszystkim domownikom o potrzebie mycia rąk.

II

Po pracy z kredkami i klejem udajcie się z dzieckiem wspólnie do łazienki i umyć ręce. Podczas mycia rąk zwróć uwagę na to, aby dziecko umyło dokładnie całą powierzchnię dłoni używając mydła. Przy myciu urządźcie konkurs „kto zrobi więcej piany” i zaśpiewajcie w spokojnym tempie piosenkę „właz kotek na płotek” – trwa ona tyle, ile powinno trwać mycie rąk.

III

Wskaż dziecku momenty, w których zawsze powinno umyć ręce:

- po wyjściu z toalety i czynnościach higienicznych (np. czyszczenie zakatarzonego noska),
- po przebywaniu w miejscach publicznych,
- po zabawie ze zwierzętami domowymi,
- po pracach porządkowych,
- przed przygotowaniem i spożywaniem posiłku
- oraz gdy widać, że są brudne.

Mówiąc o tych sytuacjach wskaż pokazuj dziecku kilka przedmiotów, które będą je symbolizować:

- chusteczki higieniczne,
- czapka,
- pluszowy kotek lub piesek,
- szmatka do kurzu (czysta),
- łyżka,
- klej biurowy.

Następnie wskazując na poszczególne przedmioty poproś dziecko, aby powtórzyło, jakiej sytuacji związanej z potrzebą mycia rąk jest ono symbolem. Jeżeli trzeba – pomagaj mu w tym zadaniu. Następnie możecie pobawić się w „Małego detektywa” – dziecko zamyka oczy a rodzic chowa jedną z sześciu rzeczy. Po otwarciu oczu dziecko odgaduje, który przedmiot znikł i jaką sytuację on symbolizował.

IV

Zaproponuj dziecku wspólne zrobienie autorskiego mydła. Oto przepis na nie:

Przygotuj wszystkie rzeczy potrzebne do domowej produkcji mydła a następnie z zachowaniem zasad bezpieczeństwa i uwzględniając umiejętności swojego dziecka zaangażujcie się wspólnie w stworzenie własnego mydła, zgodnie z poniższym przepisem:

1. Zetrzyjcie szare mydło na grubych oczkach tarki.
2. Wsypcie wiórki z mydła do mniejszego garnka, dodajcie oliwę i gorącą wodę.
3. Do większego garnka wlejcie niewielką ilość wody, następnie wstawcie do niego mały garnek z całą zawartością. Uwaga, poziom wody w dużym garnku powinien sięgać mniej-więcej do połowy wysokości garnka mniejszego.
4. Postawcie oba garnki (mniejszy włożony w większy) na kuchence – ustawcie średnią moc palnika.
5. Podgrzewając naczynia mieszajcie miksturę w mniejszym garnku, aż woda nie odparuje a masa nie osiągnie papkowatej konsystencji. Wiórki szarego mydła będą już wówczas niewidoczne.
6. Posmarujcie foremki odrobiną oliwy z oliwek, do każdej z nich możecie włożyć odrobinę mielonej kawy, suszonych płatków lub innych składników.
7. Ostrożnie wyjmijcie mały garnek z dużego a następnie przelejcie gorącą masę na mydło do foremek. Foremki nie powinny być wypełnione po same brzegi.
8. Ozdóbcie na wierzchu swoje mydła – do tego również możecie użyć kawy, płatków kwiatów itp.
9. Po około dwóch godzinach, gdy mydło wystygnie, delikatnie wyjmijcie je z foremek i umieśćcie na kilka godzin w zamrażalniku.

Dziękujemy za wspólną zabawę!