**Materiały do pracy w domu z przedszkolakami na tydzień 12 - 16 kwiecień 2021**

**Grupa Pszczółki ( 3 latki)**

Tematyka: Nigdy nie bój się lekarza, gdy choroba się przydarza.

**1. „Zdrowie i choroba”- rozmowa kierowana oparta na doświadczeniach dzieci -** próbujemy wspólnie z dzieckiem ustalić co oznaczają słowa „zdrowie” i „choroba”. Możemy posłużyć się następującymi pytaniami:

- Po czym poznajemy, że jesteśmy chorzy?

- Co należy zrobić, gdy zachorujemy?

- Dlaczego chorujemy?

- Co trzeba zrobić, żeby nie chorować?

**2. „Poznaj, co to jest” – składanie obrazków z części.** Dziecko wypycha z „Wycinanek-składanek” części obrazków przedstawiające wybrane przedmioty lekarskie. Wspólnie z rodzicem składa obrazki i nazywa przedstawione na nich przedmioty.

**3. „Szpital dla misiów”-** wysłuchanie wiersza Cz. Janczarskiego „Naprawimy Misia” jako wstęp do zabawy w szpital.

Kto misiowi urwał ucho?

 No, kto? – pytam. Cicho, głucho...

Nikt się jakoś nie przyznaje

 Może jechał miś tramwajem?

Może upadł, biegnąc z górki?

 Może go dziobały kurki?

 Może Azor go tarmosił,

 urwał ucho, nie przeprosił?

Igła, nitka, rączek para.

Naprawimy szkodę zaraz.

O! Już sterczą uszka oba.

 Teraz nam się miś podoba.

Z pomocą rekwizytów z „Wycinanek składanek” próbujemy ustalić jak wygląda wizyta u lekarza: Najpierw czekamy w kolejce, wchodzimy do gabinetu lekarskiego, mówimy co nam dolega, otrzymujemy poradę(rekwizyty z wycinanek), dostajemy receptę, udajemy się do gabinetu pielęgniarskiego.

**4. „Jak bije serce?”- zabawa rytmiczna**. Rodzic gra na bębenku (cymbałkach) rytm w jakim uderza serce. Zadaniem dziecka jest powtórzenie tego rytmu przez wyklaskiwanie, uderzanie dłońmi w uda.

**5. „Chory miś- zdrowy miś”- zabawa ruchowo- naśladowcza**. Dzieci to niedźwiadki. „Niedźwiadki” chodzą po podłodze na czworaka – lesie. Na hasło: Chory miś – pokazują, co im dolega, i podchodzą do rodzica – mamy niedźwiedzicy, która dotknięciem leczy „niedźwiadki”. Następnie zdrowe „niedźwiadki” mogą wrócić do swoich zabaw.

**6. „Grypa” – wysłuchanie wiersza M. Strzałkowskiej „Grypa”, rozmowa kierowana na temat dziecięcych chorób.**

Grypa Straszna grypa łazi po mnie,

 kaszląc przy tym nieprzytomnie.

Łazi po mnie – ale po co?

 O coś chodzi jej – lecz o co?

Jak pragnienie spełnić grypy?

 Dać sok z malin? Napar z lipy?

 Lub tabletkę aspiryny?

Może lub i witaminy?…

Chowam głowę pod poduchę –

 łazi mi za lewym uchem

i po czole wściekle tupie,

 aż mi strasznie w głowie łupie!

Od jej chuchu drga powietrze

i rtęć kipi w termometrze.

Bez pytania, bez pukania,

choć stanowczo jej zabraniam,

wciąż uparcie po mnie łazi!

Chyba nie chce mnie zarazić?!

 Przykładowe pytania do rozmowy:

– Jakie są objawy grypy?

– Czym mama leczy grypę?

 – Czy znasz nazwy innych chorób?

- Jak rozpoznać te choroby?

**7. „Hop, hop, do góry!” – zabawa ruchowa** . Rodzic opowiada, a dziecko próbuje ilustrować tę opowieść ruchem: Kiedy jesteś zdrowy , to jesteś szczęśliwy i skaczesz wysoko hop, hop, do góry, lecz gdy dopada cię choroba, mina robi się smutna, masz gorączkę i odpływa z ciebie cała siła. Najpierw odpływa z głowy ( dziecko opuszcza głowę), potem z rąk (opuszcza bezwładnie ręce) i na koniec z nóg (kładzie się). A gdy mama da ci lekarstwo, zaczynasz zdrowieć i wraca siła nóżkom (wstaje), rączkom (podnosi ręce), głowie (podnosi głowę), wraca uśmiech i znów można skakać wysoko hop, hop, do góry (podskakuje).

**8. „Chusteczka do nosa” – przypomnienie zasad poprawnego dmuchania nosa**. Dziecko nabiera powietrza ustami, a wydmuchuje je nosem (raz jedną, raz drugą dziurką). Będą potrzebne chusteczki higieniczne.

**9. „Lekarz i pacjent” – zabawa relaksacyjna**  z rodzeństwem lub rodzicem. Jedna osoba jest pacjentem, druga – lekarzem. „Pacjent” leży na podłodze. Rodzic odtwarza nagranie muzyki relaksacyjnej i spokojnym głosem wymienia nazwy części ciała. „Lekarz” delikatnie masuje „pacjentowi” tę część ciała. Podczas zabawy zamieniamy się rolami. Przykładowa muzyka relaksacyjna dla dzieci poniżej:

<https://www.youtube.com/watch?v=QOYZuDzph9I&t=21s>

**10. „Chory kotek”- teatrzyk inscenizowany sylwetami**. Poniżej wklejam linki z przykładowymi kolorowankami postaci wiersza: kota i lekarza. Zachęcam do wspólnego wykonania teatrzyku w warunkach domowych ☺

<https://www.e-kolorowanki.eu/zwierzeta/kolorowanka-z-kotem/>

<https://www.e-kolorowanki.eu/zawody/smieszny-lekarz-doktor/>

S. Jachowicz- Chory kotek

Pan kotek był chory i leżał w łóżeczku,
I przyszedł pan doktor: „Jak się masz, koteczku”!
— „Źle bardzo...” — i łapkę wyciągnął do niego.
Wziął za puls pan doktor poważnie chorego,
I dziwy mu prawi: — „Zanadto się jadło,
Co gorsza, nie myszki, lecz szynki i sadło;
Źle bardzo... gorączka! źle bardzo, koteczku!
Oj! długo ty, długo poleżysz w łóżeczku,
I nic jeść nie będziesz, kleiczek i basta:
Broń Boże kiełbaski, słoninki lub ciasta!”
— „A myszki nie można? — zapyta koteczek —
Lub z ptaszka małego choć z parę udeczek?"
— „Broń Boże! Pijawki i dieta ścisła!
Od tego pomyślność w leczeniu zawisła”.
I leżał koteczek; kiełbaski i kiszki
Nie tknięte, z daleka pachniały mu myszki.
Patrzcie, jak złe łakomstwo! Kotek przebrał miarę;
Musiał więc nieboraczek srogą ponieść karę.
Tak się i z wami dziateczki stać może;
Od łakomstwa strzeż was Boże!

Inscenizację warto podsumować rozmową:

– Co spotkało kotka?

– Dlaczego zachorował?

 – Co mu dolegało?

 – Co musiał jeść, żeby wyzdrowieć?

– Co najbardziej lubisz jeść? Czy to jest zdrowe?

**11. „Zdrowie na talerzach”- rozmowa przy ilustracji** piramidy żywieniowej**(zał. 1).** Piramidę można wydrukować z Internetu lub po prostu pokazać dzieciom na ekranie komputera, tabletu. Rodzic wyjaśnia system działania piramidy: te części- produkty w piramidzie, które zajmują największą przestrzeń(od dołu) powinny być spożywanie przez nas w największych ilościach i często ponieważ dostarczają najwięcej witamin i składników odżywczych. Nowa piramida żywieniowa zawiera podstawę, którą jest aktywność fizyczna(min. 30 minut dziennie, która jest niezbędna do zachowania zdrowia). Omawiamy każdą część piramidy. Wydrukowany obrazek można pociąć na kawałki i wspólnie ułożyć.

**12. „Zdrowo jem”** – utrwalenie informacji o zdrowym odżywianiu, zaznaczanie na **karcie pracy nr 47** produktów, które sprzyjają zdrowemu stylowi żywienia. Wspólnie z dziećmi zastanawiamy się, co zdrowego można jeść na śniadanie, obiad czy kolację. Dzieci wymieniają nazwy poszczególnych produktów. Następnie przyglądają się ilustracji na karcie pracy. Wymieniają zdrowe produkty, które trzeba zaznaczyć kropką.

**13. „Liczymy czyste ząbki” – zabawa rozwijająca sprawność języka**. Będzie potrzebne niewielkie lusterko. Dziecko przygląda się swoim zębom i dokładnie je liczy. Nie wolno jednak dotykać zębów palcami, każdego zęba trzeba dotknąć językiem. Rozpoczynamy od dolnych zębów z tyłu jamy ustnej, przechodzimy do przodu i kończyny znów na tylnych zębach z drugiej strony buzi. Następnie pionizujemy język i analogicznie liczymy górne zęby.

**14. „Czym myjemy zęby?” – zabawa matematyczna** z wykorzystaniem **karty pracy nr 48** , przeliczanie elementów, porównywanie liczebności zbiorów przez stosowanie zasady łączenia elementów jeden do jednego. Wspólnie z dzieckiem ustalamy, jakie przedmioty są potrzebne do umycia zębów(z wykorzystaniem tych elementów- szczoteczki, pasty, kubeczka na wodę). Następnie dziecko liczy kubki na karcie pracy i samodzielnie łączy jedną szczoteczkę z jednym kubkiem i jedną pastą. Kubek, szczoteczka i pasta w zestawie powinny być w jednym kolorze. Następnie sprawdzamy, ile szczoteczek zostało.