

TEMAT GŁÓWNY: Higiena nosa

TEMAT DNIA: Katar i wirusy

Drogie Sikorki! Dziś porozmawiacie z rodzicami o wirusach i znanym dobrze każdemu katarku. Dlaczego Wasze noski produkują katar? Po co kichamy i dlaczego nie możemy tego powstrzymać? Na te i inne pytania będziecie znali odpowiedź już za chwilę 😊

Na początek poprosimy Waszych rodziców o przeczytanie Wam wiersza „Katar” Jana Brzechwy.

***Podpowiedź dla rodzica : podczas recytowania wiersza głośno i przeciągle akcentuj „a-psik” 😊**

Jan Brzechwa „KATAR”

Spotkał katar Katarzynę – A – psik!
Katarzyna pod pierzynę – A – psik!

Sprowadzono wnet doktora – A – psik!
„Pani jest na katar chora” – A – psik!

Terpentyną grzbiet jej natarł – A – psik!
A po chwili sam miał katar – A – psik!

Poszedł doktor do rejenta – A – psik!
A to właśnie były święta – A – psik!

Stoi flaków pełna micha – A – psik!
A już rejent w michę kicha – A – psik!





Od rejenta poszło dalej – A – psik!
Bo się goście pokichali – A – psik!

Od tych gości ich znów goście – A -psik!
Że dudniło jak na moście – A – psik!

Przed godziną jedenastą – A – psik!
Już kichało całe miasto – A – psik!

Aż zabrakło terpentyny – A – psik!
Z winy jednej Katarzyny – A – psik!

Porozmawiajcie ze swoim dzieckiem o katarze i przeziębieniu.

-  *Po czym poznajemy, że mamy katar?*
-  *Kiedy kichamy?*
-  *Dlaczego nos produkuje „gile”?*
-  *Co to znaczy – zarazić kogoś albo zarazić się?*

- ✚ Jak wirusy wędrują od człowieka do człowieka?
- ✚ Jak powinniśmy kichać, żeby nie zarażać innych?

Tekst do odpowiedzi na pytania poniżej 😊 FAKTY NA TEMAT KATARU

ZDROWY NOS TEŻ MA ŚLUZ

- ✚ Wnętrze nosa wyściela specjalna warstwa komórek (tzw. błona śluzowa), która wydziela śluz.
- ✚ Zadaniem śluzu jest nawilżanie wdychanego powietrza oraz ochrona organizmu (nos oczyszcza powietrze z pyłów, wirusów i bakterii).

KATAR – CHOROBA

- ✚ Katar to potoczna nazwa dla czegoś, co lekarz nazywa nieżytem nosa.
- ✚ Nieżyt nosa powodują najczęściej różne wirusy.
- ✚ W trakcie choroby zwiększa się produkcja śluzu (ma to za zadanie „zmyć” wirusy z nosa – im więcej wirusów, tym więcej kataru).
- ✚ Musimy pamiętać, by czyszcząc nos podczas choroby, wyrzucać zużyte chusteczki i myć ręce, które są pełne wirusów.

KICHANIE

- ✚ Czasem w czasie kataru zdarza się, że nagle kichamy. Nie trzeba się powstrzymywać przed tą reakcją, bo nasz organizm chce pozbyć się tego, co mu przeszkadza i co go drażni.
- ✚ Jednak kichając, możemy kogoś zarażić, bo wirusy wypadają z naszych ust i lecą daleko, daleko razem z powietrzem.
- ✚ Podczas kichnięcia prędkość wydychanego powietrza dochodzi nawet do 160 km/h, czyli wirusy poruszają się wtedy szybciej niż samochód po autostradzie!!!

MAŁY EKSPERYMENT:

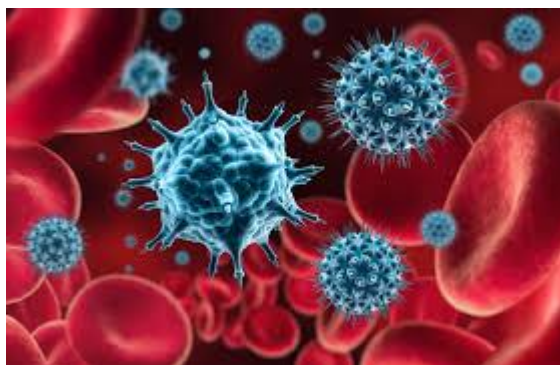
Rodzic daje dziecku drobne skrawki papieru. Prosi, by położyło je na dłoni i zdmuchnęło jak najmocniej. Po tym doświadczeniu dziecko wie, że zarazki z prądem powietrza mogą polecieć dosyć daleko.

Mały poradnik Czyściocha 😊

- ✚ Rodzic modeluje dziecku najlepszy sposób na kichanie – **w zgięciu łokcia**.
- ✚ Jeśli w nosie mamy katar, najlepiej kichać w chusteczkę.
- ✚ Podczas infekcji częściej myjemy ręce, żeby nie rozsiewać zarazków!

PRACA PLASTYCZNA: namalujcie farbami razem na kartce A3 lub A4 własne (niegroźne) wirusy.

A TAK WYGLĄDAJĄ WIRUSY →



Teraz już wiecie dlaczego każdy z nas czasami boryka się z katarą i dlaczego należy często myć ręce podczas choroby (**i nie tylko!**)

Wasze Panie :*