

# Temat : Kąpiel – ważna sprawa

**Sikorki! Dziś poruszymy baaaardzo ważny temat i każdemu dobrze znany i lubiany ☺ KĄPIEL. Zapoznamy się z zasadami dbania o higienę podczas kąpieli. A więc do dzieła Kochane przedszkolaki!**

Na początek ważne informacje i ciekawostki na temat kąpieli. Poproście rodziców, żeby przeczytali wam poniższy tekst. Po przeczytaniu ciekawostek porozmawiajcie o nich. Czy u Was w domach wygląda to podobnie? Były Wam znane wszystkie opisane zasady? A może coś Was zaskoczyło?

- ❖ *Podczas codziennego mycia pamiętajmy o naszej planecie i zasobach czystej wody. Biorąc krótki prysznic zużywamy mniej wody, niż kąpiąc się w wannie. Niezależnie czy preferujemy kąpiel czy prysznic, należy pamiętać o codziennej higienie twarzy, rąk, pupy i krocza.*
- ❖ *Piana, kolorowe płyny, musujące kule i inne tego typu preparaty umilają kąpiel, ale powinniśmy skupić uwagę dzieci na potrzebie mycia się we wszystkich zakamarkach ciała. Pokazujemy dzieciom, że kąpiel to nie tylko dobra zabawa.*
- ❖ *Regularne kąpanie jest ważną częścią nawyków higienicznych. Skóra dziecka jest bardziej wrażliwa niż skóra dorosłego, dlatego dzieci powinny używać do mycia preparatów dopasowanych do ich potrzeb. Przedszkolaki potrzebują rzadszych kąpieli, niż dorośli. Zbyt częste kąpiele mogą zmywać ze skóry warstwę lipidową, co może prowadzić do jej przesuszenia.*
- ❖ *Słowo „szampon” pochodzi od „szampu”, co w języku hinduskim znaczy „masowanie”.*
- ❖ *Dermatolodzy radzą, aby w czasie mycia nie przesadzać z gorącą wodą, chłodniejsza jest lepsza zarówno dla zdrowia, jak i pielęgnacji (także do mycia włosów – letnia woda spowalnia pracę gruczołów łojowych).*
- ❖ *Po kąpieli skórę dokładnie osuszamy, na mokrej skórze szybciej namnażają się bakterie. Skórę suszymy przykładając ręcznik delikatnie do ciała, a nie mocno nim pocierając.*
- ❖ *Jeśli używamy gąbki, ze względów zdrowotnych i higienicznych, ważne jest jej przechowywanie, tak żeby mogła wyschnąć. Każdy domownik powinien mieć własną gąbkę i regularnie ją wymieniać.*
- ❖ *Od najmłodszych lat warto uczyć dzieci zostawiania po sobie porządku w łazience. Odkładamy na miejsce mydło, żel, gąbkę i rozwieszamy ręcznik do wyschnięcia.*

## ❖ ZABAWA: „Jeśli lubię to wstaję!”

Rodzic proponuje dziecku zadanie, które polega na wstawaniu z miejsca, gdy usłyszy się zdania zgodne z tym, co się naprawdę lubi. **Mama, tata podkreśla, że każdy może lubić coś innego, i że jest to naturalne.** Rodzic prosi pociechę, żeby słuchała uważnie i mówi po kolei:

Wstaję jeśli lubię:

- brać prysznic
- kąpać się w wannie
- myć się gąbką
- pluskać się w jeziorze
- zapach mydła
- wycierać się ręcznikiem
- śpiewać w wannie
- bawić się w wodzie
- być czystym

## ❖ Praca plastyczna

### „Projektuję łazienkę”

Podczas tego zadania dziecko staje się prawdziwym projektantem. Otrzymuje kartki z zarysem – planem łazienki (karta pracy w załącznikach, ale rodzic może zrobić sam zarys łazienki na kartce) oraz podstawowe łazienkowe sprzęty (załącznik, ale oczywiście rodzic może zaprezentować swój talent plastyczny rysując sprzęty sam 😊). Jeśli dziecko potrzebuje pomocy przy wycinaniu akcesoriów łazienkowych to pomagamy. Oprócz tego można skorzystać z kolorowego papieru, wycinków z gazet, mazaków. Dziecko samo decyduje, jak będzie wyglądała zaprojektowana przez nie łazienka. Jakie niezbędne do kąpieli produkty i przedmioty się w niej znajdują (mogą je dorysować: mydło, pralka, kosz na brudną bieliznę, szampon, gąbka, lampa, szafka, lustro, prysznic, kran przy wannie itd.).

**Co będzie potrzebne do wykonania łazienki:** karta z narysowanym zarysem łazienki, karta z sprzętami łazienkowymi do wycięcia, kolorowy papier (może być w różne wzory i faktury), wycinki z gazet, mazaki, klej, nożyczki.

**Do dzieła Sikorki!**



## ❖ Praca domowa 😊

Sikorki, dzisiaj zalecamy Wam pracę domową w postaci przyjemnej, relaksującej kąpieli. Nie zapomnijcie porządnie umyć każdej części ciała! Do jutra Czyściochy 😊

P. Aneta i P. Ewa :\*