

PAKIET TEMATYCZNY

Temat: „Bez higieny nie ma zdrowia”

Opracowała: Mariola Borys

CELE:

- Uświadomienie uczniom potrzeby dbania o własne zdrowie i przestrzegania higienicznego stylu życia, szczególnie w czasie epidemii koronawirusa.
- Zapoznanie ucznia ze sposobami dbania o własne zdrowie i utrzymania należytej higieny ciała.
- Kształtowanie umiejętności rozpoznawania czynników chroniących i czynników ryzyka wpływających na zdrowie
- Kształtowanie postawy odpowiedzialności za swoje zdrowie

- I. Wstęp – PIOSENKA pt.: „Higiena”
(<https://www.youtube.com/watch?v=QaFHWfeVI6A>)

Naucz się ją śpiewać, jeśli Ci się spodobała.

- II. ZESTAW ZAGADEK – odgadnij co skrywa treść każdej z nich.
1. Służy do picia, służy do mycia, bez niej na ziemi nie byłoby życia.
 2. Używasz go na co dzień , co dzień w wodzie moczysz. Gdy nim buzię myjesz, trochę szczypie w oczy.
 3. Na nią pastę kładę, gdy ząbki szoruję, a jak się zużyje, inną kupuję.
 4. Obficie się pieni, miętowa lub słodka, pięknie czyści zęby, bez niej na nic szczotka.
 5. Głowę nim polewam, gdy ją myje sobie, tyle piany teraz, że z niej czapkę zrobię.
 6. Co to jest – na pewno wiesz, najeżona jest jak jeż. Lecz nikogo nie kłuje, tylko zęby szoruje.
 7. Jestem w łazience, wycierasz mną ręce.
 8. Na głowie robi porządek. Powinien być zawsze czysty. Chociaż zębów ma rządę, nie bywa u dentysty.

- III. Ruch to zdrowie – ĆWICZENIA RUCHOWE
Poproś kogoś starszego o głośne przeczytanie opowieści rytmicznej pt.: „Turniej rycerski” (zał. 1). Ty w tym czasie, za pomocą ruchu i gestu, staraj się przedstawić treść opowiadania.

IV. WIERSZ – Janiny Gołczowej pt.: „Słowa”.

Przeczytaj głośno wiersz i postaraj się ułożyć na jego podstawie swoją własną rymowankę na temat zdrowego stylu życia i higieny osobistej.

Kiedy ktoś ma brudne ręce i rękami tymi je,
czy powiecie, że to zdrowo, moi drodzy?
Bo ja nie, nie, nie!

Gdy przed grzebieniem zmyka, płacze, że mu włosy rwie,
czy go za to pochwalicie moi drodzy?
Bo ja nie, nie, nie!

Kiedy ktoś nie myje ząbków, szczotki, proszku ani tknie,
potem biega do dentysty, czy wam żal go?
Bo mnie nie, nie, nie!

Komu woda, mydło, szczotka niepotrzebne i nie w smak,
czy nazwiecie go brudasem moi drodzy?
Bo ja tak, tak, tak!”

Może zainspirują Cię przykłady takich rymowanek:

„WODA I MYDŁO TO NAJLEPSZE PACHNIDŁO!”

„KTO SIĘ CHĘTNIE MYJE – JEST RADOSNY, DŁUGO ŻYJE!”

V. KSIĄŻECZKA

1. Utwórz książeczkę dotyczącą zasad higieny wykorzystując rysunki poglądowe – poproś o wydrukowanie dołączonych skanów (zał. 2 – 19. obrazków w pdf).
2. Codziennie pokoloruj jeden obrazek wykorzystując dowolną technikę plastyczną lub zaproś do współpracy rodzeństwo albo kogoś z rodziny.
3. Zaprojektuj stronę tytułową do własnej książeczki i ją wykonaj.
4. Przeczytaj utworzoną przez siebie książeczkę wybranym osobom w domu.
Porozmawiaj z domownikami o przestrzeganiu zasad higieny w Twoim domu.

VI. ZADANIE

Znajdź w encyklopedii lub słowniku języka polskiego wszystkie znaczenia słowa „Higiena”.