

Grupa VI

Temat tygodnia: Dobra kondycja i dobre zdrowie, wszystko Ci o nich przedszkolak opowie.



12.04.2021r.

Temat dnia: W gabinecie lekarskim.

Witamy i zapraszamy do pracy zdalnej. Odwiedzimy dziś różne gabinety lekarskie.

Przypominamy, że 7 kwietnia obchodziliśmy Światowy Dzień Zdrowia.

W związku z tym składamy wszystkim Rodzicom i znajomym Naszych Dzieci pracującym w służbie zdrowia najserdeczniejsze życzenia zdrowia, wytrwałości, trafnych diagnoz, wyrozumiałych pacjentów a nade wszystko pokonania pandemii.

Ćwiczenia dla wszystkich dzieci:

Ćwiczenia z elementami metody W. Sherborne.

— Poznanie własnego ciała: wiercenie dziur w podłodze różnymi częściami ciała; bieg po pokoju z wysokim unoszeniem kolan.

— Wycucie przestrzeni: w siadzie prostym kołysanie na boki, ręce w bok; podskoki wokół

własnej osi na jednej nodze.

— Ćwiczenia w parach: naprzemienne przysiady z trzymaniem rąk partnera.

— Ćwiczenia przeciwko: przesuwanie paczki – próby przesunięcia partnera zwiniętego i leżącego na boku.

Materiał dla 3 latków: Natalia R., Stanisław G., Amelka P., Igor S., Franciszek W., Franek Ś.

1. „Dlaczego chodzę do lekarza?” – rozmowa na temat wizyt u lekarza na podstawie doświadczeń dzieci i opowiadania Renaty Piątkowskiej „Różyczka”.

„Różyczka”

Renata Piątkowska

Jak ja nie lubię chorować. Gdy leżę chory w łóżku, nie mogę bawić się z kolegami. Boli mnie głowa i w ogóle nie mam na nic ochoty ani siły. Dobrze chociaż, że mama poświęca mi wtedy więcej czasu, a wszyscy troszczą się o to, jak się czuję. A kiedy muszę połknąć lekarstwa, mama głaszcze mnie po głowie i mówi:

– Moje biedactwo.

Potem mnie całuje i przytula, i to jest w całym chorowaniu najlepsze.

Teraz też jestem chory, a moja choroba nazywa się dość dziwnie – różyczka. Wolałbym, żeby nazywała się jakoś poważniej, bardziej groźnie. Każdy wolałby chorować na przykład na nożownicę, czy tygrysicę, a nie na różyczkę. Różyczka to nazwa dobra dla dziewczyn. Kto to wymyślił?

– Czemu różyczka, a nie na przykład kaktusik albo tulipanek? – zapytałem mamę.

– Tomku, właściwie to wszystko jedno, jak się choroba nazywa. Ważne jest to, że musisz przez kilka dni zostać w domu. A wiesz, może ta nazwa wzięła się stąd, że osoba chora na różyczkę ma na całym ciele wysypkę, takie różowoczerwone, małe plamki. Można powiedzieć, że jesteś cały obsypany maleńkimi różyczkami – powiedziała mama. Po chwili dodała: – Niestety, nie będziesz mógł przez parę dni chodzić do przedszkola, bo pozarażałbyś inne dzieci. Szkoda – pomyślałem.

– Gdybym tak zaraził wszystkie dzieci w przedszkolu, to wtedy moglibyśmy bawić się ze sobą. Wszyscy mielibyśmy jednakowe plamki, jakby małe różyczki. I gdybyśmy stanęli tak blisko siebie, to byłby z nas cały bukiet róż.

Po kilku dniach spędzonych w domu czułem się już o wiele lepiej i bardzo chciałem spotkać się z kolegami.

– Niestety – powiedziała mama.

– Jak długo masz tę wysypkę, nie możesz bawić się z dziećmi.

Wtedy przypomniałem sobie, że kiedyś zerwałem w ogródku kilka polnych kwiatów, potem położyłem je na stole i zapomniałem o nich. Kwiaty pozbawione wody szybko zwiędły, a rano były już uschnięte. W takim razie – pomyślałem – jeśli pozbawię tę moją wyspę z różyczek wody, to ona uschnie. A ja będę zdrowy. Przez dwa wieczory odmawiałem wejścia do wanny. Nie dałem się namówić nawet na prysznic. Starannie unikałem wody. Myłem tylko ręce i to jedynie wtedy, gdy były bardzo brudne. Kiedy zbudziłem się trzeciego

dnia, z niedowierzaniem obejrzałem swoje ręce, nogi i brzuch. Wszystkie czerwone plamki zniknęły.

– Huraaaaaa! Nie mam wysypki! Huraaaaaaa! Mamo, jestem zdrowy! Zasuszyłem moje różyczki. Zasuszyłem i wyzdrowiałem! – krzyczałem na cały głos.

– Synku – powiedziała mama. – Dzieci zazwyczaj chorują na różyczkę kilka dni. Potem wysypka znika i dzieci wracają do zdrowia. Ty po prostu odchorowałeś już te kilka dni i teraz wyglądasz na to, że jesteś zdrowy.

– Ależ skąd! – zawołałem. – Gdybym się kąpał, to moje różyczki miałyby wodę i rosłyby sobie dalej. Ja je ususzyłem i dlatego jestem zdrowy. To był świetny pomysł, ale dorośli tego i tak nie rozumieją.

– Rzeczywiście, nic nie rozumiem – powiedziała mama. – Martwię się tylko, żebyś po powrocie do przedszkola znowu nie zachorował. Słyszałam, że kilkoro dzieci z twojej grupy choruje na kolejną zakaźną chorobę. Tym razem na świnkę.

– Co takiego? – krzyknąłem. – Na świnkę? Jak ją ususzę? – zapytałem zmartwiony.

Rodzic rozmawia z dzieckiem na temat jego treści.

- Dlaczego chłopiec nie lubił chorować?
- Na jaką chorobę zachorował chłopiec?
- W jaki sposób postanowił pokonać chorobę?
- Na jaką chorobę zakaźną chorowały dzieci w przedszkolu po powrocie chłopca?

2. „U lekarza” – słuchanie i rozmowa na temat wysłuchanego wierszyka Dominiki Damiec.

Idę do lekarza i trochę mnie to przeraża.
Boję się, że będą tam zastrzyki,
że pani doktor będzie niczym potwór dziki,
że już zawsze będę się czuła źle
i że będę musiała pić gorzki syrop – fe!

W gabinecie wszystko się odbywa powoli
i w sumie to już prawie mnie gardło nie boli.
Pani doktor rozmawia z mamą i jest bardzo miła.
Hura! Tylko syrop do picia mi zaleciła.

Nie było tym razem zastrzyków, piję syrop i kaszel z głowy
i się okazało, że smak miał malinowy.

Wiem, mamo, że gdy będę chora następnym razem,
odważniej pójdę do przychodni na spotkanie z lekarzem.

Rodzic rozmawia z dzieckiem na temat wiersza „U lekarza”:

- Gdzie poszła dziewczynka z mamą?
- Czego się bała?
- Jak wyglądała wizyta u lekarza?

- Co dziewczynka musiała zrobić, by wyzdrowieć?
- Czy udało jej się przezwyciężyć własny strach?
- Czy byliście kiedyś u lekarza?
- Jak czuliście się podczas wizyty?
- Dlaczego trzeba chodzić do lekarza?

Dopasuj treść wiersza do ilustracji.



Materiał dla 4 latków: Józio B., Jaś B., Amelia Ch., Filipek Sz., Julian T., Jagoda W., Kalina W., Róża W.

1. Słuchanie opowiadania „Zarazki” Renaty Piątkowskiej.

„Zarazki”

Renata Piątkowska

Ile razy dziennie można myć ręce? Moim zdaniem wystarczy raz – wieczorem, ale dorośli upierają się, że trzeba je myć bez przerwy. Mama byłaby zadowolona, gdybym w ogóle nie wychodził z łazienki i nie wyjmował rąk z umywalki. A ja mam wrażenie, że od tego ciągłego moczenia, mydlenia i tarcia ręcznikiem moje dłonie każdego dnia są trochę mniejsze. Dlatego dzisiaj rano, gdy mama jak zwykle zapytała, czy już się umyłem, pokręciłem przecząco głową i poskarżyłem się:

— Mamo, wczoraj dokładnie, ze wszystkich stron obejrzałem sobie moje ręce. Każdy palec z osobna. Były może nie całkiem czyste, ale za to całkiem duże. A dzisiaj są jakby trochę mniejsze. To na pewno od tego mycia. No a po co myć ręce rano? Przecież przez noc nic nie robiłem, tylko leżałem w łóżku, więc jak mogłem się pobrudzić?

— Synku, ja się wcale nie dziwię, że przed umyciem twoje rączki wydawały ci się troszkę większe. Po prostu wczoraj bawiłeś się w ogrodzie. Dłonie miałeś oblepione błotem i piaskiem. Jak to wszystko zmyłeś, to rzeczywiście zrobiły się mniejsze – powiedziała mama z uśmiechem.

– A rano myjesz się po to, żebyś odświeżony i pachnący zasiadł do śniadania – dodała.

No bo dorosłym zawsze się wydaje, że wszystko wiedzą najlepiej. A przecież sweter mamy skurczył się w praniu, bo mu ciepła woda zaszkodziła. Mydło w mydelniczce też robi się coraz chudsze. Ja tam swoje wiem, ręce od mycia robią się mniejsze i już. Poza tym umywalka jest za duża i wisi za wysoko, woda leci za szybko i na mnie chlapie, mydło jest za śliskie, a ręcznik przy wycieraniu ciągle spada. Ale to wszystko nic, najgorszego dowiedziałem się w przedszkolu. Tuż przed obiadem pani powiedziała:

— Dzieci, umyćcie teraz dokładnie rączki. Pamiętajcie, że zarazki, które tak lubią przyklejać się do brudnych paluszków, wywołują różne choroby. Nie chcecie przecież, żeby bolały was brzuszki, prawda? – Pani mówiła coś jeszcze, ale ja z tego wszystkiego zapamiętałem jedno: mam na rękach jakieś stworzonka. A biorąc pod uwagę, że nie mogę mieć: psa, kota, królika, fretki, chomika i myszy ani w ogóle niczego, co jest owłosione, bo mama jest uczulona na sierść, nie mogę też mieć węża, bo mama nie zmrużyłaby oczu, to chyba nie pozostaje mi nic innego, tylko te zarazki.

— Tatusiu, jak wygląda zarazek? – spytałem po powrocie do domu.

— No... jak by ci to powiedzieć... – zaczął tata i podrapał się po głowie.

– Zarazków nie widać gołym okiem, można je zobaczyć jedynie pod mikroskopem.

Gdy tylko to usłyszałem, natychmiast spuściłem powieki. Ojej – pomyślałem – nigdy nie przyszło mi do głowy, że mam gołe oczy.

— Wtedy widać dokładnie – ciągnął tata – że mają różne kształty. Mogą wyglądać jak pałeczki, spiralki czy kulki. Są tak maleńkie, że gdybyś zrobił ołówkiem kropkę,

to zmieściłyby się na niej setki zarazków.

Ucieszyłem się, że mam ich tak dużo. Co tam jeden pies, ja mam moich stworzonek setki. Ciekawe, czy dałoby się je tak wytresować, żeby warowały pod stołem albo dawały głos.

— Piotrusiu, kolacja gotowa. Umyj rączki i chodź tu do nas! – zawołała mama, a ja z rozpaczą spojrzałem na moje ręce. Wydawało mi się nawet, że spomiędzy palców słyszę cichutkie pochlipywanie. I wtedy właśnie przyszło mi do głowy, że kiedy myję ręce, to te śliczne spiralki i kuleczki wpadają do zlewu, a potem do kanału. Czy takie zarazki lubią się kąpać? Czy potrafią pływać? Czy mydło nie szczypie je w oczka? Jak mam je o to zapytać, skoro ich nawet nie widzę? Ja to mam pecha! Jak już się do mnie przylepiły jakieś nieowłosione stworzonka, to nie mogę sobie ich zatrzymać.

— Nie martwcie się, maleństwa – szepnąłem i pobiegłem do ogrodu. Tam otarłem kilka razy ręce o trawę.

— No, idźcie sobie pobiegać – poradziłem. – Macie tu świeże powietrze i dużo miejsca, a tam w rogu jest huśtawka – dodałem. Potem otrzepałem dokładnie ręce, żeby zrzucić na trawę ostatnie leniwe pałeczki. Byłem z siebie bardzo zadowolony. Teraz już mogłem spokojnie umyć ręce, bo moi przyjaciele byli bezpieczni.

Oczywiście po kolacji powiedziałem im z balkonu „dobranoc”, a potem na zakończenie tak udanego dnia wymyśliłem nową, chyba najładniejszą bajkę o krasnoludkach.

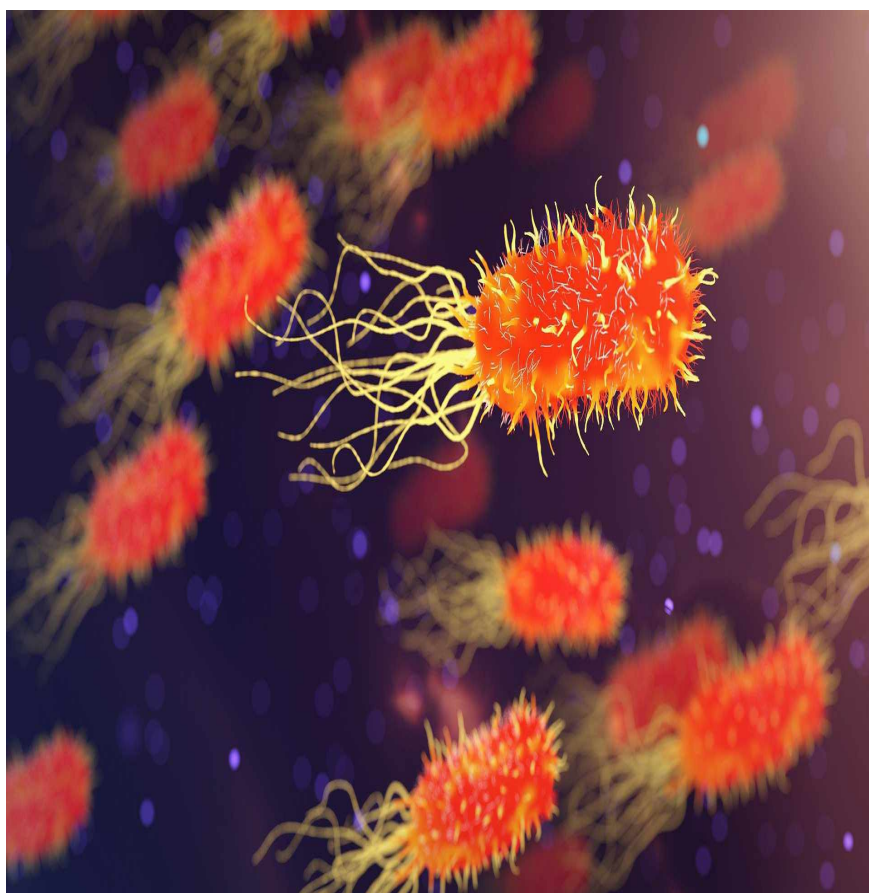
Był sobie raz stary król, który miał wielkie królestwo, zamek i ukochaną córkę. Lubił myśleć o niej, że jest mądra i piękna, choć naprawdę nigdy jej nie widział, bo jego jedyna córka była niewidzialna. Mógł z nią rozmawiać, słuchać, jak śpiewa, widział odciski jej stóp na piasku, patrzył, jak otwierają się drzwi, gdy wchodziła do komnaty, a potem same się zamykają, czuł jej zapach, ale choć wyteżał wzrok, nie widział nikogo obok siebie. Wiedział, że jest wesoła, że ma dobre serce, ale martwiło go, że czuje się bardzo samotna. Żaden rycerz nie chciał mieć takiej niewidzialnej żony i stary król niepokoił się, komu przekaze królestwo. Aż pewnego dnia, gdy królowna jak zwykle śpiewała w ogrodzie, nagle do jej głosu dołączył się dźwięk fletu. Zdziwiona rozejrzała się dookoła, ale nikogo nie zobaczyła. Tylko tuż obok niej unosił się w powietrzu pozłacany flet. Okazało się, że jej piosenkę od dawna przysłuchiwał się młody królewicz, syn króla z sąsiedniego królestwa. Młodzieniec ten miał wielu starszych braci, silnych i dzielnych. Każdy mógł ich zobaczyć, jak pędzą na spienionych koniach lub jak wspaniale władają mieczem. Niestety, najmłodszy z królewskich synów potrafił pięknie mówić i grać na pozłacanym flecie, ale był niewidzialny. Z czasem wszyscy na zamku zapomnieli o jego istnieniu. Chętnie więc zakradał się do ogrodu niewidzialnej jak on królowny i słuchał jej śpiewu. Młody królewicz i królowna nie musieli się wcale widzieć, żeby się w sobie zakochać. Trzymając się za niewidzialne ręce, biegali po zamku i wymyślali różne psoty. Sypali sól do cukierniczek, malowali śpiącym dworzanom nosy na niebiesko, chowali królowi koronę i zrywali w ogrodzie kwiaty w chwili, gdy ogrodnik już pochylał się nad nimi. Wkrótce stali się nierozłączni i stary król musiał wyprawić wesele tej niewidzialnej parze. Choć nikt ich nie mógł dostrzec, rządzą długo i sprawiedliwie, a z czasem w zamku pojawiło się wiele niewidzialnych dzieci. Tak jak ich rodzice były mądre, skore do zabawy, a niektóre odrobinę złośliwe. Ale wszystkie, bez wyjątku, były niewielkiego wzrostu. Żyją sobie do dzisiaj. Chodzą po świecie w czerwonych kubraczkach i choć ich nie widzimy, dobrze wiemy, że są. Ktoś kiedyś nazwał je „krasnoludkami” i tak już zostało.

Rozmowa z dziećmi o tym, czym są zarazki. Rodzic zadaje dzieciom pytania:

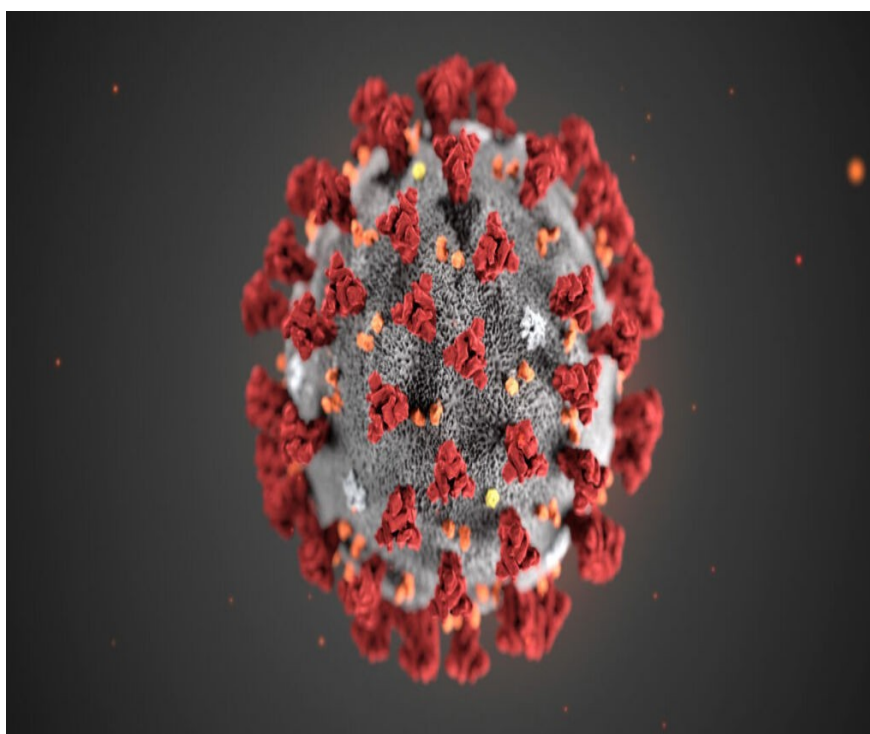
- Jak chronić się przed zarazkami? (sposoby na zasłanianie nosa, ust, podawanie rąk, higiena uszu, zębów, włosów, stóp, ciała)
- Dlaczego chorujemy?
- Co może powodować choroby?

2. „Bakterie, wirusy, grzyby” – zajęcia techniczne poszerzające wiedzę dzieci na temat bakterii, wirusów i grzybów. Dzieci tworzą model bakterii lub wirusów z plasteliny na podstawie zdjęć.

Bakterie.



Wirusy



Grzyby



Materiał dla 5 i 6 latków: Helenka K., Kuba L., Kuba K., Andrzej S., Sasza C., Ignacy Ch., Kacper K., Ola L., Eryk P., Tymoteusz Ś., Dawid Ch., Iga Cz.

1. W gabinecie lekarskim. - Rozmowa na temat wyposażenia gabinetu lekarskiego i właściwego zachowania się podczas wizyty u lekarza.

Rodzicu poinformuj dziecko tym, że to Ty wcześniej ustalasz wizytę u lekarza. Opowiedz o pracy pielęgniarki w przychodni. Omów przebieg wizyty, podczas której np. pielęgniarka dokonała pomiaru wzrostu i wagi dziecka. Zwróć uwagę i wyjaśnij dziecku dlaczego jest to ważne.

2. „Kącik lekarski” – zabawa tematyczna.

Jeżeli dziecko posiada zestaw lekarski do zabawy to możecie urządzić kącik lekarski.

Podczas zabawy z dzieckiem, Rodzicu odgrywaj rolę opiekunów chorych lub rolę lekarza. Dzieci opiekujące się chorym (lalką, misiem, pajacykiem) przychodzą z nim do lekarza i opisują objawy choroby. Lekarz ustala, co dolega choremu: bada go i zaleca lekarstwa oraz ich dawkowanie. Opiekun – dziecko, troszczy się o chorego w domu. Zabawa trwa tak długo, aż wszyscy uczestnicy będą miały możliwość odegrania roli opiekuna chorego i lekarza.



- Do zabawy możecie wykorzystać swoje doświadczenie oraz poniższe informacje:

Rodzic opowiada dzieciom: zawsze kiedy przyjdziecie z rodzicami z wizytą do lekarza, usłyszycie pytania:

Co dziecku dolega?

Na co się skarży?

Czy dziecko gorączkuje?

Następnie lekarz osłuchuje was, przykładając słuchawki, czyli stetoskop, do klatki piersiowej i pleców. Słucha, jak bije serce, w jaki sposób powietrze wdychane przez was dociera do płuc. Dzieci przykładają dłonie do serca, szukają tętna na nadgarstku. W ciszy wsłuchują się w rytmiczne uderzenia.

- Co może nas boleć i jak to powiedzieć?

Rodzicu pomóż dziecku określić rodzaj bólu różnych części ciała. Podaj, co może boleć i w jaki sposób można to wyjaśnić rodzicom lub lekarzowi np.:

- ogólne objawy: podczas kaszlu czasami pojawia się ból w klatce piersiowej, kłucie w sercu, pieczenie w gardle, nie można przełknąć śliny,
- głowa: może szumieć w głowie, boleć w jakiejś części, kręcić się w głowie, ciężyć,
- brzuch: mogą wystąpić mdłości, kłucie w boku, ból w okolicy pępka, pojawia się biegunka lub zaparcia,
- skóra: swędzi, piecze, szczypie, pojawiają się krostki, zaczerwienienie.

3. „Ada opowiada” – posłuchajcie opowiadania. Gdy wrócicie do przedszkola ułożymy makiety do tego opowiadania z Waszych Wyprawek.

Dziś jest wyjątkowy dzień. Ada nie idzie do przedszkola, bo ma wyznaczoną wizytę w gabinecie lekarskim. Razem z tatą odwiedzi lekarza pediatrę. Wszystkie dzieci z grupy Ady mają obowiązkowe badania lekarskie. Trzeba sprawdzić, czy starszaki są zdrowe i mogą po wakacjach iść do szkoły. Gdy tylko dziewczynka weszła do gabinetu, pani pielęgniarka zważyła ją na wadze lekarskiej i zmierzyła jej wzrost. Potem pani doktor wzięła tablicę do badania wzroku i sprawdziła, czy Ada dobrze widzi. Dziewczynka bardzo się zdziwiła, gdy pani doktor posadziła ją na krześle, stanęła za nią z tyłu i szeptem zaczęła opowiadać bajkę. Okazało się, że było to badanie słuchu. Ada usłyszała całą historię. Potem pani pielęgniarka poprosiła Adę, żeby dziewczynka wrzuciła małą piłeczkę do koszyczka, a dużą piłkę kopnęła do namalowanej na ścianie bramki. To badanie miało wykazać, czy Ada jest praworęczna czy leworęczna. Teraz Ada wie, po której stronie ławki powinna usiąść w szkole, żeby jej nikt nie przeszkadzał w rysowaniu i pisaniu. Na koniec wizyty pani doktor rozmawiała z dziewczynką i z jej tatą na temat ulubionych zajęć Ady. Całe badanie nic a nic nie bolało. Okazało się, że Ada jest zdrowa i może pójść do szkoły. Pani doktor pochwaliła dziewczynkę, że dużo czasu spędza na powietrzu i nie objada się słodyczami.

Rozmowa na temat opowiadania:

- Dlaczego Ada wybierała się z tatą do lekarza pediatry?
- Jakie badania zrobiono Adzie?
- Jakie sprzęty do badań widziała Ada w gabinecie lekarskim?
- Kto z was był już na takim badaniu?
- Jakie badania przeprowadzono wam w gabinecie lekarskim?
- Jak myślicie, dlaczego sześciolletnim dzieciom robi się takie badania?

4. Waga i ważenie – zabawa dydaktyczna.

Swobodne wypowiedzi dzieci na określony temat.

Rodzic zachęca dzieci do swobodnych wypowiedzi na temat wykorzystania wagi.

Zachęca do odpowiedzi na pytanie:

Gdzie możemy się zważyć? Dzieci wymieniają: w domu, w gabinecie lekarskim.

Rodzic pokazuje wagę łazienkową i prosi, aby dziecko zważyło się. Możemy zważyć wszystkich domowników i zapisać wyniki na kartce. Na podstawie notatek Rodzic ustala z dzieckiem, kto z nich jest najcięższy, a kto najlżejszy.

Rodzic zapoznaje dzieci z różnymi rodzajami wag, prezentując np. wagę szalkową, łazienkową, kuchenną itd. (realne modele i część ilustracji wag). Dzieci oglądają wagi i wypowiadają się na temat tego, czy widziały już takie wagi i gdzie.

Zachęca dzieci do rozmowy, zadając pytania:

- Czy tylko ludzie się ważą?
- W jakich sytuacjach potrzebna jest waga?



5. Ważymy zabawki – konstruowanie wagi.

Należy przygotować: prosty patyk o długości około 30 cm (listewka), dwie takie same torebki foliowe (przezroczyste), taśmę samoprzylepną, sznurowadło oraz kilka przedmiotów, które będziecie ważyć.

Rodzic wyjaśnia, jak będą dzieci robić wagę np.:

– Dzisiaj zrobimy wagę i będziemy ważyć zabawki. Będę pokazywać i mówić, jak się robi wagę, a ty zrobisz to samo. Dziecko trzyma patyk, a Rodzic przygotowuje torebki i pomaga je umocować.

- Aby na tej wadze można było ważyć, trzeba zrobić uchwyt. Najpierw znajdźcie środek patyka. Można zrobić to tak. (Rodzic pokazuje: kładzie patyk na palcu i przesuwając go do momentu uzyskania równowagi). W tym miejscu przymocujemy sznurowadło i waga będzie gotowa.

Ważenie zabawek. Rodzic z dzieckiem tworzą parę.

Każda para bierze dwa rodzaje odważników, np. cięższe i lżejsze. Rodzic ustala z dzieckiem zasady ważenia: np. Rodzic trzyma wagę za sznurowadło, a dziecko waży zabawki zgodnie z instrukcją.

Niech każdy z was wybierze zabawkę. Włóżcie ją do jednej torebki foliowej. Popatrzcie na ramiona wagi. Włóżcie do drugiej torebki foliowej tyle klocków, aby ramiona wagi były ustawione równo.

Uczestnicy w parach ustalają, ile waży zabawka (np. pięć klocków). Po wykonaniu ćwiczeń następuje zmiana w parach.

6. Wykonajcie Karty Pracy (K.P.4. s. 18 z. 1)

Co jest cięższe, a co lżejsze? – określanie ciężaru. (K.P.4. s 18 z. 2)