

Kąpiel

Wprowadzenie teoretyczne dla nauczyciela

Scenariusz zajęć dotyczący kąpieli podzielony został na 4 bloki, w każdym z nich nauczyciel może realizować zaproponowane pomysły dydaktyczne, wplatając je w plan dnia grupy przedszkolnej. Zajęcia dzieli się wtedy na jednostki czasowe dostosowane do wieku i potrzeb dzieci. Cały blok dydaktyczny to 45 minut różnorodnych aktywności przewidzianych do zrealizowania w ciągu jednego przedszkolnego dnia.

W trakcie przeprowadzania zajęć nauczyciel przekazuje dzieciom najważniejsze zasady dotyczące kąpieli zawarte w niniejszym wprowadzeniu.

Cele szczegółowe określone zostały w każdym z bloków.

Jeśli przedszkole otrzymało pakiet startowy z planszą edukacyjną „Higiena wygrywa” oraz „Dzienniczkami higieny”, warto je wykorzystać w trakcie zajęć. Po każdym zrealizowanym bloku, nauczyciel wręcza dziecku naklejkę potwierdzającą udział w zajęciach. Przedszkolak wkleja ją do swojego dzienniczka i w ten sposób może śledzić postęp w nauce samodzielnej higieny. Scenariusz można realizować także bez tych materiałów.

 Scenariusz zawiera specjalne zadanie plastyczne. Zdjęcie prac przygotowanych przez dzieci mogą stanowić zgłoszenie w Konkursie Czyściochowe Przedszkole (szczegółowe informacje dotyczące konkursu znajdują się na stronie www.czysciochowo.pl).

Cele ogólne dla całego scenariusza

- zapoznanie z zasadami dbania o higienę osobistą podczas kąpieli
 - jakie przybory i produkty są niezbędne
 - jak należy się myć
- zapoznanie z zasadami mycia włosów
- kształtowanie umiejętności dbania o higienę osobistą
- kształtowanie umiejętności dbania o porządek w łazience



Informacje pomocne do przeprowadzenia zajęć edukacyjnych

- 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 kąpiei, niż dorośli. Zbyt częste kąpiele mogą zmywać ze skóry warstwę lipidową, co może prowadzić do jej przesuszenia.
- 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 kąpeli 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.
- W obrębie twarzy i skóry głowy u części dzieci występuje nadwrażliwość na bodźce dotykowe. Dzieci te niechętnie myją głowę. Obawiają się, że woda i szampon dostanie się do oczu. Oswajając dziecko z myciem głowy, stopniowo i z wyczuciem, pozwalamy mu na samodzielność w tej dziedzinie (dopasowaną do wieku). Dziecko samo lepiej dopasuje rodzaj przyjemnego dla niego dotyku.
- Słowo „szampon” pochodzi od „szampu”, co w języku hinduskim znaczy „masowanie”.
- Częstotliwość mycia głowy zależy od naszych indywidualnych potrzeb i preferencji. Jeśli nie ma konieczności, dzieciom w wieku przedszkolnym myjemy głowę raz w tygodniu.
- Od najmłodszych lat warto uczyć dzieci zostawiania po sobie porządku w łazience. Odkładamy na miejsce mydło, żel, gąbkę i rozwieszamy ręcznik do wyschnięcia.

Legenda

Czas trwania zajęć

Metody pracy



5 min



dyskusja



czytanie



10 min



indywidualnie



eksperyment



15 min



na forum



muzyka



20 min



w grupach



praca plastyczna



zabawa ruchowa



praca na konkurs



TEMAT: **Kąpiel**

Blok 1: Kto śpiewa w wannie?



Cele szczegółowe

Dziecko wie, jakie przedmioty są potrzebne podczas kąpieli.

Dziecko wie, dlaczego należy dokładnie myć ciało codziennie.

Dziecko wie, jakie sprzęty znajdują się w łazience.

Grupa wiekowa

3–4 i 5–6 lat

Czas zajęć

45 min (podzielone na 2 lub 3 jednostki edukacyjne realizowane jednego dnia)

Potrzebne materiały

karta A, B (wydrukowane na sztywnym papierze), C, F; kolorowy papier w różne wzory i faktury, wycinki z gazet, mazaki, klej, nożyczki

PRZEBIEG ZAJĘĆ

Wszyscy ci, którzy lubią...

Nauczyciel proponuje dzieciom zadanie, które polega na wstawianiu z miejsca, gdy usłyszysz zdania zgodne z tym, co się naprawdę lubi. Podkreśla się, że każdy może lubić coś innego, i że jest to naturalne. Nauczyciel prosi, żeby dzieci słuchały uważnie i mówi po kolei:

Wstają ci, którzy lubią:

- 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



Rudka śpiewa w wannie

Nauczyciel pyta dzieci, jak myślą, jaki będzie temat zajęć. Dzieci podają swoje pomysły, następnie nauczyciel czyta im opowiadanie: „Rudka śpiewa w wannie”.



- karta F



Sprawdź, czy historia jest już dostępna w wersji animowanej na stronie www.czysciochowo.pl



PRZEBIEG ZAJĘĆ

POMOCE

Kąpiel – poważna sprawa

Nauczyciel rozmawia z dziećmi na temat kąpieli/mycia ciała, które może być fajną zabawą, ale należy pamiętać o najważniejszym – dokładnym umyciu się. Nauczyciel zadaje pytania dotyczące treści zawartych w opowiadaniu, np.



1. Jaki błąd popełniła Rudka podczas kąpieli?
2. Gdzie najchętniej ukrywają się Pociaki Smrodziaki?
3. Co by się stało, gdyby Gąbucha nie pomogła Rudce?
4. Co oprócz Gąbuchy było potrzebne do mycia?



Jeśli grupa dysponuje planszą edukacyjną „Higiena wygrywa”, nauczyciel prosi dzieci, by odszukały na niej bohaterów historii.

Projektuję łazienkę

Podczas tego zadania dzieci stają się prawdziwymi projektantami. Otrzymują kartki z zarysem – planem łazienki (karta A) oraz podstawowe łazienkowe sprzęty (karta B) – dla młodszych dzieci – już wycięte przez nauczyciela. Oprócz tego korzystają z kolorowego papieru w różne wzory i faktury, wycinków z gazet, mazaków. Same decydują, 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.).



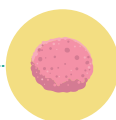
- karta A
- karta B
- kolorowy papier w różne wzory i faktury
- wycinki z gazet
- mazaki
- klej
- nożyczki



Zaśpiewajmy z Rudką

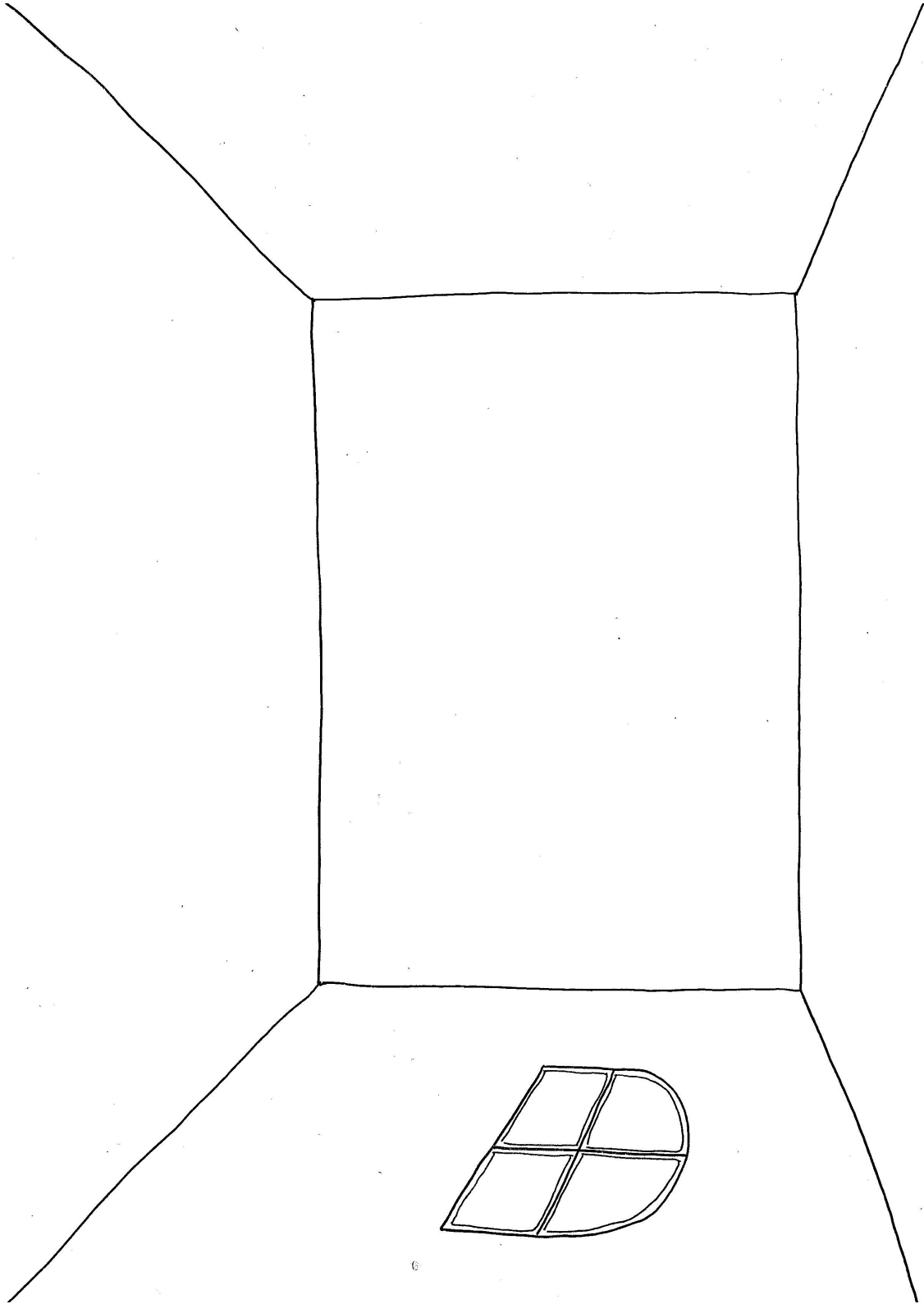
Nauczyciel uczy dzieci śpiewać piosenkę

- karta C

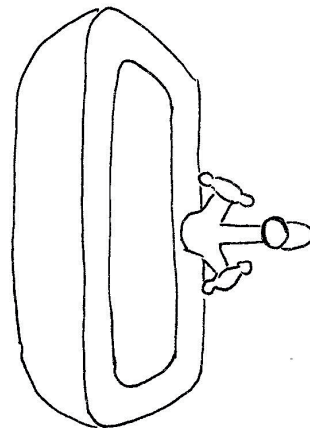
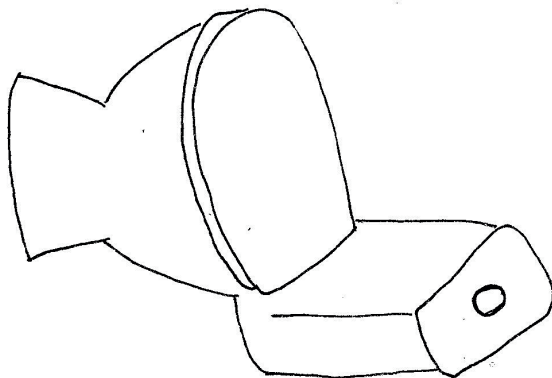
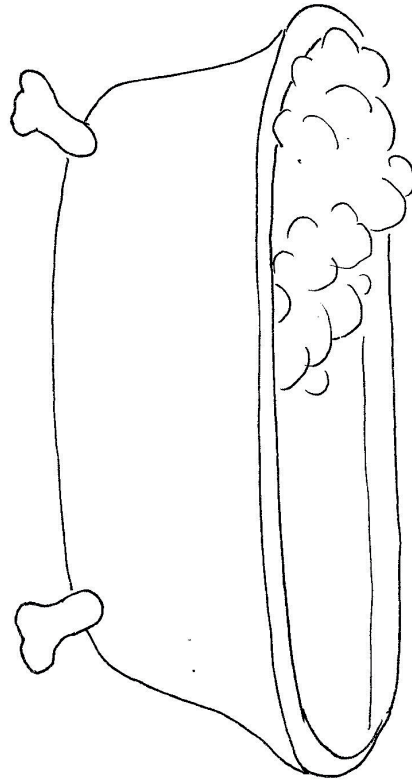
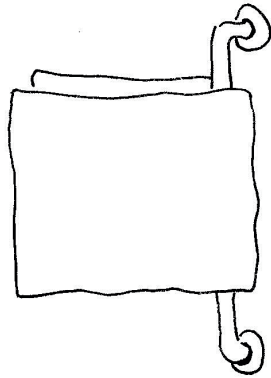


Rozdanie naklejek
za udział w zajęciach





Karta B





Higiena wygrywa

Wskocz do wanny – brud ucieka!
Chwytaj gąbkę i nie czekaj
Gdzie jest mydło do kąpieli?
Ważne byśmy też je wzięli
I od pięty aż po głowę
Poprzez nogi, pupę, barki
Oraz wszystkie zakamarki
Namydlili całe ciało
I spłukali też je śmiało
A od stopy aż po uszy
Teraz trzeba się wysuszyć
Chwycić ręcznik kąpielowy
I wycierać się od głowy.
Potem ręce, szyja, barki
Aż na plecach małe ciarki.
Krok po kroku całe ciało
Walkę z brudem dziś wygrało!



TEMAT: **Kąpiel**

Blok 2: Pociaki Smrodziaki chowają się w zakamarkach



Cele szczegółowe

Dziecko potrafi nazywać części ciała.

Dziecko wie, że trzeba dokładnie myć wszystkie części ciała.

Dziecko wie, że mydło i piana są potrzebne do mycia.

Grupa wiekowa

3–4 i 5–6 lat

Czas zajęć

45 min (podzielone na 2 lub 3 jednostki edukacyjne realizowane jednego dnia)

Potrzebne materiały

kubki (albo słoiki), słomki, mydło w płynie, farby, kartki z bloku technicznego

PRZEBIEG ZAJĘĆ

Części mojego ciała – to nie taka prosta sprawa

Nauczyciel siada z dziećmi w kręgu. Razem przypominają sobie nazwy części ciała razem ze wskazaniem. Ważne, żeby pojawiły się również te trudniejsze, rzadziej używane nazwy np. brwi, nadgarstki, biodra itd.

Następna część zabawy polega na tym, że poszczególne części ciała się ze sobą witają. Dzieci w parach na hasło podawane przez nauczyciela dotykają się np. kolanami, stopami, plecami itd.



Pociaki Smrodziaki chowają się w zakamarkach

Nauczyciel rozpoczyna dyskusję od pytania: co to są zakamarki. Daje jednemu dziecku polecenie, aby zajrzało do ukrytego miejsca w sali, np. za szafkę, pod dywan.

Nauczyciel rozmawia z dziećmi, jak ważne jest mycie się we wszystkich zakamarkach, np. pod pachami, za uszami, między palcami od nóg itd. Ważna jest też higiena intymna i samodzielne umycie codziennie pupy oraz krocza.

Tłumaczy dzieciom, że w bardziej ukrytych miejscach, człowiek łatwiej się poci. Lubią się tam gromadzić bakterie. Skóra może piec lub swędzieć, a nasze ciało mieć nieprzyjemny zapach.



Jeśli grupa dysponuje planszą edukacyjną „Higiena wygrywa” nauczyciel przypomina dzieciom postać Pociaka Smrodziaka.



PRZEBIEG ZAJĘĆ

POMOCE



A ja zawsze myję stopy, brzuch i szyję

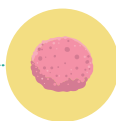
Dzieci siedzą w kręgu. Nauczyciel jednemu z nich szepcze na ucho zdanie: „Pokaż, że myjesz stopy”. Dziecko za pomocą pantomimy pokazuje tę czynność. Reszta grupy zgaduje. W ten sposób zadanie przebiega dalej, nauczyciel prosi kolejne dzieci, aby pokazywały czynność mycia pozostałych części ciała.



Kolorowa piana staje się malarzem

Nauczyciel przypomina dzieciom, że mydło i piana podczas kąpieli to nasi pomocnicy w zmaganiach z Pociakami Smrodziakami. Następnie nauczyciel rozdaje dzieciom kubki z wodą i odrobiną mydła w płynie oraz słomki. Dzieci dmuchają do kubków, tworząc pianę. Następnie nauczyciel dodaje odrobinę farbki do kubków – do każdego inny kolor, tak, aby przy każdym stoliku był różnobarwny zestaw. Dzieci dostają kartki z bloku technicznego i za pomocą słomek i palców przenoszą na nie pianę, tworząc kolorowe, fantazyjne kompozycje. Na koniec wszyscy sprzątają, wycierają stoliki i myją dokładnie ręce.

- kubki albo stoiki
- słomki
- mydło w płynie
- farby
- kartki z bloku technicznego



Rozdanie naklejek
za udział w zajęciach



TEMAT: **Kąpiel**

Blok 3: U przedszkolnego fryzjera

Cele szczegółowe

Dziecko wie, dlaczego należy myć włosy

Dziecko wie, jak umyć włosy, aby woda nie dostała się do oczu



Grupa wiekowa

3–4 i 5–6 lat

Czas zajęć

45 min (podzielone na 2 lub 3 jednostki edukacyjne realizowane jednego dnia)

Potrzebne materiały

karta D; lalki z włosami, miski, szampon, ręczniki, woda; butelka od szamponu; nożyczki, kawałki wólczyki w różnych kolorach i o różnej grubości, klej

PRZEBIEG ZAJĘĆ

Myjemy włosy. Czyje? Lalki.

Nauczyciel rozmawia z dziećmi na temat mycia włosów. Wyjaśnia, że trzeba to robić z tych samych powodów, dla których bierzemy kąpiel. Włosów nie musimy jednak myć codziennie.

Nauczyciel pyta dzieci, czy lubią myć włosy i prosi, żeby opowiedziały o swoich doświadczeniach, np. jak radzą sobie z ochroną twarzy, oczu.

Nauczyciel proponuje, by umyć włosy lalce. Można to zrobić w przedszkolnej łazience lub misce z wodą w sali (starsze dzieci pracują w grupach). Dzieci ustalają, co będzie potrzebne: woda, ręcznik, szampon. Myją lalce włosy tak, by nie zmoczyć za bardzo jej buzi.

Na koniec nauczyciel proponuje, by wytrzeć lalce także uszy. Wystarczy użyć ręcznika i delikatnie przetrzeć ucho, by osuszyć resztki wody.



POMOCE

- lalki z włosami
- miski
- szampon
- ręczniki
- woda



Szamponem zabawa

Dzieci poruszają się po sali w rytm muzyki, podając sobie z ręki do ręki butelkę od szamponu. Gdy muzyka milknie, osoba trzymająca w danej chwili szampon, krzyczy: *czyste włosy*.



- butelka od szamponu



PRZEBIEG ZAJĘĆ



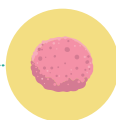
U przedszkolnego fryzjera

Dzieci otrzymują wycięte z papieru postacie, ich zadaniem jest doklejenie włosów z włóczki. Same dobierają kolory oraz tworzą dowolną fryzurę na głowie swojej postaci – jeśli jest taka potrzeba przycinają ją nożyczkami.

Na koniec dzieci siadają w kręgu, pokazują stworzoną przez siebie postać i mówią, jakie nadały jej imię. Starsze dzieci możemy dodatkowo zachęcić do opowiedzenia paru słów o wymyślonej postaci.

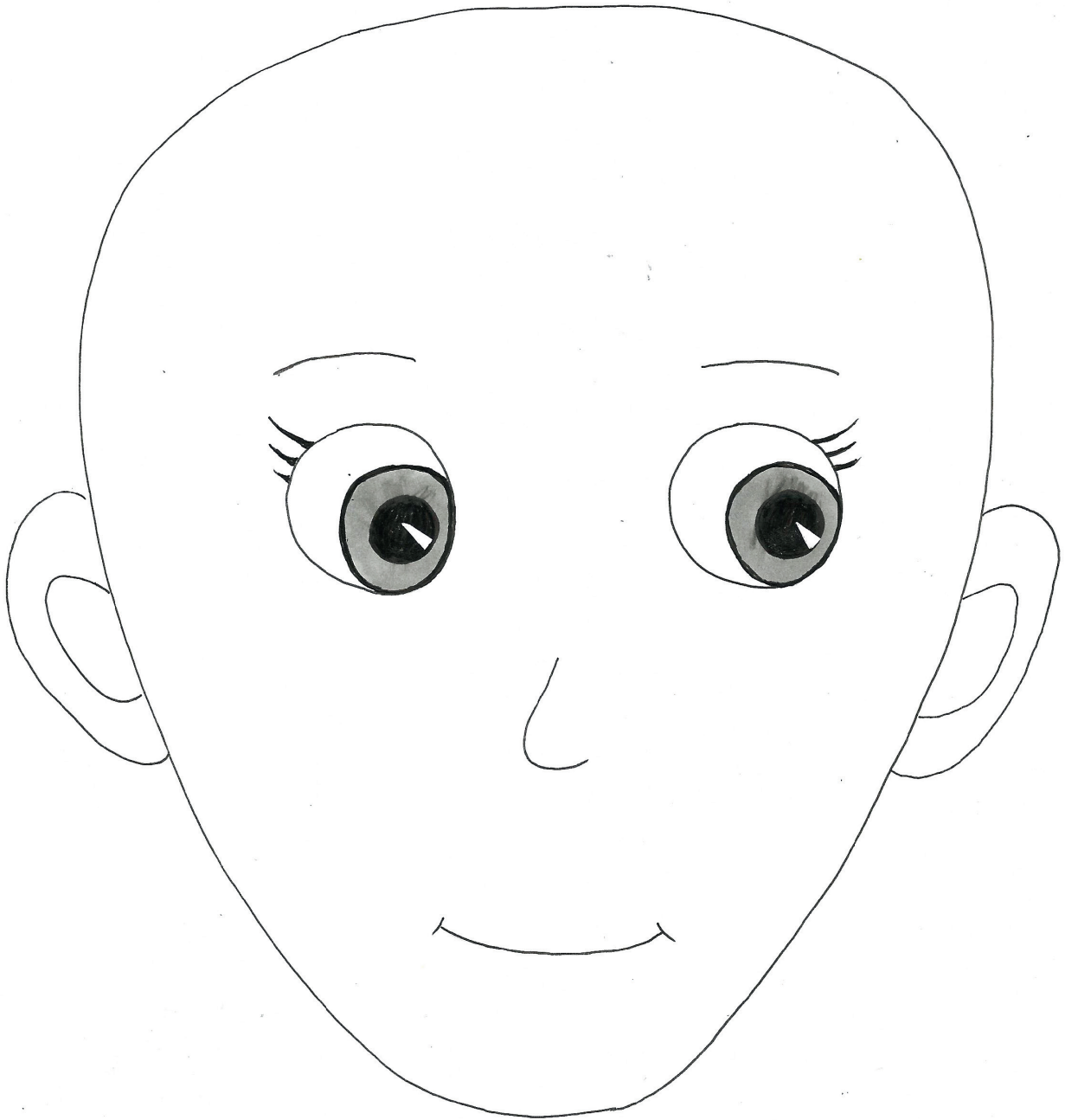
POMOCE

- karta D
- nożyczki
- kawałki włóczki w różnych kolorach i o różnej grubości
- klej



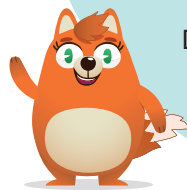
Rozdanie naklejek
za udział w zajęciach





TEMAT: **Kąpiel**

Blok 4: Gąbucha Spryčiuha, kto to taki?



Cele szczegółowe

Dziecko wie, jak używać gąbki do skutecznego mycia i o nią odpowiednio dbać.

Dziecko wie, jak jeszcze kreatywnie wykorzystać gąbkę do zabawy.

Grupa wiekowa	Czas zajęć	Potrzebne materiały
3–4 i 5–6 lat	45 min (podzielone na 2 lub 3 jednostki edukacyjne realizowane jednego dnia)	karta E; małe gąbki (zmywaki kuchenne); większe gąbki, ręczniki, szczypce do wyciągania ogórków, karty przygotowane przez nauczyciela z różną liczbą dużych kropek (dla młodszych dzieci) i cyframi (dla starszych dzieci), nożyczki, farby akrylowe w tubkach, spodeczki, czarne kartki z bloku technicznego

PRZEBIEG ZAJĘĆ

Jak „mydło” i „gąbka” brzmi w różnych językach?

Nauczyciel czyta dzieciom, jak brzmi „mydło” i „gąbka” w różnych językach. Zachęca dzieci do powtarzania słów. Na koniec pyta, jakie słowo najbardziej im się spodobało. Następnie nauczyciel rozmawia z dziećmi o różnych rodzajach gąbek i środkach myjących (mydła, żele, pianki, musy, sól do kąpieli, kule musujące itd.). Podkreśla, że ważne jest dokładne mycie ciała we wszystkich zakamarkach i używanie tylko swojej gąbki oraz przechowywanie jej tak, aby mogła dobrze wyschnąć. W ten sam sposób powinniśmy zadbać o własny ręcznik, którym dokładnie wycieramy całe ciało. Powinien on zostać odwieszony na wieszak, aby mógł dobrze wyschnąć.



- karta E



Głasku, głasku, brud w potrzasku

Dzieci na parę dostają dwie gąbki. Podciągają rękawy. Jedno dziecko wykonuje drugiemu delikatny masaż, pocierając gąbką w różny sposób dłonie i przedramiona. Nauczyciel przypomina, jak ważne podczas kąpieli jest dokładne mycie za pomocą gąbki. Masażowi towarzyszy wierszyk:

Szuru, szuru
gąbka rządzi!
Myju, myju,
brud przepędzi!
Chlapu, chlapu,
cd. na następnej stronie



- małe gąbki



PRZEBIEG ZAJĘĆ

POMOCE

cd.

myję wszędzie!

Kapu, kapu, czysto będzie!

Głaaaskuuu, głaaaskuu,

Brud w potrzasku!



Gąbucha Spryciucha, kto to taki?

Nauczyciel przygotowuje zadanie metodą stacji. Dzieci poruszają się po sali w małych grupach realizując zadania z kolejnych stacji.

1. W pojemniku znajduje się dużo gąbek. Obok stoi pusty pojemnik. Dzieci za pomocą drewnianych szczypiec wyjmują tyle gąbek, ile ich jest na wylosowanej karcie.
2. Na dywanie leży sterta gąbek – dzieci tworzą z nich dowolne budowle.
3. Dzieci mają za zadanie ułożyć z gąbek jak najwyższą wieżę.
4. Na stanowisku leżą duże gąbki i ręczniki. Dzieci udają, że myją się dokładnie gąbką i wycierają ręcznikiem (w ubraniu).
5. Rzut gąbką do celu. Puste pudełko – cel ustawiony jest w niedalekiej odległości. Każdy oddaje po 3 rzuty.

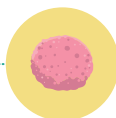
- małe gąbki (zmywaki kuchenne)
- większe gąbki
- ręczniki
- szczypce do wyciągania ogórków
- karty przygotowane przez nauczyciela z różną liczbą dużych kropek (dla młodszych dzieci) i cyframi (dla starszych dzieci)



Gąbka maluje różne wzory i kolory

Nauczyciel przygotowuje wcześniej gąbkowe stemple – wycina z gąbki trójkąty, kwadraty, koła, serca. Dzieci maczają stemple w niewielkiej ilości farby na spodeczkach i wykonują dowolne barwne kompozycje na swoich kartkach.

- gąbki
- nożyczki
- farby akrylowe w tubkach
- spodeczki
- czarne kartki z bloku technicznego



Rozdanie naklejek
za udział w zajęciach





Mydło w różnych językach

angielski: **soap** (*sōp*)

arabski: صابون (*sābūn*)

chiński standardowy: 肥皂 (*féizào*)

czeski: **mýdlo** (*ˈmidwo*)

esperanto: **sapo**

francuski: **savon** (*sawą*)

hawajski: **ke kopa**

holenderski: **zeep** (*zip*)

litewski: **muilas** (*mujlas*)

węgierski: **szappan** (*sappan*)

Gąbka w różnych językach

angielski: **sponge** (*spondż*)

esperanto: **spongo**

islandzki: **svampur** (*szwam-pyr*)

niemiecki: **Schwamm** (*szwam*)

szwedzki: **svamp** (*swamp*)

rosyjski: **губка** (*gubka*)





Rudka śpiewa w wannie

Lisica Rudka uwielbia bawić się w wannie, chwytając wtedy za słuchawkę prysznicową i śpiewa do niej, jak do mikrofonu. Musicie wiedzieć, że Rudka marzy o karierze piosenkarki. Gdy śpiewa, czas jakby się zatrzymuje. Tak było i dziś. Tylko zimna woda uświadomiła lisiczce, że kąpiel powinna skończyć się już dawno, dawno temu.

– Brrr! – Rudka trzęsła się z zimna. Chwyciła duży kąpielowy ręcznik i owinięła się nim starannie. Nie widziała, że jej występowi przysłuchiwali się z Pociak Smrodziak i Gąbucha Spryciucha...

Pociak nie był zbyt sympatycznym typem, ale wyjątkowo cieszył się z dzisiejszej zabawy lisiczki, która zapomniała się umyć. Pociak mycia nie znosi, bo jego domem są spocone i brudne zakamarki.

Na szczęście w łazience była też sympatyczna, różowa Gąbucha Spryciucha, która uważnie obserwowała poczynania Pociaka Smrodziaka. Pociak zbliżał się do lisiczki i szeptał do siebie z zadowoleniem:

– Lubię te śpiewanki – namaczanki, hihi. Coś czuję, że długo i wygodnie sobie tu pożyję...

Rudce zajętej trenowaniem min przed lustrem, wydawało się, że się przesłyszała:

– Muszę lepiej wycierać uszy... – lisiczka przetarła ręcznikiem ucho.

– Nic Ci się nie przesłyszało – odezwała się wreszcie Gąbucha Spryciucha, którą Rudka namierzyła sprawnie palcem.

– Zapomniałam, że tu jesteś! A gdzie ten drugi? Słyszałam jeszcze jeden głos. – Zapytała lisiczka.

– Złapiemy go pod prysznicem! – zawoła różowa gąbka.

– Śpiewanki namaczanki – powiedział zaczepnie Pociak, i nim skończył, pożałował.

Rudka wraz ze Spryciuchą spojrzały na siebie porozumiewawczo. Lisiczka sięgnęła po żel pod prysznic, który nadał rozpędu różowej gąbce. Pociak nie miał szans. Próbował uciec, chowając się po różnych zakamarkach na ciele lisiczki, lecz Gąbucha potrafiła odnaleźć wszystkie jego kryjówki, wołając radośnie:

– Tam gdzie straż pełni Gąbucha Spryciucha, nie znajdziesz miejsca Smrodziaku!

I tak szczęśliwa, pachnąca i czysta już Rudka, wycierała się ręcznikiem i nuciła:

– Obrońca czystości, Obrońca czystości – nana.

