



(zdjęcie przedstawia serce z czerwonych róż)

Scenariusz zajęć:

„Laurka dla mamy – badania profilaktyczne”

Cel zajęć : Wzrost poziomu wiedzy na temat zdrowego stylu życia oraz sposobów ochrony przed chorobami .

Metody i formy pracy:

Pogadanka. Zajęcia plastyczne. Zabawa. Dyskusja.

Pomoce dydaktyczne: laurka- kolorowanka „Laurka dla mamy” , kredki, drobne przedmioty do ukrycia, lalki, misie.

Plan zajęć:

Pogadanka: Nauczyciel pyta dzieci co to jest zdrowie. Wyjaśnia, że zdrowie to nie tylko brak choroby ale dobrostan fizyczny, psychiczny i społeczny. Na nasze zdrowie składa się wiele czynników, do najważniejszych należy styl życia, czyli nasz sposób postępowania.

Mamy na niego wpływ, możemy postępować tak , żeby wzmacniać nasze zdrowie.

Czy dobrze jest być zdrowym?

Co trzeba robić aby być zdrowym? – burza mózgów.

1. Dbamy o siebie- wzmacniamy naszą odporność.

- racjonalne odżywianie, regularne posiłki
- ruch, ćwiczenia
- odpoczynek, sen
- ograniczenie i bezpieczne korzystanie z TV , komputera itp.
- dobre samopoczucie, zabawa, radość
- zasady higieny osobistej , mycie zębów
- wizyty u lekarza, przegląd zdrowia, szczepienia

Kto pomaga ludziom być zdrowym?

Oni sami - postępując odpowiednio chronimy się przed chorobami

Inni ludzie- rodzice, dziadkowie, nauczyciele , specjaliści np. lekarze. Dzieci mogą też pomagać, przekazując ważne informacje.

Wniosek: Wszyscy powinni dbać o zdrowie. Dbanie o zdrowie to inaczej **profilaktyka**, czyli postępowanie w taki sposób aby zapobiegać chorobom.

Dla nauczyciela:

Profilaktyka [gr. prophylaktikós 'zapobiegawczy'], zapobieganie, prewencja, zespół działań i środków stosowanych w zapobieganiu występowaniu zjawisk niepożądanych i negatywnych w przyrodzie, w tym w życiu ludzkim, jednostkowym bądź społecznym.

Czasami chorobę widać od razu/ coś boli, mamy katar, kaszel itp./, a czasami jest ona schowana. Tylko specjalista – lekarz może ją znaleźć wykonując badania.

Zabawa „ Szukamy choroby”

Dzielimy dzieci na dwie grupy. Jedna grupa to lekarze- poszukują choroby. Druga grupa- pacjenci – dostają lalkę lub misia /„pacjenta”/ z ukrytym przez nauczyciela drobnym przedmiotem - „chorobą” - tak, aby nie było go widać na pierwszy rzut oka.

Dzieci łączą się w pary /lekarz-pacjent/. Lekarz poszukuje ukrytego przedmiotu u pacjenta. Jeśli znajdzie krzyczy głośno PROFILAKTYKA.

Podsumowanie zabawy.

Czasami u człowieka choroba może się ukryć. Co trzeba zrobić żeby ją znaleźć? Dokładnie obejrzyć pacjenta, wykonać badania profilaktyczne.

Wykonać **badania profilaktyczne u lekarza. Żeby to zrobić trzeba wiedzieć jakie badania wykonać.**

Zajęcia plastyczne.

Nauczyciel informuje dzieci, że ma dla nich zadanie- pokolorować laurkę dla mamy.

Jest to bardzo ważna i specjalna laurka, bo oprócz tego, że sprawi ona mamie radość, to poinformuje ją także o badaniach profilaktycznych , które powinna regularnie wykonywać.

Dzieci kolorują laurki.

Podsumowanie zajęć.

Nauczyciel podsumowuje zajęcia- pyta co trzeba robić, żeby być zdrowym, ew. koryguje błędy, przypomina podstawowe sposoby zabezpieczenia się przed chorobami .

Przypomnienie nowo poznanego słowa PROFILAKTYKA.

Wręczenie laurek mamom z okazji Dnia Matki.