

Rodzicu,

w ramach programu **Czyściochowe Przedszkole** prowadzimy zajęcia na temat ochrony i pielęgnacji skóry.

Twoje dziecko dowiedziało się podczas nich:

- Skóra to największy narząd naszego ciała. Dzięki niej działa zmysł dotyku.
- Skóra jest delikatna i trzeba ją chronić. Powinniśmy ubierać się stosownie do pogody, a odkryte miejsca zabezpieczać odpowiednimi kremami.
- Krem na wiatr i mróz chroni naszą skórę zimą.
- Krem z filtrem chroni naszą skórę przed promieniowaniem UV.
- Nie wolno nikomu pożyczać swojej pomadki ochronnej do ust.
- Naskórek pełni funkcję ochronną.
- Aktywność fizyczna jest bardzo ważna, a regularny ruch wpływa korzystnie na naszą odporność.
- Dzieci powinny przeznaczać minimum 1h dziennie na aktywność fizyczną.
- Gdy się pocimy, razem z potem wydalamy z organizmu szkodliwe substancje.

Wiemy, jak ważną rolę w kształtowaniu dobrych nawyków odgrywa opiekun.

Zachęcamy Cię do powtarzania wraz z dzieckiem zdobytych przez nie wiadomości w domu.



Utrwalcie zdobytą przez dziecko wiedzę!

Porozmawiajcie wspólnie o tych zasadach, zwłaszcza podczas smarowania kremem ochronnym – bo najlepiej jest się uczyć przez działanie i obserwację!



Rozwijaj wiedzę dziecka w atrakcyjny dla niego sposób!

Możesz włączyć dziecku **bajki edukacyjne z przygodami bohaterów Czyściochowa**, które w łatwy i przyjemny sposób pozwolą na utrwalenie zdobytej wiedzy. Znajdziesz je na **kanale Rossne! na Youtube**. Dzięki odcinkom „Wyścig Gładzia” i „Pojedynki na zamki z piasku” dzieci dowiedzą się, jak należy chronić skórę.



Zaproś do kreatywnego zadania!

Daj dziecku do pokolorowania rysunek z jedną z przygód bohaterów Czyściochowa. Kto jeszcze poza Jelonkiem Gładziem jest na obrazku? Zapytaj Twojego Juniora, czy zna już wszystkie Czyściochy!

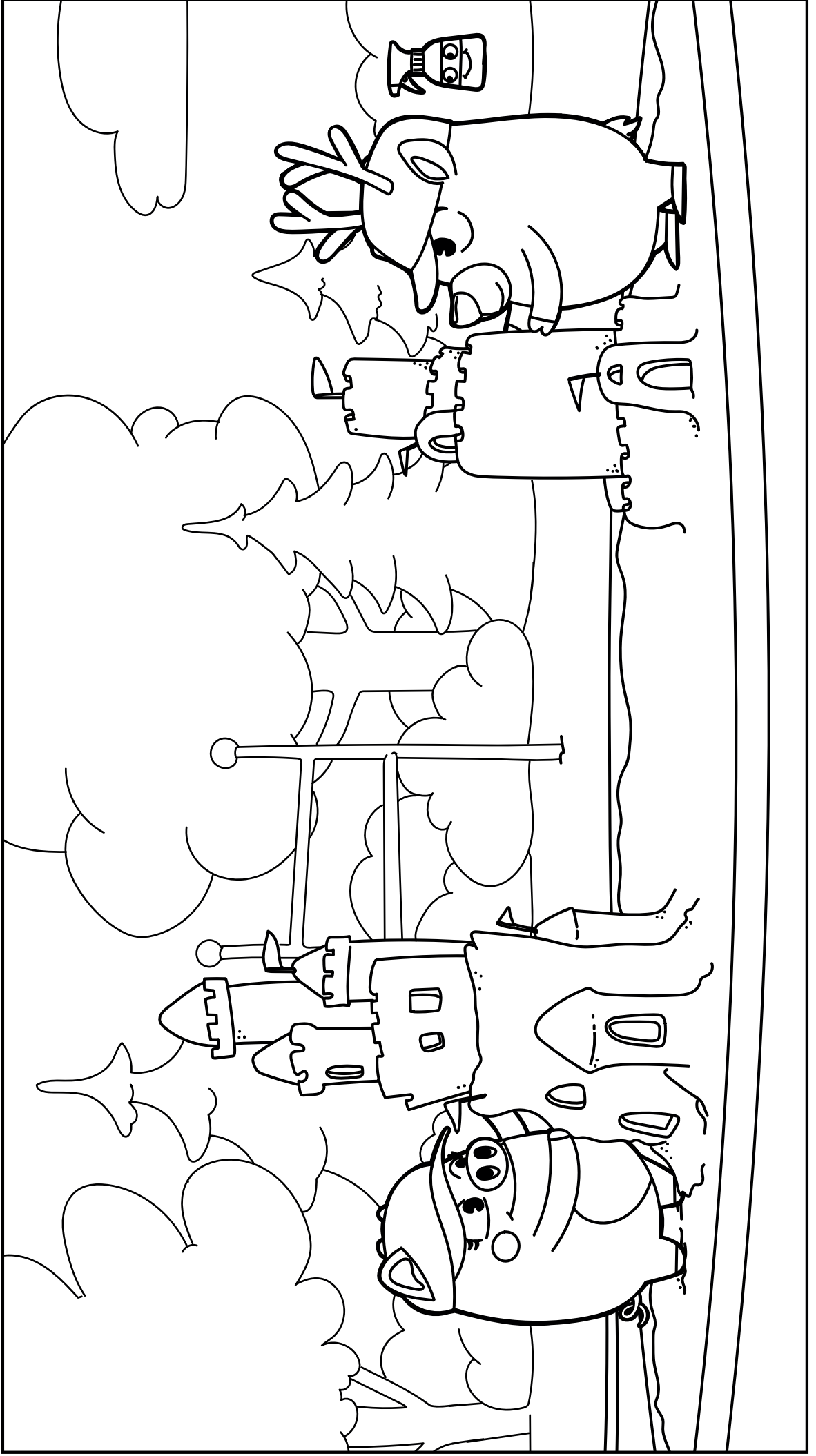


Poeksperymentujcie wspólnie!

Zróbcie razem doświadczenie, które pozwoli Wam zaobserwować działanie promieniowania UV. Dociera ono do naszej skóry wraz z promieniami słonecznymi, a w codziennych warunkach nie jest widzialne gołym okiem. Spróbujcie wykonać również rysunek na lusterku – przekonacie się, jak łatwo rozprowadza się krem!



Kolorowanka





Działanie promieni UV – wykonanie, krok po kroku

POTRZEBNE BĘDĄ:

- czarna kartka
- czerwona kartka
- nożyczki
- papierowa taśma klejąca

1.



Na czarnej kartce narysuj dowolny kształt.

2.



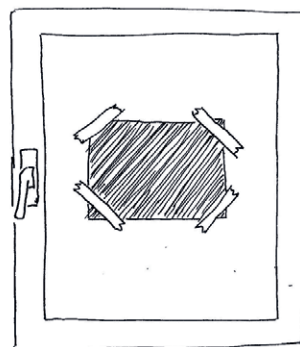
Wytnij go.

3.



Wycięty kształt przyklej do czerwonej kartki, używając papierowej taśmy.

4.



Czerwoną kartkę wraz z kształtem przyklej do szyby (koniecznie w oknie, gdzie mocno świeci słońce).

5.



Zdejmij swoją pracę z okna po 2 tygodniach.
Odsłoń czarny kształt.

PAMIĘTAJCIE

Kremy z filtrem chronią skórę przed szkodliwym działaniem promieni UV.



Rysunek na lusterku – wykonanie, krok po kroku

POTRZEBNE BĘDĄ:

- lusterko
- krem

WYKONANIE:

1. Połóż lusterko łazienkowe płasko na podłodze lub stole.
2. Poproś dziecko, by spoglądało w swoje odbicie i obrysowało kontury twarzy za pomocą kremu.
3. Niech zaznaczy oczy, brwi, usta, nos i cechy szczególne – np. piegii.
4. Powiedz dziecku, by starało się nie poruszać, aby zachować prawidłowe proporcje owalu i konturów twarzy.
5. W taki prosty sposób rozprowadzamy krem również na naszej twarzy!



Praca plastyczna „Ryżowy portret”

POTRZEBNE BĘDĄ:

- krem lub wazelina
- kolorowa kartka papieru w formacie A4
- ryż

Teraz czas na kreatywność Twojego Juniora! Zaproś dziecko do wykonania pracy plastycznej „Ryżowy portret”, która będzie podsumowaniem doświadczenia i zdobytej wiedzy.

WYKONANIE:

1. Poproś dziecko, by na kolorowej kartce papieru, odtworzyło wykonany wcześniej na lusterku rysunek.
2. Niech narysuje kontury za pomocą kremu.
3. Poproś, by wysypało na nie ryż, który przyklei się do kremu i nada kształt rysunkowi!