

Drogi Rodzicu,

w ramach programu Czyściochowe Przedszkole prowadzimy zajęcia na temat higieny nosa.

Twoje dziecko dowiaduje się podczas nich, że:

- Nos służy do wężania. Kiedy jest zatkany, czujemy mniej zapachów.
- Nos na co dzień wytwarza śluz, który m. in. służy do filtrowania powietrza. Gdy jesteśmy chorzy, nos produkuje więcej wydzieliny.
- Do czyszczenia nosa używamy chusteczki. Zatykamy jedną dziurkę i wydmuchujemy powietrze przez nos. Zużyta chusteczkę wyrzucamy.
- Nie powinno się powstrzymywać kichania. Kichać należy w chusteczkę lub zgięcie łokcia.
- Dłubanie w nosie źle wygląda i może powodować krwawienie.

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

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



Chcesz utrwalić zdobyte wiadomości?

Możesz porozmawiać z dzieckiem o tych zasadach, szczególnie, jeśli to będzie wynikało z sytuacji, bo najlepiej jest się uczyć przez działanie i obserwację.



Masz ochotę pogłębić temat?

Możesz przeczytać dziecku historię pt. „Świnka Zakatarzynka i Wielka Glutoza”.



Lubisz ciekawe eksperymenty?

Możesz zrobić razem z dzieckiem wiatraczek, który będzie poruszamy przez wydmuchiwanie powietrze. Sprawdzicie wtedy wspólnie, jak mocno potraficie dmuchać ustami, a jak nosem.





Świnka Zakatarzynka i Wielka Glutoza

- Świnka Zakatarzynka w czasie przeziębienia nie lubi się nudzić. Zawsze ma coś ciekawego do zrobienia... kto by się przejmował kapiącymi z nosa glutkami i gilkami?
- Wetrę w dywan i po sprawie, hihi! – pomyślała świnka latając z samolotem po pokoju. Zakatarzynka wszędzie zostawiała za sobą „śląd”. A jej zabawie towarzyszyły odgłosy wciągania, chlapania i kapania. Poczynania Świnki obserwowała Chusteczka Smareczka:
- Ona ma wszystko w nosie! – Z niedowierzaniem zauważyła Smareczka. A Zakatarzynka, jakby to potwierdzając, wymownie pociągnęła nosem podczas szalonej zabawy.
- Nagle Smareczka zastąpiła drogę śwince... ratując ją przed poślizgnięciem się w kałuży własnych glutów. A fuj! Obślizgła sprawa.
- Ale masz refleks! W ostatniej chwili mnie złapałaś! – z podziwem powiedziała świnka do chusteczki.
- Świnko, luz! – rzuciła Smareczka i po chwili dodała – Koniec tej glutozy, dobrze? Wysmarkaj nos!
- Ale jak mam wysmarkać? – z lekkim zakłopotaniem zapytała Zakatarzynka.
- Już ci pomagam, w końcu od tego jestem! – odpowiedziała rezolutnie chusteczka
- Nabierz powietrza...
- O tak? – nabierając powietrze, świnka otworzyła usta.
- Tak, idealnie! – pochwaliła ją chusteczka i poprosiła – a teraz zamknij buźkę!
- Ale... – Świnka chciała coś jeszcze powiedzieć, jednak Smareczka podała jej czystą chusteczkę i oznajmiła tonem nieznoszącym sprzeciwu – przyłóż chusteczkę do noska i wyobraź sobie, że musisz powietrzem z noska poruszyć kolorowe piórko!
- Lubię piór...
- Gdy masz już chusteczkę przy nosku, wydmuchaj te gile z nosa! Świnka nabrała powietrza i dmuchnęła.
- O tak – świetnie! – znów pochwaliła ją Smareczka.
- Piórka, chciałam powiedzieć, że lubię kolorowe piórka! – z czystym nosem powiedziała Zakatarzynka. – O ja cię! Co to był za dmuch! Bez glutków naprawdę się dobrze rozmawia.
- No i tak możemy się bawić. – Zauważyła Chusteczka Smareczka.
- Nooo, tylko raczej nie siadaj po tej stronie dywanu, hihi – Świnka wskazała na dużą zieloną kałużę.



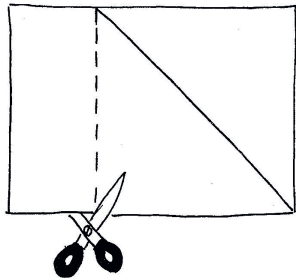


Wiatraczek – wykonanie, krok po kroku

POTRZEBNE BĘDĄ:

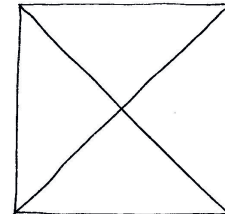
- patyk
- kartka z bloku technicznego
- mocny klej
- pinezka
- kółeczko z papieru
- nożyczki

1.



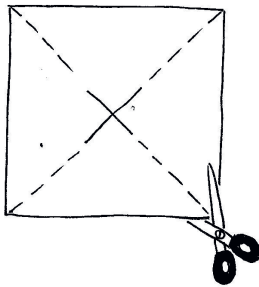
Z kartki wycinamy duży kwadrat.

2.



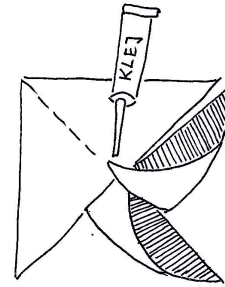
Zginamy go dwukrotnie po przekątnej.

3.



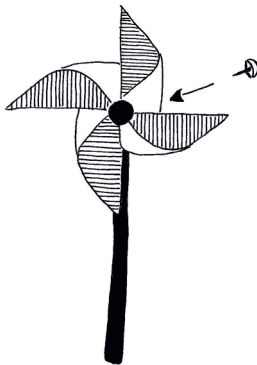
Nacinamy odcinki przekątnej, ale nie tnjemy do końca.

4.



Zaginamy do środka co drugi róg i przyklejamy go.

5.



Przykładamy kółko z papieru i wbijamy w nie pinezkę mocując do patyczka.

PAMIĘTAJCIE

Drożny nos to lepsza możliwość oddychania pełną piersią.
Nos trzeba oczyszczać z nadmiernej wydzieliny za pomocą chusteczek.

