**Przebieg zabawy**

1.Wysłuchanie wiersza Iwony Rup *Dbamy o zdrowie*.

**Dbamy o zdrowie**

Zdrowie to jest ważna sprawa,

a więc o nie wszyscy dbamy.

Wiele warzyw i owoców

z apetytem zajadamy.

Jemy sery i jogurty,

sportem też się zajmujemy...

Uśmiechamy się do wszystkich,

no bo zdrowi być pragniemy.

*Iwona Rup*

2. Omówienie tekstu i podsumowanie wiadomości na temat zdrowia. Następnie Rodzic. zapowiada: *Wiemy już, jak dbać o zdrowie.*

*A co należy zrobić, kiedy jednak zachorujemy?* Dzieci podają swoje propozycje.

3. „Do kogo udam się po pomoc?” – poznanie (utrwalenie) różnych zawodów związanych ze służbą zdrowia, wspierane obrazkami. (np.: lekarza, ratownika medycznego, dentystę, pielęgniarkę).

4. „Kto to taki?” – rozwiązywanie zagadek.

*Wyciągnie stetoskop i z uśmiechem obsłucha.*

*Zajrzy do gardła, zajrzy do ucha.*

*Stanąć na nogi zawsze ci pomoże.*

*O kim mówimy? O panu… (doktor)*

*Sprawdzi stan twojego uzębienia.*

*Sprawi, by uśmiech na buzi promieniał. (stomatolog)*

*Kiedy oko boli cię*

*lub zaczynasz widzieć źle,*

*wtedy idź do specjalisty,*

*czyli do... (okulisty)*

5. Pogadanka na temat specyfiki wyżej wymienionych zawodów: doktor (lekarz) pediatra, okulista, stomatolog. Zwrócenie uwagi na ważną rolę osób wykonujących tę pracę i konieczność korzystania z ich usług ze względu na zdrowie.

6. „Ostrożnie z lekami” – Rodzic pokazuje dzieciom opakowania po syropach, tabletkach itp. Pyta dzieci, czy wiedzą, kiedy są nam potrzebne leki. Wyraźnie podkreśla, że nie wolno zażywać lekarstw samodzielnie bez kontroli osób dorosłych

i zaleceń lekarskich. Tylko rodzice czy opiekunowie, po konsultacji z lekarzem, mogą je podawać dzieciom.

7. „Co jest dobre dla naszego zdrowia?” – zabawa z rysowaniem. Rodzic ilustruje na kartce w prosty sposób przedmioty lub czynności. Dzieci próbują odgadnąć, co przedstawia rysunek. Oceniają, czy jest to dobre dla zdrowia, czy nie.

Np.:

xx jabłko (TAK)

xx cukierek (NIE)

xx osoba kopiąca piłkę – sport (TAK)

xx woda (TAK).

Rodzic zwraca uwagę na różne czynniki przyczyniające się do zachowania zdrowia, takie jak: ruch, zdrowe odżywianie, odpowiednie ubieranie się do pogody.

8. „Tak czy nie?” – analiza przykładowych sytuacji, wskazywanie zachowań właściwych i niewłaściwych. Np.:

*Kasię boli ząb, bo je zbyt dużo słodyczy.*

*Basia nie choruje, bo ubiera się odpowiednio do pogody.*

*Często ćwiczę, aby cieszyć się dobrym zdrowiem.*

*Jem owoce i warzywa, bo mają dużo witamin.*

9. Praca plastyczna „Aktywny czas z rodzicami” – przedstawienie przy użyciu pasteli, kredek, farb rodziny podczas aktywnego wypoczynku.

Wykonanie pozostałych kart pracy z pliku KARTY PRACY KSZTAŁT LIT. C