

## **Projekt „Jestem zaradny”**

3 latki

14.04 -17.04.2020

### **Propozycje:**

#### **Trening samodzielności:**

- ✓ samodzielne, bezpieczne korzystanie z toalety przez dziecko- usprawnianie umiejętności korzystania z toalety – rozbieranie się i ubieranie w łazience, spuszczenie wody w sedesie po każdorazowym załatwieniu się.
- ✓ dokładne mycie i wycieranie rąk, dbanie o racjonalne korzystanie z wody, - rozwijanie nawyku i potrzeby codziennego mycia się w konkretnych sytuacjach: po powrocie z zabaw na świeżym powietrzu, po korzystaniu z toalety, po zabawach ruchowych i plastycznych, przed posiłkami i bezpośrednio po nich, dokładne mycie zębów
- ✓ usprawnianie ruchów rąk podczas mycia się (ruchy naprzemienne podczas mycia rąk, korzystanie z mydła, ruchy obrotowe podczas odkręcania i zakręcania wody, posługiwanie się ręcznikiem)
- ✓ wdrażanie dziecka do samodzielnego posługiwania się chusteczką do nosa
- ✓ samodzielne rozbieranie i ubieranie odzieży, piżamy itp. (niewyręczanie dzieci, pomoc jedynie przy sznurowaniu, zapinaniu)
- ✓ ćwiczenia w zakładaniu butów na właściwą nogę,
- ✓ zabawy w dobieranie różnych elementów garderoby do poszczególnych części ciała np. co wkładamy np. na stopy czy nogi, co zakładamy na głowę czy ręce,

#### **Zabawa "Miś się pomylił"**

Rodzic celowo zakłada pluszakowi lub lalce różne części garderoby w sposób nieprawidłowy, myli kolejność i części ciała, na które powinny być założone poszczególne elementy garderoby. Zadaniem dziecka jest wykonać to w sposób prawidłowy. Zachęcamy dziecko do nazywania i pokazywania części ciała, (pokazywania ich na sobie oraz rodzicu), garderoby. Można przy tej okazji poprowadzić rozmowę na temat pór roku i tego, jaką garderobę nosimy w wymienianych przez dziecko porach. Proponujemy również nazywanie kolorów, przeliczanie (np. guzików).

Podczas tych wszystkich sytuacji należy z dzieckiem rozmawiać, tłumaczyć, udzielać odpowiedzi na wszystkie pytania. Jeżeli będzie zachodzić potrzeba, należy dziecku pokazać jak należy wykonać czynność, z którą ma problem.

#### **Umiem korzystać z toalety**

W sytuacji, gdy dziecko ma jeszcze problem z samodzielnym korzystaniem z toalety, zapraszamy do skorzystania z pomocnych wskazówek. Przeczytaj opowiadanie dziecku i porozmawiaj z nim o tym:

## Opowiadanie: Kot Pupik i Papierus Drugi

- Dlaczego Kot Pupik nie mógł złożyć ani użyć zerwanego papieru toaletowego?
- Ile listków papieru toaletowego wystarczy zerwać, by raz wytrzeć pupę?
- Dlaczego wycieramy pupę od dołu do góry?
- Co trzeba zawsze zrobić po wytarciu pupy?

Kot Pupik wstał z toalety i podszedł do uchwytu na papier toaletowy. Szybkim ruchem zaczął odkręcać, odkręcać i odkręcać okazałą część rolki. Papieru było tyle, że kot nie mógł go ani złożyć, ani użyć.

Pupik westchnął z rezygnacją. Wrzucił zmarnowany papier do muszli klozetowej...

A ten jakby chciał żyć własnym życiem: zupełnie nie mieszcząc się w toalecie, zaczął się przemieszczać i formować... nagle oczom kota ukazała się dziwna postać z papieru.

— Mówią na mnie Papierus Drugi. Zbudziłeś mego ducha — uroczystym, tubalnym głosem rzekła postać.

Kot zachichotał zakłopotany. Co powiedzieć w takiej sytuacji, zwłaszcza gdy samemu stoi się z brudną pupą?

— Władcy świata pewnie sami nie wycierają pupy? — wypalił.

Ale Papierus jakby tylko czekał na te słowa.

— Patrz i ucz się — oświadczył z wielką pewnością siebie. — Oderwij trzy kawałki papieru. —

Papierus podsunął Pupikowi swoją rękę, bo przecież sam składał się z papieru.

Kot odmierzył trzy listki. — Jeden, dwa, trzy... — policzył.

— Dobrze. Teraz najważniejsze. Słuchasz mnie? — upewnił się Papierus, a Pupik pokiwał twierdząco głową.

— Od dołu do góry, nigdy nie wracasz!

— Dlaczego? — Zapytał kot.

— By odsuwać kupę od siebie! — prosto wytłumaczył Papierus Drugi.

Po minie Pupika było widać, że nad czymś się zastanawia, coś trawi.

— Wiem, moja ręka jest jak koparka, która odgarnia piasek?! — Wykrzyknął z zadowoleniem.

Papierus uśmiechnął się do Pupika.

— Tylko pamiętaj o czystym papierze, bo zamiast piasku jest...

— Kupniak. Hihhi — dokończył kot i podcierał sobie pupę aż kolejny kawałek papieru był już czysty.

Kot spuścił wodę i zaczął się wygłupiać radośnie machając do Kupniaka w toalecie. — Papa — hihi

— papa.

— Zamiast machać, lepiej umyj ręce. — zaproponował Papierus.

Wspólnie podeszli do umywalki. Pupik odkręcił wodę.

— Czy to kot czy to faraon, każdy robi kupę. Hihhi.

— Ale nie każdy nasiąka wodą jak ja. — Papierus Drugi podniósł bezradnie, nasiąknięte wodą kończyny. — I tak powstał mokry papier toaletowy — zaśmiali się obaj.

### Jak używa się papieru?

Po przeczytaniu opowiadania warto poćwiczyć z dzieckiem umiejętność używania papieru toaletowego w praktyce! W domu panują komfortowe warunki do takiej nauki.

Pamiętaj, by porozmawiać o ważnych zasadach:

1. Korzystamy z małego i złożonego kawałka papieru (3 listki).
2. Wycieramy pupę od dołu do góry (w stronę odbytu).
3. Krocze lub pupę wycieramy tak długo, aż kolejny kawałek papieru będzie czysty/suchy.
4. Zużyty papier wrzucamy do toalety.

Zapytaj dziecko, czy pamięta, co się stało ze zbyt dużą ilością papieru toaletowego, którą na raz zerwał Kot Pupik? Nie tylko nie był w stanie go złożyć i użyć – wyrzucił go w całości do toalety, co może spowodować jej zatkanie! Jak łatwo zilustrować to dziecku? Wykonaj z nim mały eksperyment.

- duży płaski pojemnik  
(do wykonania w nich eksperymentu)
- rolka papieru toaletowego

- ulubiona maskotka lub lalka Twojego dziecka

Zademonstruj dziecku, jak prawidłowo używać papieru toaletowego. Wybierzcie wspólnie ulubionego misia/lalkę dziecka. Oderwij 3 listki papieru, złóż je, wytrzym pupę lalki/misia. Zużyty papier wyrzucicie do toalety. Zachęć dziecko, by spróbowało to powtórzyć i wytrzeć pupę lalki lub misia. Gdy dziecko poćwicz tę umiejętność na lalce lub misiu, zaproponuj, by przy najbliższym korzystaniu z toalety spróbowało samo wytrzeć sobie pupę, tak jak wcześniej robiło to z zabawką. Ważne wnioski dotyczące korzystania z toalety są następujące – warto omówić je wspólnie!

1. Należy wrzucać do toalety tylko zabrudzone, małe kawałki papieru (maksymalnie 3 listki).
2. Należy spuścić wodę.
3. Gdy zrobi się siku, naciskamy mały przycisk do spuszczenia, a gdy kupę – większy.
4. Po skorzystaniu z toalety, zawsze myjemy ręce mydłem.

Zachęcamy do nauki piosenki pt. „Szczotka, pasta...”

<https://www.youtube.com/watch?v=ULcCm5PZwzI>

**Szczotka, pasta, kubek, ciepła woda, tak się zaczyna wielka przygoda.  
Myję zęby, bo wiem dobrze o tym, kto ich nie myje ten ma kłopoty,  
Żeby zdrowe zęby mieć, trzeba tylko chcieć.**

**Szczotko, szczotko, hej szczoteczko! O! O! O!  
Zatańcz ze mną, tańcz w kółeczko! O! O! O!  
W prawo, w lewo, w lewo, w prawo! O! O! O!  
Po jedzeniu, kręć się żwawo! O! O! O!  
W prawo, w lewo, w lewo, w prawo! O! O! O!  
Po jedzeniu kręć się za żwawo! O! O! O!**

**Bo to bardzo ważna rzecz, żeby zdrowe zęby mieć!**

### Praca plastyczna

**„Wiosenne drzewo”**

Kartka niebieska, brązowa (na pień drzewa), farba zielona, klej, nożyczki, czerwona plastelina (lub inna), piłeczka język.



**Zabawy rozwijające małą motorykę u dzieci.**

<https://www.youtube.com/watch?v=J3WqxZfgxvw>