

## Rodzicu,

w ramach programu **Czyściochowe Przedszkole** prowadzimy zajęcia na temat korzystania z toalety.

**Twoje dziecko dowiedziało się podczas nich:**

- Wydalanie jest naturalnym procesem.
- Podcierając samodzielnie pupę lub krocze, odrywamy trzy listki papieru toaletowego (lub więcej – w razie potrzeby) i podcieramy się ruchem od dołu, do góry (w stronę odbytu).
- Po skorzystaniu z toalety opuszczamy klapę, spuszczaemy wodę, dokładnie myjemy dłonie mydłem i je wycieramy.
- Jeśli spłuczka ma dwa guziki: z mniejszego korzystamy po zrobieniu siku, z większego po zrobieniu kupy.
- W jelitach znajdują się dobre bakterie, które tworzą mikroflorę jelitową.
- Wspierają one naszą odporność, chronią przewód pokarmowy przed drobnoustrojami chorobotwórczymi i korzystnie wpływają na nasze zdrowie.
- Największy wpływ na rozwój mikroflory bakteryjnej jelit ma dieta, a w szczególności spożywanie takich produktów jak: kiszonki, zakwas z buraka, kwas chlebowy, sfermentowane produkty mleczne (kefiry, jogurty naturalne, maślanki).

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 - 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 Rossnę! na Youtube**. Dzięki odcinkom „Pupik poznaje Papierusa Drugiego” i „Pupilka pokonuje Bakteriaki” dzieci dowiedzą się, jakie zasady panują w toalecie i czemu warto o nich pamiętać.



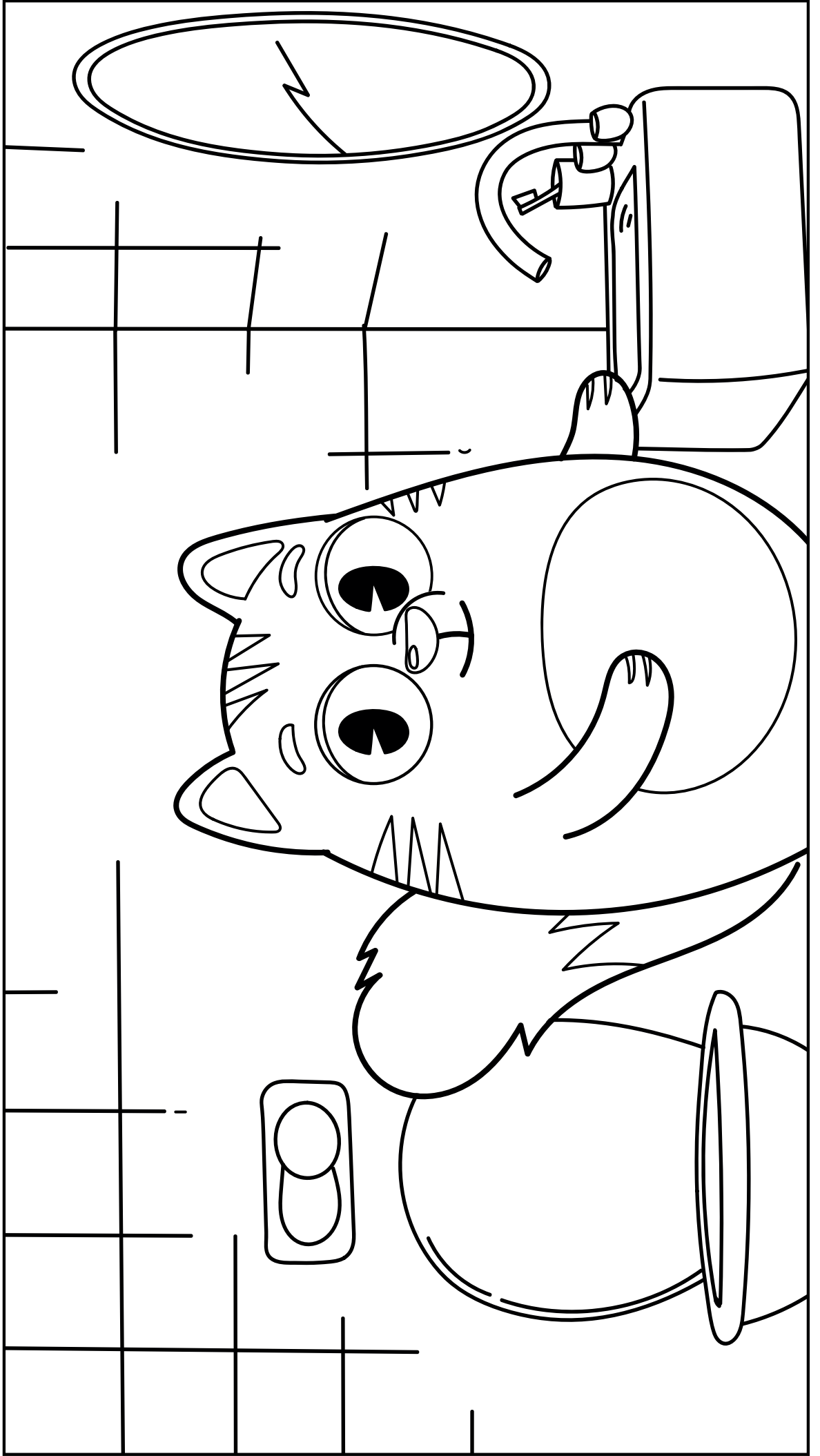
### Zaproś do kreatywnego zadania!

Daj dziecku do pokolorowania rysunek z jedną z przygód bohaterów Czyściochowa. Kot Pupik i Kotka Pupilka są do siebie bardzo podobni - czy Twój Junior rozpozna, które z nich jest na obrazku?



### Poeksperymentujcie wspólnie!

Możecie wykonać razem syfon, który pokaże Wam zasadę działania toaletowej spłuczki. Przekonacie się, jak dozowana jest woda i jak od liczby naciśnień zależy jej zużycie. Możecie także przygotować grę edukacyjną z wykorzystaniem papieru toaletowego, dzięki której Junior przypomni sobie najważniejsze zasady korzystania z toalety.



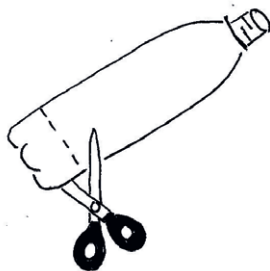


## Syfon – wykonanie, krok po kroku

### POTRZEBNE BĘDĄ:

- plastikowa butelka z zakrętką
- zginana słomka
- plastelina
- ostry szpikulec
- nożyczki

1.



Odcinamy dno butelki.

2.



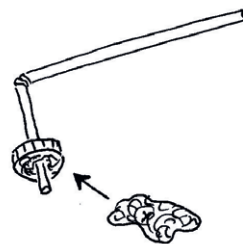
W zakrętce robimy szpikulcem dziurę.

3.



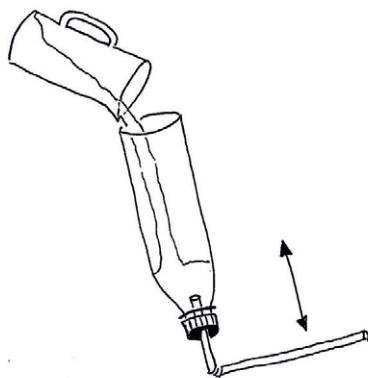
Od zewnętrznej strony do otworu w zakrętce wkładamy słomkę, jej krótszą końcówką.

4.



Od wewnętrznej strony nakrętkę wypełniamy plasteliną, szczelnie osadzając słomkę.

5.



Tak przygotowaną nakrętkę przykręcamy do butelki. Nad wanną albo umywalką napełniamy butelkę wodą. Obserwujemy, jak butelka się opróżnia, ale nie do końca.

### PAMIĘTAJCIE

Po skorzystaniu z toalety zawsze trzeba spuszczać wodę.



## Edukacyjna gra z wykorzystaniem papieru toaletowego – wykonanie, krok po kroku

### POTRZEBNE BĘDĄ:

- rolka papieru toaletowego
- dwa flamastry w dwóch kolorach
- pionki do gry
- kostka, np. sześciościenna, oczkowa
- karty postaci
- kredki, mazaki, flamastry

### WYKONANIE:

1. Oderwij 10 listków papieru toaletowego.
2. Wspólnie z dzieckiem ułóżcie z nich na podłodze chodniczek do gry w takiej odległości, by można było swobodnie przeskakiwać pola.
3. Poproś dziecko by ozdobiło każde z pól tak, by różniły się od siebie.
4. Weź karty postaci z Pupilką i Pupikiem.
5. Poproś dziecko, by pokolorowało postacie i umieściło Pupilkę na mecie.
6. Gracz musi jak najszybciej pomóc Pupikowi dotrzeć do siostry!

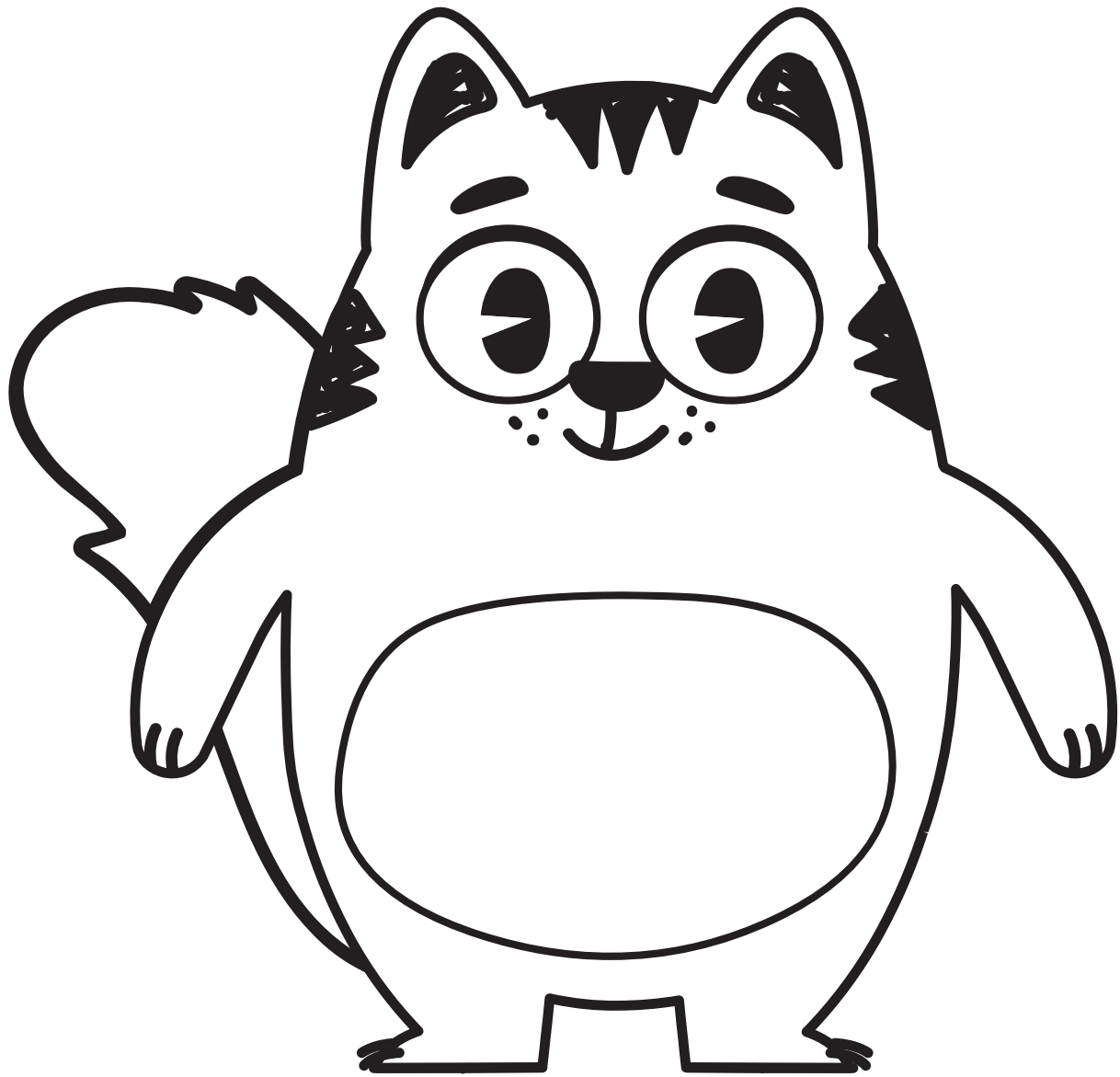
Jeśli dziecko gra samodzielnie, za zadanie ma jak najszybciej pomóc Pupikowi dotrzeć do Pupilki, poprzez rzuty kostką. Jeśli dziecko gra z rodzicem, po ułożeniu pól na podłodze, uczestnicy przed rzutem kostką muszą odpowiedzieć wspólnie na pytanie czytane przez rodzica. W przypadku złej odpowiedzi – dziecko nie rusza dalej i czeka na następną kolejkę.

### KATALOG PYTAŃ:

1. Czy po zrobieniu siku, trzeba spuszczać wodę?
2. Który przycisk spłuczki należy wcisnąć po zrobieniu siku? Mały, czy duży?
3. Który przycisk spłuczki należy wcisnąć po zrobieniu kupy? Mały, czy duży?
4. Czy można wrzucać do toalety inne rzeczy niż papier toaletowy?
5. Ile listków papieru toaletowego należy jednorazowo oderwać od rolki?
6. Kiedy wiesz, że pupa jest już czysta i można przestać ją wycierać?
7. Pokaż, jak podcieramy pupę - od góry do dołu, czy od dołu do góry?
8. Czy po skorzystaniu z toalety opuszczamy deskę, czy nie?
9. Ile razy powinno się wcisnąć przycisk spłuczki, by spuścić wodę?
10. Czy zawsze po korzystaniu z toalety należy umyć ręce?
11. Przed wejściem do toalety co robimy? 1 - pukamy, aby sprawdzić czy ktoś jest w środku 2 - podskakujemy dwa razy 3 - udajemy miauczenie kota.
12. Dlaczego trzeba pamiętać o posprzątaniu po sobie toalety?



Karta postaci - Kot Pupik





Karta postaci - Kotka Pupilka

