



3

**CZŁOWIEK
I WODA**



Cel główny:

- Uzmysłowanie dzieciom znaczenia wody dla zdrowia i życia człowieka.

Cele szczegółowe:

- wyjaśnienie, że człowiek składa się z wody – jest obecna nawet w naszych zębach,
- utworzenie trwałych nawyków i zachowań ekologicznego stylu życia w domu, w przedszkolu i najbliższym otoczeniu,
- przykłady wykorzystania wody w życiu codziennym człowieka,
- przykłady wykorzystania wody w gospodarstwie domowym.

Wszystkie zadania mogą być realizowane zarówno stacjonarnie, jak i w trybie on-line. To dobry sposób, by wprowadzić temat wody do domów przedszkolaków. Nauczyciel wówczas zachęca, żeby dzieci zrobiły zadania z rodzicami lub dziadkami. Wykonywanie zadań z babcią lub dziadkiem może zaowocować ciekawymi wnioskami.

Zajęcia:

Prowadzący prezentuje dzieciom film o tym, jak Błękitka i Groblik opowiadają o dużym znaczeniu wody dla organizmu człowieka. Następnie przekazuje dzieciom istotne informacje na temat tego, ile wody znajduje się w człowieku (pokazuje rysunek poglądowy załączony do materiałów), mówi o tym, ile wody powinien każdego dnia spożywać człowiek, żeby jego organizm był zdrowy – około 2 litrów wody oraz w jaki sposób pozbywamy się wody z organizmu.

Informacje do rozmowy: Czy wiesz, że?

W naszym ciele jest bardzo dużo wody, aż 75%. Codziennie z naszego ciała wychodzą 2 litry wody:

- 1 litr przez siusianie,
- 0,5 litra przez pocenie się,
- 0,5 litra przez oddychanie.

Dlatego codziennie trzeba pić co najmniej 6-8 szklanek wody.

Opcjonalnie dla starszych dzieci – Rozmowa na temat tego, czym jest odwodnienie.

ODWODNIENIE – kiedy w ciele człowieka jest za mało wody, wówczas następuje szkodliwa dla zdrowia i życia sytuacja odwodnienia organizmu, którego pierwszymi sygnałami są m.in.: suche usta, złe samopoczucie, ból głowy. Żeby nic takiego nas nie spotkało, trzeba pić 6-8 szklanek wody dziennie. Porównanie organizmu człowieka do rośliny, która bez wody więdnie lub usycha.

Zadanie:

Dzieci wykonują prace plastyczne, na których przedstawiają przykłady wykorzystania wody w życiu człowieka – w domu, w szkole, na podwórku. Prace mogą być wykonywane farbami, wówczas pokazujemy dzieciom, że woda może służyć również do malowania – prace mogą być omówione w grupie.

Na koniec nauczyciel zapowiada, jaki temat będzie poruszany na kolejnych zajęciach.