**20.04 PONIEDZIAŁEK**

**1.** Pierwszą propozycją na początek tygodnia jest czytanie przez rodzica wiersza **„Siedzi Pupik na kamieniu”,** którego dziecko stara się słuchać w skupieniu.

Siedzi Pupik na kamyku,

Zastanawia się po cichu:

Gdzie się kończy przewód pokarmowy,

Skoro trawienie zaczyna się od głowy?

Jakże bolesne byłyby upadki,

Gdyby nie pośladki?

Na czym byśmy dziś siedzieli,

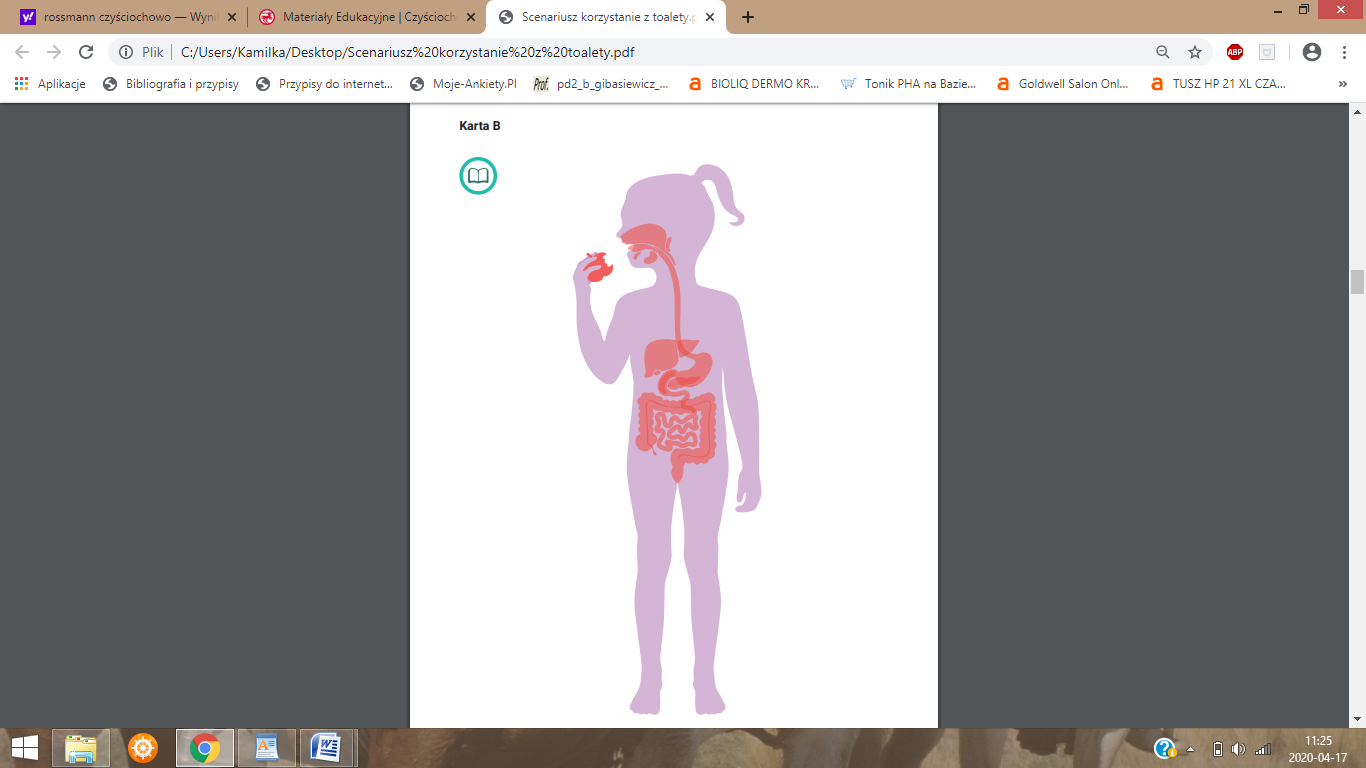
Gdybyśmy pupy nie mieli?

Nie ma żadnej hecy,

W miejscu, gdzie kończą się plecy.

Po przeczytaniu wiersza rodzic omawia go z dzieckiem, pokazując sylwetę człowieka i opowiada jakie są poszczególne organy układu pokarmowego oraz jak wygląda droga zjedzonego przez nas pokarmu, od momentu włożenia go do ust, aż do wydalenia. Ważne, aby podkreślić, że wydalanie jest czymś zupełnie normalnym i naturalnym i dotyczy każdego, także zwierząt.

Poniżej przykładowy model człowieka:



**2.** Do wykonania kolejnej propozycji zadania potrzebne będą: rolka papieru toaletowego, papierowe miarki, centymetr krawiecki lub coś innego, czym można zmierzyć długość.

**Jak długi jest papier toaletowy?**

* Rodzic pyta dziecko: jak myślisz, jak długi jest papier schowany w rolce?
* Dziecko podaje swoje szacunkowe odpowiedzi (pokazując stąd–dotąd).
* Następnie rodzic wraz z dzieckiem sprawdza, jak długi jest papier toaletowy. Wspólnie po kawałku rozwijają całą rolkę wzdłuż pokoju, dziecko przemierza całą drogę, którą stworzy rozwinięty papier.
* Następnie rodzic mówi, że jelita dorosłego człowieka mają 5–6 metrów długości i aby pokazać jak wygląda taka długość w rzeczywistości wraz z dzieckiem odmierza to na rozwiniętym papierze. Ciekawostką jest, że jelita dzieci są trochę dłuższe niż dorosłych.
* Na końcu wszyscy sprzątają rozwinięty papier, a rodzic pyta dziecko, jak myśli, dlaczego zabawy papierem toaletowym w łazience nie są dobrym pomysłem?

Jeżeli mają Państwo taką możliwość, zadanie to można zrealizować także na dworze.

**3.**  Kolejne zadanie ma na celu przypomnienie dzieciom jak poprawnie korzystać z papieru toaletowego. Do tego przyda się: rolka papieru, miś lub lalka (po jednym dla rodzica i dziecka), kosz.

**Jak używa się papieru?**

Rodzic demonstruje dziecku, jak używa się papieru:

* Odrywa 3 listki, składa je i wyciera pupę lalki/misia.
* Zużyty papier wrzuca do kosza, który „udaje” toaletę.
* Następnie dziecko samo odrywa z papierowej rolki 3 listki składa i również wyciera pupę swojej maskotki oraz wyrzuca papier do umownej toalety.

**Rodzic podkreśla ważne zasady**:

1. Korzystamy z małego i złożonego kawałka papieru (3 listki).

2. Wycieramy pupę od dołu do góry (w stronę odbytu).

3. Kroczę lub pupę wycieramy tak długo, aż kolejny kawałek papieru będzie czysty/suchy.

4. Zużyty papier wrzucamy do toalety.

Źródło:

Program edukacyjny Rossman

[www.czysciochowo.pl](http://www.czysciochowo.pl)