**CHCEM BYŤ ZDRAVÝ**

„Deti, mám dnes na jazyku niekoľko hádaniek. Skúste hádať, čo by to mohlo byť?“

**Päť bratov v nich býva, pred zimou sa spolu skrýva (rukavice).**

**Dlhý, krátky, teplý veru, deti si ho na krk berú (šál).**

**Snehom sa brodia, nohy v nich chodia (čižmy).**

**Hlava pekne pokrytá, pred zimou je ukrytá, chráni ju jej kamarátka, do škôlky s ňou chodí rada (čiapka)“**.

„Výborne, deti, ale viete, prečo som vybrala práve tieto hádanky? Áno, lebo je zima a v zime sa musíme teplo obliecť. Prečo asi? Nechajte ich, aby vyjadrili svoje vlastné názory. Áno, teplé oblečenie je v zime dôležité preto, aby nás chránilo pred vetrom, mrazom, snežením, teda aby nás ochránilo aj pred chorobou. Viete pomenovať nejakú chorobu, ktorá v zime ohrozuje naše zdravie? Rozprávajte sa s nimi o chorobách – je to aktuálna téma

Môj kamarát Paľko dostal chrípku a o tom je náš dnešný príbeh. Pozorne počúvajte rodičov, čo sa stalo môjmu kamarátovi, takému škôlkarovi ako vy :

**VČERA SOM SA EŠTE HRAL A DNES BY SOM IBA SPAL. BOLÍ MA UŽ CELÉ TELO, ČO BY SA MI TEDA CHCELO? TEPLOMER MI MAMA DALA A TEPLOTU POMERALA. K TOMU LIEKY OD LEKÁRA, MAMIČKA SA O MŇA STARÁ. DNES JE KRÁSNY ZIMNÝ DEŇ, VONKU VŠAK ÍSŤ NEMÔŽEM. V POSTELI SI VOĽKÁM, CHÝBA MI VŠAK ŠKÔLKA. PREPADLA MA CHRÍPKA, BUDEM ČAJÍK CHLIPKAŤ. MED, CITRÓN A KVAPKY K TOMU, O TÝŽDEŇ SOM ZDRAVÝ ZNOVU. RUKAVICE, ČIAPKA, ŠÁL, POSTELI SOM ZAMÁVAL. POTOM ROVNO NA ULICU, UŽ SA TEŠÍM NA SANICU.**

Po prečítaní čítania kladieme deťom otvorené otázky na vyjadrenie vlastných skúseností: Prečo asi Paľko ochorel? Čo si myslíte, kedy ešte môžeme ochorieť? Čo ohrozuje naše zdravie? Čo je dôležité robiť, aby sme boli zdraví? Ako sa správame počas choroby? Zdôrazníme potrebu hygieny, správneho obliekania, športovania, stravovania pri starostlivosti o zdravie.