

Higiēna meitenēm

Uzdevumi darbam ar bērniem ar GRT



PAPARDES
Z I E D S

1. uzdevums

Nepieciešamie materiāli: krāsaini rakstāmpiederumi

Izrunājiet:

- kas tas ir par produktu;
- kāpēc tas ir jālieto;
- kurai zonai tas ir paredzēts;
- kā tas jālieto;
- cik bieži tas jālieto;
- kādus citus produktus vēl var izmantot.

Šajā uzdevumā paredzēts runāt par ķermeņa higiēnu. Jums būtu jāpārrunā, piemēram, ka intīmās zonas ir jāmazgā ar ūdeni vai speciāli tām paredzētajām intīmajām ziepēm, nevis ar dušas želeju, šampūnu vai roku ziepēm.

2. uzdevums

Nepieciešamie materiāli: krāsaini rakstāmpiederumi

Izrunājiet:

- kas tas ir par produktu;
- kāpēc tas ir jālieto;
- kurai zonai tas ir paredzēts;
- kā tas jālieto;
- cik bieži tas jālieto;
- kādus citus produktus vēl var izmantot.

Šajā uzdevumā paredzēts runāt par ķermeņa higiēnu. Pārrunājiet, piemēram, ka ar vates kociņiem nedrīkst tīrīt ausis, bet tos labāk lietot, ja uz pumpas ir jāuzsmērē krēms vai kaut kas jānotīra, vai ka dezodorantu vajag smērēt/pūst tikai tīrās padusēs.

3. uzdevums

Nepieciešamie materiāli: šķēres

Uzdevumā paredzēts izgriezt grafiku, kuru likt vannasistabā vai kur citur pie sienas.

Jaunietim katru rītu un vakaru ir jāpieraksta viss, kas jāpaveic pēc pamošanās un pirms gulēt iešanas, lai uzturētu ķermeņa higiēnu. Šāds grafiks jaunietim var palīdzēt nostiprināt rutīnu, lai jaunietis atcerētos šīs darbības izdarīt katru dienu. Tāpat šis uzdevums palīdz pārliecināties, ka jaunietis ir izpildījis gan rīta, gan vakara uzdevumus.

Grafiks ir jāizgriež no lapas un jāiegriež vietās, kur redzama nepārtrauktā līnija.

Kad jaunietis grib atzīmēt izdarīto, attēls jāaizloka ciet ar apakšējo lapiņu.

Nolokāmās lapas otrā pusē var uzzīmēt smaīdu vai ko jauku, lai jaunietai pozitīvi motivētu.

4. uzdevums

Nepieciešamie materiāli: rakstāmpiederumi

Uzdevumā dažādi higiēnas produkti ir jāsavieno ar tiem paredzēto lietošanas vietu uz ķermeņa.

Izrunājiet, kā šie produkti jālieto, un kāpēc tos nevajadzētu lietot citādi. Pārrunājiet, kurus produktus drīkst lietot vairāki cilvēki (pūšamais dezoderants, salvetes, dušas želeja) un ar kuriem produktiem dalīties nedrīkst.

1. UZDEVUMS

Izkrāso katru produktu savā krāsā!

Izmanto katrai ķermeņa daļai savu produktu!

Iekrāso ķermeņa zīmējumu!

Dari to tādā pašā krāsā kā produkts!

Iekrāso to vietu, kur lieto šo produktu!

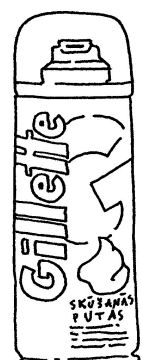
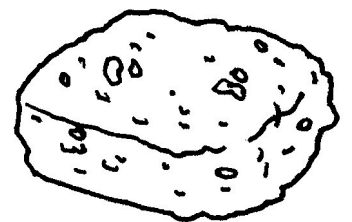
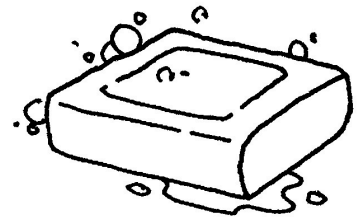
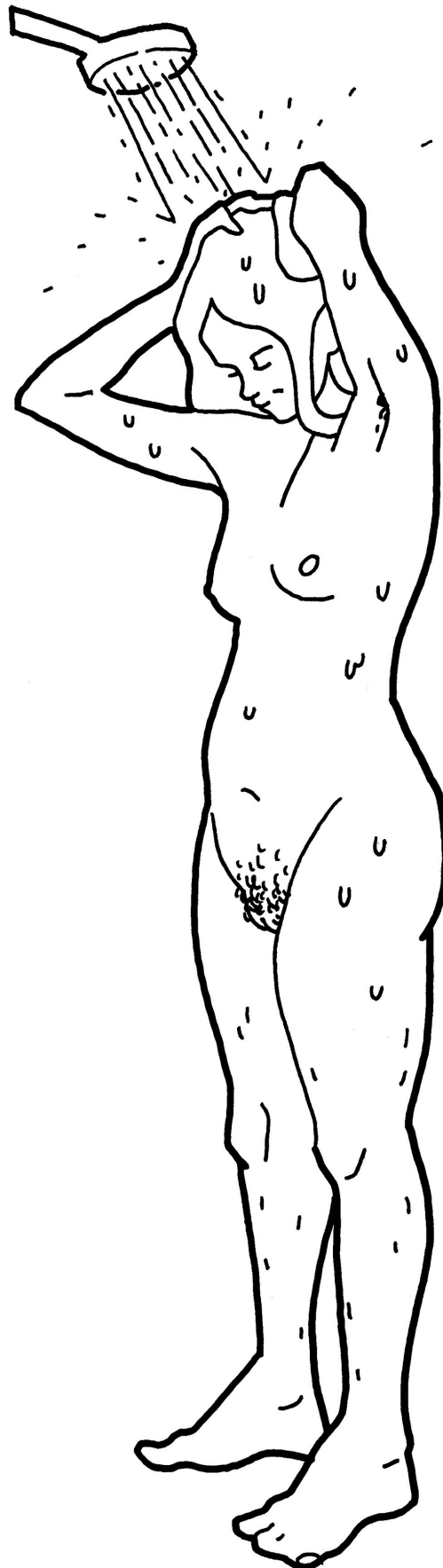
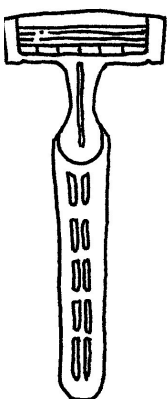
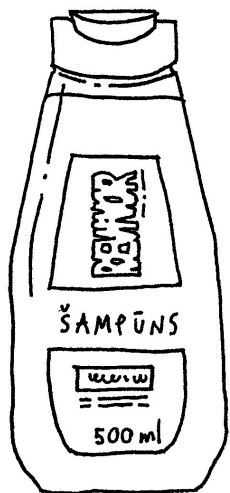
Piemērs:

Tu izkrāso šampūnu dzeltenu.

Ar šampūnu mazgā matus.

Tāpēc tu dzeltenus iekrāso arī matus.

1. UZDEVUMA PIELIKUMS



2. UZDEVUMS

Izkrāso katru produktu savā krāsā!
Izmanto katrai ķermeņa daļai savu produktu!
Iekrāso ķermeņa zīmējumu!
Dari to tādā pašā krāsā kā produkts!
Iekrāso to vietu, kur lieto šo produktu!

PIEMĒRS:

Tu izkrāso zobu pastu un zobu birsti zilu.
Ar tiem tu tīri zobus.
Tāpēc tu zilu iekrāso arī muti.

2. UZDEVUMA PIELIKUMS



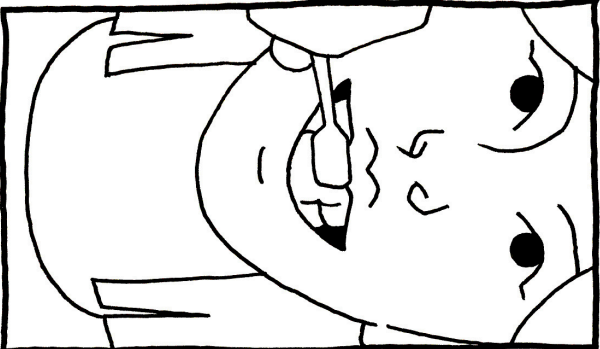
3. UZDEVUMS

Izgriez lapu ar rīta higiēnas grafiku!

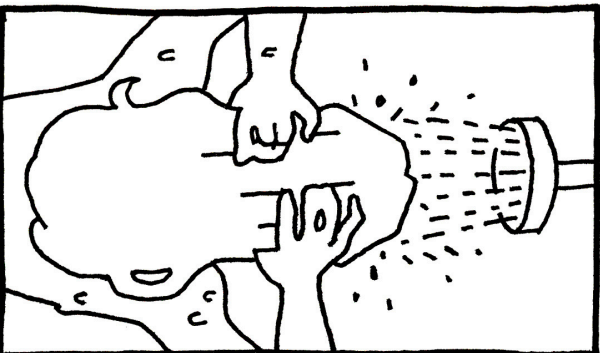
Katrai darbībai ir savs attēls.

Vai paveici uzdevumu?

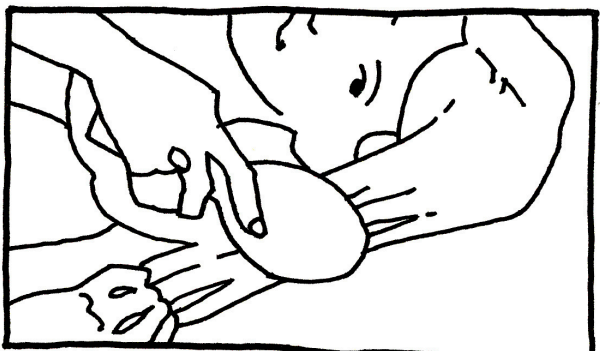
Aizloki attēlu!



TĪRĪT ZOBUS



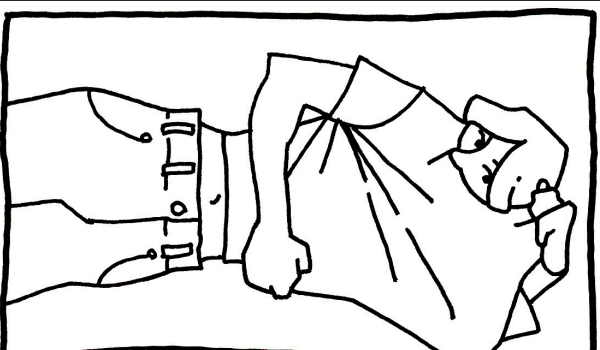
MAZGĀTIES



ĶEMMĒT MATUS



**IZMANTOT
DEZODORANTU**



APĢĒRBTIES



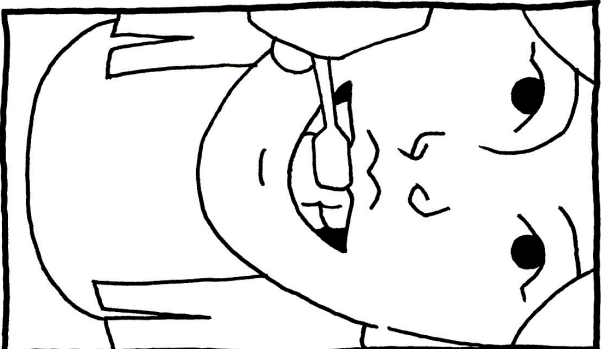
3. UZDEVUMS

Izgriez lapu ar vakara higiēnas grafiku!

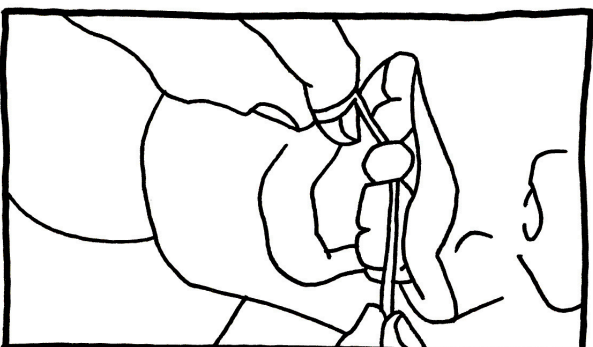
Katrai darbībai ir savs attēls.

Vai paveici uzdevumu?

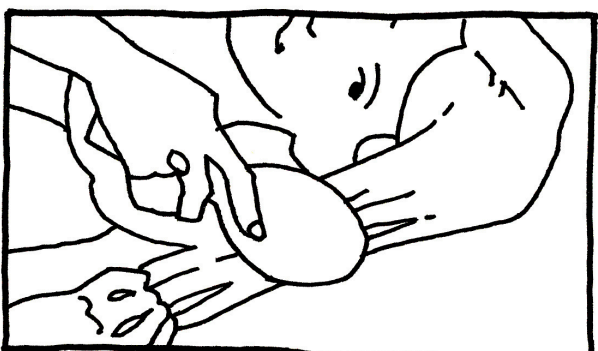
Aizloki attēlu!



TĪRĪT ZOBUS



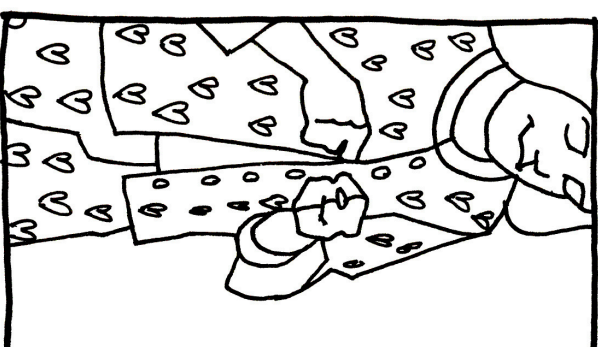
DIEGOT ZOBUS



KĒMMĒT MATUS



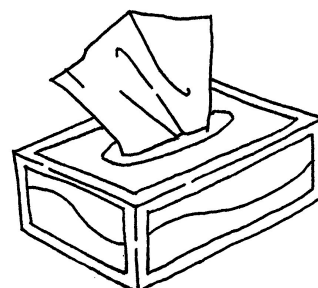
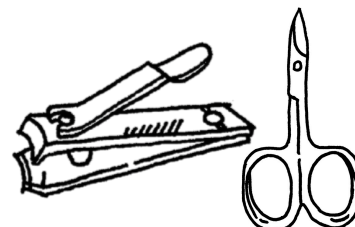
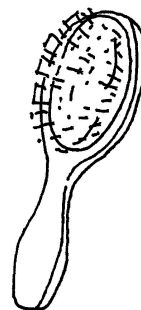
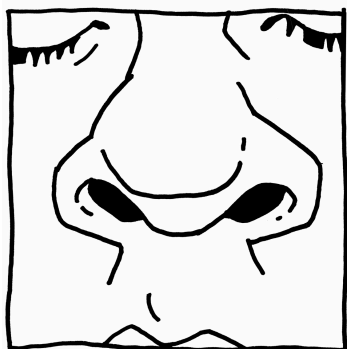
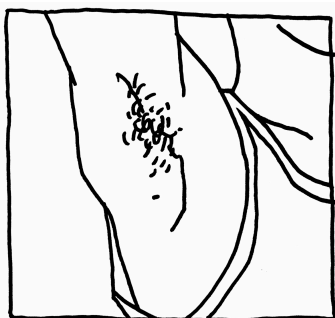
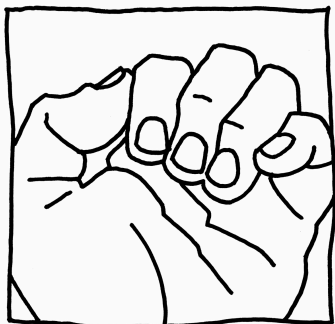
MAZGĀTIES



UZVILKT PIDŽAMU

4. UZDEVUMS

Savieno pareizos zīmējumus!



Šis materiāls ir sagatavots ar Sabiedrības integrācijas fonda atbalstu
no Latvijas valsts budžeta līdzekļiem.

Par tā saturu atbild biedrība "Papardes zieds".



Sabiedrības integrācijas
fonds