PLAN DE LECȚIE

„Pielea mea, scutul meu”

Ce este dermatita atopică și cum îmi îngrijesc pielea

Nivel: Grădiniță / clasa pregătitoare
Domeniul / aria de activitate: Educație pentru sănătate și dezvoltare personală
Tema activității: Pielea mea, scutul meu
Tipul activității: Dobândire și consolidare de cunoștințe, formare de comportamente sănătoase
Durata: 45-50 de minute
Forma de realizare: activitate integrată, conversație, demonstrație, joc didactic și activitate practică

Scopul activității

Familiarizarea copiilor cu rolul protector al pielii și cu noțiunea de dermatită atopică, formarea unor deprinderi simple de îngrijire a pielii și dezvoltarea unei atitudini empatice, de acceptare și sprijin față de copiii cu piele sensibilă.

Obiective operaționale

- O1 - să identifice pielea ca „scut” al corpului și să precizeze cel puțin două roluri ale acesteia;
- O2 - să explice, prin comparația cu un zid de cărămizi, diferența dintre pielea sănătoasă și pielea atopică;
- O3 - să recunoască factori care pot supăra pielea sensibilă (praf, polen, microbi, frig și vânt);
- O4 - să descrie, în termeni accesibili vârstei, legătura dintre mâncărime, scărpinat și iritarea pielii;
- O5 - să identifice alternative simple la scărpinat: ceva rece, mâini ocupate, unghii scurte și cremă;
- O6 - să enumere reguli de bază pentru îngrijirea pielii: cremă zilnic, baie scurtă cu apă călduță, fără frecare;
- O7 - să rețină că dermatita atopică nu este contagioasă și nu este vina nimănui;
- O8 - să manifeste comportamente de acceptare și sprijin față de un coleg cu piele sensibilă.

Strategii didactice

Metode și procedee: conversația euristică, explicația, observația, demonstrația, jocul didactic, exercițiul, problematizarea, învățarea prin descoperire.

Mijloace didactice: materialul educațional „Pielea mea, scutul meu”, balon sau eșarfă, cutie cu plastilină/puzzle/mingi moi, imagini suport, fișele de colorat și labirintul din material, creioane colorate.

Forme de organizare: frontal, pe grupe, individual.

Metode de evaluare: observarea sistematică, răspunsuri orale, joc de verificare, apreciere verbală, fișă de lucru.

Desfășurarea activității

Etapa lecției	Timp	Activitatea cadrului didactic	Activitatea copiilor	Metode / mijloace	Evaluare
1. Moment organizatoric	2 min	Pregătește materialele și	Se pregătesc pentru activitate și se așază în spațiul de lucru.	Conversația	Observarea

		asigură climatul necesar activității.			
2. Captarea atenției	4 min	Îl prezintă pe Alergino și lansează întrebarea: „Dacă pielea noastră ar fi un scut, de ce credeți că ne apără?”	Privesc personajul, formulează răspunsuri și exemple.	Conversația; materialul vizual	Răspunsuri orale
3. Anunțarea temei și a obiectivelor	2 min	Anunță tema „Pielea mea, scutul meu” și explică pe înțelesul copiilor că vor descoperi cum ne apără pielea, de ce uneori ne mănâncă și cum o putem ajuta.	Ascultă și formulează anticipări.	Explicația	Observarea interesului
4. Pielea este un scut	6 min	Explică rolurile pielii: ține apa înăuntru, microbii afară și ne apără de frig și vânt. Prezintă comparația cu zidul din cărămizi și „lipiciul” dintre ele.	Identifică rolurile pielii și observă diferența dintre un zid întreg și unul cu goluri.	Explicația; observația; imagini	Întrebări orale
5. Joc: „Zidul cel puternic”	5 min	Organizează copiii în două rânduri, umăr la umăr, ca „cărămizile” pielii sănătoase. Încearcă să treacă un balon/eșarfă printre ei; apoi 2-3 copii fac un pas lateral, formând „crăpături”.	Participă la joc și observă că prin „zidul” cu goluri pot trece elementele din exterior.	Joc didactic; balon/eșarfă	Observarea participării
6. De ce mă mănâncă?	5 min	Explică faptul că pielea atopică poate fi uscată, aspră, roșie și poate provoca mâncărime. Prezintă cercul: „mă mănâncă - mă scarpin - pielea se înroșește - mă mănâncă și mai tare”.	Reconstituie verbal succesiunea și înțeleg de ce scărpinatul poate agrava iritația.	Explicația; problematizarea	Răspunsuri orale
7. Joc: „Scapă și tu de Scărpinici - Mâini ocupate”	5 min	La semnalul „Mă mănâncă!”, copiii duc mâinile la spate. La „Mâini ocupate!”, aleg un obiect și îl manipulează până numără împreună la 20.	Execută semnalele și exersează o alternativă la scărpinat.	Joc; plastilină/puzzle/minge moale	Observarea comportamentului
8. Cum îngrijim pielea?	6 min	Prezintă rolul cremei și regulile băii: apă călduță, baie scurtă, fără burete/frecare, tamponare blândă și cremă imediat după baie. Discută și despre haine moi, unghii scurte și mișcare.	Selectează comportamentele care ajută pielea și explică de ce sunt potrivite.	Conversația; demonstrația; imagini	Apreciere verbală
9. Suntem prieteni	4 min	Subliniază două mesaje: „Dermatita NU se ia!” și „Nu este vina nimănui”. Discută cum putem fi prieteni buni: nu râdem, întrebăm frumos, chemăm colegul la joacă și cerem ajutorul unui	Formulează exemple de comportamente empatice și corectează ideile greșite despre contagiozitate.	Conversația; joc de rol	Evaluarea atitudinilor

		adult când este nevoie.			
10. Fixarea și evaluarea	5 min	Recapitulează cele cinci idei-cheie: pielea este un scut; crema ajută; scărpinatul întreține mâncărimea; dermatita nu se ia; spunem unui adult cum se simte pielea. Oferă o fișă de colorat/labirint.	Răspund la întrebări și rezolvă sarcina aleasă.	Conversația; fișă de lucru	Evaluare orală și practică
11. Încheierea activității	2 min	Face aprecieri și încheie cu mesajul: „Pielea ta este scutul tău. Ai grijă de el în fiecare zi!”	Spun câte un lucru pe care îl vor ține minte.	Conversația	Aprecieri verbale

Întrebări pentru evaluarea finală

1. De ce spunem că pielea este un scut?
2. Ce se întâmplă când „zidul” pielii are mici crăpături?
3. Ce putem face în loc să ne scărpinăm?
4. Când folosim crema de îngrijire?
5. Se poate lua dermatita de la un coleg?
6. Cum putem fi un prieten bun pentru un copil cu pielea sensibilă?

Mesajul final al lecției

„Pielea ta este scutul tău. Ai grijă de el în fiecare zi!”

Resurse / suport didactic

Planul este realizat pe baza materialului educațional „Pielea mea, scutul meu - Ce este dermatita atopică și cum îmi îngrijesc pielea”, Programul educațional Alergino, adaptare după volumul „La sfat cu Alergino”, scris de dr. Diana Plăcintescu, ilustrații Andra Plăcintescu.