

Data publikacji: 12 czerwca 2020 r.

Tydzień obowiązywania: 15 - 19 czerwca 2020 r.

## Lekcja 12

Temat: Higiena okresu dojrzewania. Zajęcia dla dziewczynek.

Cel: dowiemy się, jakie zabiegi higieniczne są konieczne w czasie dojrzewania dziewczynek.

Opis lekcji: praca z tekstem przygotowanym przez nauczyciela, praca własna.

Pamiętaj, że nic z tej lekcji nie jest do zanotowania, bo przecież nie ma zeszytu przedmiotowego. Nie ma też podręcznika, stąd materiał pisany przeze mnie. Nie musisz czytać wszystkiego od razu. A może jednak wyda Ci się ciekawy? Zadania domowe to po prostu zadania dotyczące codziennego życia, nie musisz pokazywać mi, że zostały wykonane.

Te zajęcia poświęcone są zagadnieniom związanym z higieną osobistą. Na dobry początek spróbuj zastanowić się, dlaczego należy o nią dbać?

W okresie dojrzewania pojawiają się u dziewczynek zmiany, które powodują, że częściej należy przestrzegać zasad higieny:

- owłosienie – pojawia się pod pachami a także wokół narządów płciowych
- przetłuszczające się włosy
- trądzik
- pot
- miesiączka

Dlaczego wymienione zmiany wymagają częstszych zabiegów higienicznych?

Weź udział w ankiecie i przekonaj się, jaka jest Twoja wiedza na ten temat?

<https://www.testportal.pl/test.html?t=E86tYgxVELiY>

