

5. Milyen bőrtípusba tartoztok, és miért gazdálkodjatok okosan a naptőkétekkel?

Feladat neve: Faktorkereső játék

Korosztály: 7– 14 éves

Szükséges eszközök: Kiosztott feladatlapok/párok

Időkeret: 10 perc

Leírás - megvalósítás:

Magyarázzuk el a gyerekeknek, hogy bár a bőrüknek kettős védelmi rendszere van a napsugárzással szemben, a bőr védekezése csak hosszabb távon alakul ki, és a bőr önvédelmi képességének is vannak határai, így nem nyújt tökéletes biztonságot számunkra. Ezért fontos a megfelelő fényvédő krémek használata.

A feladatlapon kiosztott mondatokból eltűnt néhány szó, és egy különös véletlen folytán a feladatlap aljára kerültek. A gyerekek feladata az, hogy páros munkaformában a helyükre rakják a hiányzó szavakat, hogy a mondatok értelmessé váljanak.

Ha a párok elkészültek, közösen ellenőrizzük a megoldásokat (a diaprezentáció vonatkozó diája alapján), és hívjuk fel a figyelmet arra, hogy a fényvédő krémek nem nyújtanak teljes védelmet, ezért a megfelelő viselkedésformák kialakítása elengedhetetlen a teljes védelem érdekében. Beszéljük meg, hogy melyek is ezek!

A feladat megvalósítása során a gyerekekben rögzül az elhangzott ismeretanyag, és ha beazonosították a bőrtípusukat, és ismerik a napi UV index értékét, akkor sokkal pontosabban és részletesebben meg tudják határozni a leégés kockázatát és a megelőzés módját a megfelelő faktorszámú fényvédő krém kiválasztásával.

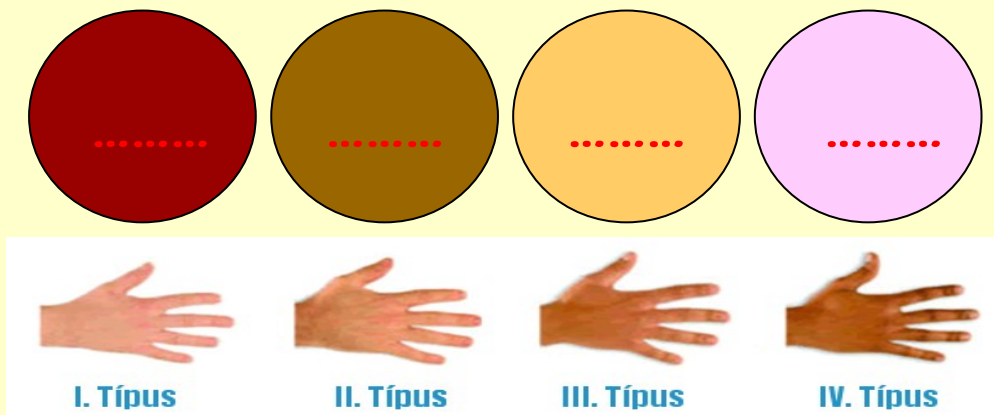
Feladatlap:

A feladatlap aljára került kifejezésekkel egészítsétek ki a hiányos (kipontozott) mondatokat és képfeliratokat!

**Hogy elkerüljétek e leégést, olyan összetett,
..... és UVB-szűrős fényvédő krémet
használjatok, amelynek a a napszaknak
és a a leginkább megfelelő!**

**Minél a bőrötök, annál
faktorszámú fényvédő krémet használjatok!
..... elején magasabb faktorszámú (20-40)
fényvédő krémmel kenjétek magatokat, és csak
akkor váltsatok az alacsonyabb faktorszámú (10-20)
krémekre, ha!**

**Ne felejtsetek el, hogy a fényvédő krém nem nyújt ...
..... védelmet!**



.....

**IV. típus; 10-20; világosabb; 40 +; I. típus; UVA;
bőrötöknek; teljes; leburntatok; III. típus; 2-10;
faktorszáma (SPF); nyár; 20-40; magasabb; II. típus;**