

.....
(pieczęć przedszkola/szkoły)

PROGRAM PRZEDSZKOŁA PROMUJĄCEGO ZDROWIE

„Zdrowy i bezpieczny
przedszkolak”

NA LATA 2013-2016

Koordynatorzy:

Justyna Kubicka, nr telefonu: 506644007

Halina Kozubek, nr telefonu: 724794321

WSTĘP

Zespół Szkolno-Przedszkolny w Wilczy jest placówką samorządową, której organem prowadzącym jest Urząd Gminy Pilchowice. Nadzór pedagogiczny sprawowany jest przez Śląskiego Kuratora Oświaty. Placówka ściśle związana jest z lokalną społecznością, pełni funkcję ośrodka kulturotwórczego inicjując oraz współorganizując wiele imprez środowiskowych. Nauczyciele starają się także rozwijać zdolności oraz zainteresowania uczniów podczas zajęć przygotowujących ich do konkursów oraz zawodów sportowych.

Diagnoza wstępna przeprowadzona na podstawie ankiet skierowanych do przedszkolaków wykazała, iż słabą stroną są aktualne problemy : stres, agresja, niewłaściwe odżywianie, pierwsza pomoc oraz bezpieczeństwo. Natomiast mocną stroną naszych przedszkolaków jest higiena osobista, higiena otoczenia jak również aktywność ruchowa.

Konstrukcja programu sformułowała dwa cele główne:

1. Poznanie podstawowych zasad racjonalnego odżywiania
2. Przestrzeganie zasad bezpieczeństwa na ulicy, w domu i w przedszkolu.

Zdrowie i bezpieczeństwo dziecka jest podstawowym warunkiem jego prawidłowego rozwoju. Dobry stan zdrowia przedszkolaka gwarantuje dobre samopoczucie, większą odporność organizmu, a także ułatwia zabawę i naukę. Wiek przedszkolny to okres, w którym kształtują się postawy determinujące aktualne i przyszłe zachowanie dotyczące zdrowia. Utrwalone w dzieciństwie przyzwyczajenia i nawyki decydują o późniejszym stylu życia, dlatego edukacja prozdrowotna pełni bardzo ważną rolę w procesie wychowania małego dziecka.

Śląska Sieć Szkół Promujących zdrowie pomaga nauczycielom w bardzo ważnej edukacji jaką jest promocja zdrowia i edukacja prozdrowotna. Daje cenne wskazówki, pomaga w napisaniu programu, organizuje ciekawe szkolenia, konsultacje, a także opracowane programy i materiały dydaktyczne.

Własne obserwacje zdobyte podczas pracy z dziećmi, zwłaszcza w ostatnich latach, pokazują, że nawyki zdrowotne zostały odsunięte na dalszy plan. Zwłaszcza zdrowe odżywianie zastąpione słodyczami i gotowymi produktami żywnościowymi przynosi coraz gorsze skutki.

Dlatego właśnie nasze przedszkole stara się o otrzymanie certyfikatu Śląskiej Sieci Szkół Promujących Zdrowie.

Podstawę prawną edukacji prozdrowotnej i promocji zdrowia stanowi Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej z dnia 23 grudnia 2008r. zmieniające rozporządzenie w sprawie podstawy programowej wychowania przedszkolnego oraz kształcenia ogólnego w poszczególnych typach szkół.

Treści związane z powyższymi problemami zawarte są w podstawie programowej w następujących obszarach:

5. Wychowanie zdrowotne i kształtowanie sprawności fizycznej dzieci.

Dziecko kończące przedszkole i rozpoczynające naukę w szkole podstawowej:

- 1) dba o swoje zdrowie; zaczyna orientować się w zasadach zdrowego żywienia;
- 2) dostrzega związek pomiędzy chorobą a leczeniem, poddaje się leczeniu, np. wie, że przyjmowanie leków i zastrzyki są konieczne;
- 3) jest sprawne fizycznie lub jest sprawne w miarę swoich możliwości, jeżeli jest dzieckiem mniej sprawnym ruchowo;
- 4) uczestniczy w zajęciach ruchowych, w zabawach i grach w ogrodzie przedszkolnym, w parku, na boisku, w sali gimnastycznej.

6. Wdrażanie dzieci do dbałości o bezpieczeństwo własne oraz innych.

Dziecko kończące przedszkole i rozpoczynające naukę w szkole podstawowej:

- 1) wie, jak trzeba zachować się w sytuacji zagrożenia i gdzie można otrzymać pomoc, umie o nią poprosić;
- 2) orientuje się w bezpiecznym poruszaniu się po drogach i korzystaniu ze środków transportu;
- 3) zna zagrożenia płynące ze świata ludzi, roślin oraz zwierząt i unika ich;
- 4) wie, że nie może samodzielnie zażywać leków i stosować środków chemicznych (np. środków czystości);
- 5) próbuje samodzielnie i bezpiecznie organizować sobie czas wolny w przedszkolu i w domu; ma rozeznanie, gdzie można się bezpiecznie bawić, a gdzie nie.

1. Moduł pierwszy: Przestrzeganie zasad bezpieczeństwa na ulicy, w domu i w przedszkolu.

Treści / zadania	Procedury (metody osiągnięcia celów)	Zakładane efekty
<ul style="list-style-type: none"> • Poznawanie i przestrzeganie podstawowych zasad poruszania się po drogach: zasady poruszania się w mieście i poza miastem, zapoznanie z wybranymi znakami drogowymi, przestrzeganie zasad ruchu drogowego. 	<ul style="list-style-type: none"> • spotkania z policjantem – prelekcje, pogadanki, wywiady, pokazy; • organizowanie konkursów: plastycznych, sprawnościowych, wiedzy na określony temat; • wykorzystywanie środków audiowizualnych i różnorodnej literatury o tematyce bezpieczeństwa na ulicy i innych form promocji i propagandy wizualnej np. plakaty, ulotki, wystawy itp. • wycieczki, spacer po okolicy i w mieście 	<ul style="list-style-type: none"> - potrafi prawidłowo przechodzić przez jezdnię w mieście (sygnalizator) i poza miastem (zebra) - rozpoznaje znaki drogowe - wie, że nie wolno wybiegać zza innych pojazdów - wie, że należy poruszać się pod opieką osoby dorosłej - rozumie zakaz zabawy w pobliżu tras komunikacyjnych
<ul style="list-style-type: none"> • Bezpieczne poruszanie się na terenie przedszkola: ostrożne i bezpieczne poruszanie się po sali i innych pomieszczeniach przedszkolnych, nieoddalanie się samodzielnie z placu lub budynku przedszkolnego, przestrzeganie 	<ul style="list-style-type: none"> • Organizowanie zabaw nie zagrażających jego zdrowiu i życiu • Zajęcia o tematyce zachowania bezpieczeństwa w przedszkolu • Zwiedzanie przedszkola, spotkania z pracownikami 	<ul style="list-style-type: none"> - zna rozkład pomieszczeń przedszkolnych - potrafi bezpiecznie poruszać się po budynku - zna zasady bezpiecznego oddalania się z miejsca zabawy czy zajęć - nie odchodzi samodzielnie od grupy - przestrzega zakazu

<p>ustalonych zakazów i nakazów</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bezpieczne korzystanie z zabawek i sprzętu w czasie pobytu w przedszkolu: właściwe użytkowanie zabawek oraz różnych materiałów, przyborów i narzędzi, przestrzeganie ustalonych zasad w czasie pobytu na placu zabaw • Umiejętność radzenia sobie w sytuacjach zagrażających własnemu bezpieczeństwu: <p>przestrzeganie zakazów dotyczących:</p> <ul style="list-style-type: none"> - zrywania nieznanych im roślin im grzybów - wykorzystywania w zabawie lekarstw lub innych środków chemicznych - zabawy z zapalkami - zabaw w miejscach niedozwolonych (w pobliżu jezdni, budowy, zbiorników wodnych) - zimowych zabaw na zamrzniętych jeziorach, 	<p>przedszkola</p> <ul style="list-style-type: none"> • Prace plastyczne, plakaty, ustalenie grupowego kodeksu bezpiecznego zachowania i bezpiecznych zabaw w przedszkolu 	<p>wychodzenia z przedszkola z osobą nieznaną</p> <ul style="list-style-type: none"> - nie zagraża innym uczestnikom zabawy - potrafi korzystać z zabawek zgodnie z ustalonymi regułami bezpieczeństwa - bezpiecznie posługuje się narzędziami i przyborami - rozumie potrzebę zgłaszania nauczycielce uszkodzeń różnych przedmiotów, które mogą zagrażać bezpieczeństwu - rozumie z czym wiąże się zrywanie nieznanych roślin i grzybów - rozumie, że sam nie może zażywać lekarstw - rozumie niebezpieczeństwo wynikające z zabawy zapalkami - zna niebezpieczeństwa wynikające z zabawy w niedozwolonych miejscach - przestrzega zakazu ślizgania się na naturalnych zbiornikach wodnych
---	--	--

<p>stawach czy rzekach</p> <ul style="list-style-type: none"> - samowolnego korzystania z urządzeń elektrycznych i gazowych podłączonych do sieci - znajomość własnego adresu - ograniczanie zaufania do nieznanych, obcych ludzi 		<ul style="list-style-type: none"> - rozumie, że niektóre urządzenia techniczne może obsługiwać w obecności osoby dorosłej - respektuje zakaz manipulowania przy kuchence gazowej i prądzie - zna swoje imię, nazwisko, adres zamieszkania, telefon - rozumie potrzebę zachowania ostrożności w kontaktach z osobami nieznanymi.
--	--	--

3. 2. Moduł drugi: Poznanie podstawowych zasad racjonalnego odżywiania

Treści / zadania	Procedury (metody osiągnięcia celów)	Zakładane efekty
<p>Wyposażenie w podstawowe wiadomości dotyczące zdrowia, zapoznanie z tym co sprzyja a co zagraża zdrowiu.</p> <p>Zdrowa dieta Kształtowanie nawyku zdrowego odżywiania się</p>	<ul style="list-style-type: none"> • zachęcanie do spożywania zdrowych produktów (mleka, sera, ciemnego pieczywa, owoców i warzyw jako źródła cennych witamin) • opracowanie plansz ze zdrową żywnością – „Artykuły spożywcze i ich podział” - piramida zdrowego żywienia • zachęcanie do spożywania dużej ilości warzyw i owoców poprzez. np. wspólne wykonywanie sałatek owocowych i warzywnych, wykonywanie kanapek, projektowanie deserów z wykorzystaniem owoców, twarogu, naturalnych 	<p>wie, co należy jeść, aby być zdrowym</p> <ul style="list-style-type: none"> - rozumie potrzebę mycia owoców i warzyw przed jedzeniem - potrafi wymienić podstawowe produkty spożywcze i dokonać ich podziału - wykona sałatkę owocową lub warzywną z pomocą dorosłych - czuje się ważne - zaplanuje własne posiłki - potrafi ułożyć prosty jadłospis

	<p>soków, zagadki smakowe</p> <ul style="list-style-type: none"> • "Jadłospis dla przedszkolaka" –poznanie przez dzieci elementarnych zasad zdrowego żywienia • rozumienie znaczenia umiaru w jedzeniu słodczy, chipsów, itp. • Stworzenie kącika eksponującego zdrowy styl życia, plakatu, gazetki, owocowy quiz • konkursy, piosenki, wierszyki • spotkanie (pogadanka, prelekcja) z dietetykiem, dentystą, pielęgniarką 	<p>- wie, że nie należy jeść dużo słodczy i innych niezdrowych potraw</p> <p>- potrafi wymienić produkty „zdrowe” dla organizmu</p>
--	---	---

Ewaluacja programu:

Założenia treści ujętych w Programie Promocji Zdrowia będą poddawane systematycznej ocenie oraz monitoringowi. Ewaluacja Programu będzie przeprowadzana stopniowo po pierwszym roku realizacji i po każdym następnym oraz po zakończeniu całości Programu.

Ewaluacji zostaną poddane:

1. Realizacja celów Programu
2. Zgodność realizacji z założeniami Programu
3. Ocena stopnia zgodności realizacji z harmonogramem rocznym
4. Zadowolenie uczestników programu: dzieci przedszkolnych, rodziców, nauczycieli, personelu

Ewaluacja przeprowadzona zostanie na podstawie:

- Ankiety przeprowadzonych wśród rodziców dzieci przedszkolnych
- Ankiety przeprowadzonych wśród nauczycieli i personelu Przedszkola
- Analizy dokumentacji nauczyciela (dzienniki zajęć, plany pracy)
- Testu obrazkowego dla dzieci

Do ewaluacji programu stosowane będą techniki i narzędzia takie jak:

- Ankiety dla rodziców
- Ankiety dla nauczycieli
- Ankiety dla personelu Przedszkola
- Obserwacje
- Sprawozdania
- Analizy dokumentacji
- Rozmowy i wywiady.
- Test obrazkowy dla dzieci

Bibliografia

1. E. i J. Frątczakowie. „Edukacja zdrowotna dzieci przedszkolnych.”, Toruń 1996.
2. K. Źuchelkowa, K. Wojciechowska . „Promocja zdrowia w edukacji dzieci przedszkolnych.” , Bydgoszcz 2000.
3. Cz. Cyrański, M. Kwaśniewska. „Moje przedszkole”. Program wychowania przedszkolnego” , Kielce 2002
6. Anna Łada-Grodzicka, Ewa Bełczewska, Maryla Herde, Elżbieta Kwiatkowska, Joanna Wasilewska „ABC... Program wychowania przedszkolnego XXI wieku” Wydawnictwa Szkolne i Pedagogiczne S.A
7. Brygida Łojewska „ W świecie przedszkolaka” program wychowania przedszkolnego. Wydawnictwo Koba Kraków 2001
8. Źuchelkowa K, Wojciechowska K.; Promocja zdrowia w edukacji dzieci przedszkolnych, Bydgoszcz 2000