

Gminne Przedszkole w Podegrodziu

„Rośnij zdrowo, bądź ostrożny”

Program profilaktyki

(przyjęty do realizacji przez Radę Pedagogiczną i Radę Rodziców Uchwałą nr 5/2007 z dnia
03.09.2007r.)

Opracowały:

mgr B. BODZIONY

mgr A. SOJKA



I ZAŁOŻENIA PROGRAMU

Profilaktyka to chronienie człowieka w rozwoju przed zagrożeniem oraz reagowanie na pojawiające się zagrożenia. Celem profilaktyki jest ochrona dzieci, wychowanków przed zakłóceniami rozwojowymi, czyli przed podejmowaniem zachowań hamujących lub niszczących rozwój, określanych w literaturze przedmiotu jako zachowania ryzykowne. Głównym założeniem programu jest przygotowanie dziecka do tego, by potrafiło współżyć z innymi, poznało zasady dbania o własne zdrowie i bezpieczeństwo w różnych sytuacjach.

Realizatorami programu są wszyscy pracownicy przedszkola, a w szczególności nauczyciele i dyrektor przedszkola. Zakładamy również współpracę z rodzicami, osobami i instytucjami zajmującymi się profilaktyką i wychowaniem.

II CELE OGÓLNE PROGRAMU

- promocja zdrowego stylu życia
- zapewnienie dzieciom bezpiecznego i kulturalnego uczestnictwa w ruchu drogowym poprzez praktyczne wdrażanie ich do rozumienia i przestrzegania
- rozwijanie umiejętności poprawnego komunikowania się i zachowań na co dzień
- stosowanie zasad bezpieczeństwa, poruszania się w przedszkolu i poza nim
- kształtowanie umiejętności analizy i oceny przedstawionej sytuacji

III CELE SZCZEGÓŁOWE

- kształtowanie u dzieci w wieku przedszkolnym świadomej i czynnej postawy w dążeniu do zachowania zdrowia
- nabywanie przez dzieci właściwych nawyków higienicznych, żywieniowych
- rozwijanie aktywności ruchowej z uwzględnieniem zasad bezpieczeństwa
- przestrzeganie zasad bezpiecznego poruszania się w grupie i społeczeństwie

- świadome unikanie niebezpiecznych sytuacji i zagrożeń

IV METODY REALIZACJI PROGRAMU

METODY:

- **podające:**
 - pogadanka
 - opowiadanie
 - opis
 - objaśnienie (wyjaśnienie)
- **problemowe:**
 - klasyczna metoda problemowa
 - aktywizujące (gry dydaktyczne, inscenizacje, dyskusja dydaktyczna, metoda sytuacyjna)
- **praktyczne:**
 - pokaz
 - ćwiczenia

V FORMY REALIZACJI PROGRAMU

Do realizacji treści zawartych w programie należy wykorzystać każdą sprzyjającą sytuację dydaktyczno-wychowawczą. Do form organizacyjnych służących realizacji programu należą:

- zabawy zaspokajające psychiczne, społeczne i fizyczne potrzeby dziecka (z uwzględnieniem zabaw twórczych)
- gry i zabawy dydaktyczne
- zajęcia planowo-organizacyjne
- prace dzieci
- pantomima, drama

- wycieczki i spacery
- uroczystości przedszkolne
- kontakty indywidualne

VI WSPÓŁPRACA Z RODZICAMI

Udział rodziców:

- wspólne podejmowanie decyzji dotyczących niektórych aspektów życia przedszkolnego
- włączanie rodziców do wspólnego udziału w uroczystościach przedszkolnych, konkursach
- pedagogizacja rodziców w ramach spotkań z nauczycielami i specjalistami: policją, psychologiem, pedagogiem.

VII EFEKTY DZIAŁAŃ PROFILAKTYCZNYCH

Dziecko:

- wie, jak zadbać o higienę swojego ciała, porządek, czystość otoczenia
- zna i stosuje przepisy ruchu drogowego
- przestrzega zasady bezpiecznego poruszania się po drogach i ulicach
- unika niebezpiecznych sytuacji i zagrożeń
- rozumie potrzebę aktywności fizycznej
- ma poczucie własnej wartości i wartości drugiej osoby
- okazuje szacunek dorosłym i rówieśnikom
- stosuje zwroty grzecznościowe

LP.	ZADANIA	SPOSOBY REALIZACJI	ODPOWIE DZIALNI	TERMIN
1.	Poznanie zasad zdrowego trybu życia.	1. Pogadanka „Chcę być zdrowy” <ul style="list-style-type: none"> • dostarczanie informacji o pozytywnych wymiarach zdrowego trybu życia • rozpoznawanie zachowań 	N-lki grup I,II	IX,IV

		<p>sprzyjających oraz szkodzących zdrowiu</p> <p>2. Udział w akcji „Sprzątanie świata” oraz „Dni ziemi”.</p> <p>3. Zabawy na cztery pory roku „Ruch to zdrowie”.</p> <p>4. Organizacja konkursu plastycznego „Jak spędzamy czas wolny z rodziną”.</p> <p>5. Turniej zdrowia przedszkolaków.</p> <p>6. Wprowadzenie cyklu zajęć gospodarczych „Małe kulinaria”.</p> <p>7. Wzbogacenie jadłospisu w produkty ekologiczne.</p> <p>8. Systematyczne mycie zębów „Dbamy o swoje zęby”.</p> <p>9. Spotkania rodziców ze specjalistami, wspieranie w prawidłowym postępowaniu z dzieckiem.</p> <p>10. Rozmowy z rodzicami</p> <ul style="list-style-type: none"> • angażowanie rodziców w działalność prozdrowotną przedszkola, przekazywanie im wiedzy z tego zakresu. <p>11. Przedstawienie artykułów w gazetce przedszkolnej o tematyce „Zdrowym być”.</p> <p>12. Organizowanie wystaw promujących twórcze i zdrowe życie.</p> <p>13. Ćwiczenia relaksacyjne i ruchowe kształcące umiejętność panowania</p>	<p>N-lki grup I-II</p> <p>N-lki grup I-II</p> <p>N-lki grup III-IV</p> <p>N-lki grup I-II</p> <p>N-lki grup I-II</p> <p>N-lki grup I-II</p> <p>N-lki grup I-II</p> <p>Dyrektor, n-lki grup I-II</p> <p>Dyrektor, n-lki grup I-II</p> <p>N-lki grup III-IV</p> <p>N-lki grup II-II</p> <p>N-lki grup I-II</p>	<p>IX, IV</p> <p>cały rok</p> <p>IV</p> <p>cały rok</p> <p>cały rok</p> <p>cały rok</p> <p>X,VI</p> <p>cały rok</p> <p>XII, VI</p> <p>cały rok</p> <p>cały rok</p>
--	--	--	--	--

		<p>nad własnym ciałem, odprężeniu, koncentracji, uwagi.</p> <p>14. Organizowanie zawodów sportowych w ogrodzie przedszkolnym.</p> <p>15. Organizacja spartakiady pod hasłem „Potyczki rodzinne”.</p> <p>16. Stwarzanie okazji do wspólnej zabawy dzieci młodszych i starszych.</p>	<p>N-lki grup I- II</p> <p>N-lki grup I-II</p> <p>N-lki grup III</p>	<p>cały rok</p> <p>V</p> <p>cały rok</p>
2.	Przestrzeganie higieny narządów zmysłów, higieny otoczenia oraz wypoczynku.	<p>1. Organizowanie sytuacji edukacyjnych pozwalających zrozumienie dziecku zasady kultury współżycia z innymi</p> <ul style="list-style-type: none"> • wykorzystanie dramy • organizowanie zabaw tematycznych • wykorzystanie codziennych zdarzeń w przedszkolu • odniesienie do postaci z literatury. <p>2. Zabawy relaksacyjne „Hałas mężczyścisza relaksuje”.</p> <p>3. Organizowanie wycieczek do parku i lasu.</p> <p>4. Codzienny pobyt na świeżym powietrzu.</p> <p>5. Zorganizowanie zabaw grupowych z udziałem rodziców w formie quizu pt. ”Czego nie wolno?”.</p> <p>6. Przestrzeganie rytmu dnia.</p> <p>7. Rozmowy na temat „Jak ograniczyć nadmierny hałas”.</p> <p>8. Obserwacja pracy wszystkich pracowników przedszkola podczas wykonywania codziennych</p>	<p>N-lki grup I- II</p> <p>N-lki grup I II</p> <p>N-lki grup I II</p> <p>N-lki grup I- II</p> <p>N-lki grup I II</p> <p>N-lki grup I- II</p> <p>N-lki grup I- II</p>	<p>cały rok</p> <p>cały rok</p> <p>cały rok</p> <p>cały rok</p> <p>cały rok</p> <p>X-V</p> <p>Cały rok</p>

		obowiązków.	I- II	
3.	Przestrzeganie zasad bezpiecznego poruszania się w przedszkolu i poza nim.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Pogadanka „Bezpieczna droga do przedszkola”. 2. Wycieczka na Komisariat Policji (rozpoznawanie znaków drogowych dotyczących ruchu pieszego). 3. Wycieczki na skrzyżowanie dróg. 4. Pogadanka z policjantem, prezentacja filmu „Dziecko samo w domu i na placu zabaw”. 5. Wykorzystanie przykładów z literatury dziecięcej. 6. Udział dzieci w konkursach o bezpieczeństwie ruchu drogowego. 7. Aktywny udział rodziców w pracach porządkowych na rzecz przedszkola. 8. Organizowanie sytuacji edukacyjnych przybliżających dziecku omawiane zagadnienia: <ul style="list-style-type: none"> • wykorzystanie dramy • odniesienie do postaci z literatury • organizowanie zabaw tematycznych • wykorzystanie codziennych zdarzeń w przedszkolu. 9. Zajęcia plastyczne: <ul style="list-style-type: none"> • rysowanie swojej drogi do przedszkola, znaków drogowych, 	<p>N-lki grup I-II</p> <p>Dyrektor, rodzice, n-lki grup I- II</p> <p>N-lki grup I-II</p> <p>Dyrektor, rodzice, n-lki I-II</p> <p>N-lki grup I-II</p> <p>N-lki grup I-II</p> <p>Rodzice, dyrektor, n-lki grup I-II</p> <p>N-lki grup I-II</p>	<p>IX</p> <p>X</p> <p>cały rok</p> <p>X,VI</p> <p>cały rok</p> <p>X,V</p> <p>cały rok</p> <p>Cały rok</p>

--	--	--	--	--

EWALUACJA

- dyskusje, wymiana opinii na spotkaniach Rady Pedagogicznej
- anonimowa ankieta wśród rodziców

INFORMACJA O REALIZACJI PROGRAMU

Program ma charakter otwarty, jego treści mogą być rozszerzone w zależności od zainteresowań dzieci, inwencji nauczyciela oraz warunków i środków dydaktycznych, jakimi dysponuje przedszkole. Będzie on realizowany w roku szkolnym 2004/2005 we wszystkich grupach wiekowych.

Podstawowym warunkiem prawidłowej realizacji programu „Rośnij zdrowo, bądź ostrożny” jest znajomość psychofizycznej sylwetki dziecka w wieku przedszkolnym oraz świadomość znaczenia systematycznych oddziaływań w procesie kształtowania się właściwych i trwałych postaw.

Dziecko w wieku przedszkolnym charakteryzuje słaba spostrzegawczość, rozproszona i mimowolna uwaga, niski poziom myślenia przyczynowo – skutkowego, słaba orientacja przestrzenno-czasowa, skłonność do nieprzemyślanych ryzykownych, żywiołowych decyzji. Wszystkie te cechy wskazują na kierunek oddziaływań wychowawczo – dydaktycznych, na konieczność wyrobienia określonych umiejętności oraz sprawności niezbędnych w przygotowaniu do bezpiecznego uczestnictwa w ruchu drogowym. Istnieje więc potrzeba korelacji różnych dziedzin wychowania.

Treści z zakresu programu profilaktyki nie będą stanowić odrębnego bloku tematycznego do realizacji. Okazją do ich wprowadzenia będą zajęcia i zabawy poświęcone różnorodnej tematyce i kształtujące wszechstronne umiejętności dziecka (np. przygotowanie do czytania, pisanie, pojęcia matematyczne itp.).

PRZYKŁADOWE KONSPEKTY ZAJĘĆ

KONSPEKT NR 1

TEMAT: „Wybieramy miejsce do bezpiecznej zabawy”.

CELE OGÓLNE:

- uświadomienie dzieciom niebezpieczeństw grożących podczas zabawy na dworze
- utrwalenie zasad i miejsc bezpiecznej zabawy

CELE OPERACYJNE (dziecko...):

- wskazuje miejsce bezpieczne do zabawy
- wskazuje miejsce zagrażające bezpieczeństwu (np. wykopy, jezdnia itp.)
- respektuje przyjęte ustalenia
- sygnalizuje nieprawidłowości

POMOCE:

- sprzęt terenowy
- zabawki
- emblematy pojazdów do zabawy

METODA:

- podająca (pogadanka, opis, wyjaśnienie)
- problemowa (klasyczna metoda problemowa, aktywizująca)
- praktyczne (pokaz, ćwiczenia)

PRZEBIEG ZAJĘCIA:

1. Spacer po osiedlu wokół przedszkola.
 - wybór miejsc bezpiecznych do zabawy

- wskazanie miejsc zagrażających bezpieczeństwu dzieci (bliskość jezdni, wykopy, parkingi)
- uzasadnienie dokonanego wyboru

2. Zabawa w ogrodzie przedszkolnym.

- wytyczenie miejsc do bezpiecznej zabawy (wspólnie z dziećmi): piaskownica, plac zabaw ze sprzętem terenowym
- wytyczenie tras, którymi mogą poruszać się piesi i kierujący pojazdami
- wspólne respektowanie przyjętych ustaleń i sygnalizowanie nieprawidłowości
- omówienie wspólnej zabawy ze szczególnym uwzględnieniem zachowania zasad bezpieczeństwa.

KONSPEKT NR 2

TEMAT: Czy znasz znaki drogowe?

CELE OGÓLNE:

- utrwalenie wyglądu i znaczenia poznanych znaków drogowych, kojarzenie ich z określoną sytuacją drogową
- przestrzeganie zasady zgodnego współdziałania w zespole
- rozwijanie inwencji i pomysłowości podczas konstruowania gry

CELE SZCZEGÓŁOWE:

Dziecko potrafi:

- wyjaśnić znaczenie wybranych znaków w ruchu drogowym
- określić kolor i kształt poszczególnych znaków
- podzielić znaki na: ostrzegawcze, zakazu, nakazu, informacyjne (kryterium podziału – kształt i kolor)
- ustalić reguły gry (np. miejsce przejścia dla pieszych – czekasz na jedną kolejkę, przystanek autobusowy – pokonujesz dwa pola itp.)
- uzasadnić konieczność stosowania się do znaków
- dodawać i odejmować

POMOCE:

- kartoniki ze znakami drogowymi
- kartoniki czyste
- 2 kostki do gry
- ilustracja przedstawiająca wybraną sytuację w ruchu drogowym np. przejazd kolejowy, przejście dla pieszych itp.
- wiersz pt. „Kolorowe znaki” K. Wiśniewskiego

METODY:

- podające: (pogadanka, opowiadanie, objaśnienie)
- problemowe: (klasyczna metoda problemowa, aktywizujące – gry dydaktyczne)
- praktyczne: (pokaz, ćwiczenie)

FORMY:

- indywidualna
- zbiorowa
- zespołowa

PRZEBIEG ZAJĘCIA:

1. Wysłuchanie wiersza K. Wiśniewskiego „Kolorowe znaki” nawiązaniem do tematu zajęcia.

WIERSZ „KOLOROWE ZNAKI”

Idąc na spacer ze swoim tatą
mały przedszkolak był nieswój taki,
nie wiedział bowiem dlaczego stoją
na wszystkich drogach te dziwne znaki.

Na jednej nóżce, tak jak bociany:
trójkąty, koła, romby, kwadraty...
każdy z nich barwnie pomalowany,
więc postanowił spytać się taty.

Tatusiu, powiedz czemu na drogach
po obu stronach są ustawione
te dziwne znaki w różnych kolorach:
żółte, niebieskie, białe, czerwone?

Widzisz - mój synku – słyszy odpowiedź
znaki dla ciebie tak zagadkowe
wszyscy kierowcy znają na pamięć,
bo to właśnie ZNAKI DROGOWE.

Ich kształt i barwa oraz rysunek
namalowany na znaku tarczy

na wszystkich drogach całego świata
zawsze i wszędzie to samo znaczy.

Trójkąty żółte z brzegiem czerwonym
z rysunkiem czarnym jak pióra kawcze
mówią: Uważaj na mój rysunek!"

I są to ZNAKI OSTRZEGAWCZE.

Te duże koła z brzegiem czerwonym,
które z daleka widać od razu,
„Nie wolno” – krzyczą głosem donośnym,
bo to są właśnie ZNAKI ZAKAZU.

Mniejsze koła, z niebieską tarczą
białą strzałką, jak ptasi pazur,
mówią stanowczo: „Jedź, jak ci każą!”
dlatego są to ZNAKI NAKAZU.

A prostokąty oraz kwadraty,
te z tłem niebieskim, stojące z gracją,
INFORMACYJNE są to znaki,
bo zawsze służą informacją.

Wiem już dlaczego duzi i mali
znaki drogowe widują co dzień?
żeby bezpiecznie z dróg korzystali:
każdy kierowca i każdy przechodzień.

2. Odszukanie w sali ukrytych znaków drogowych

- przypomnienie ich znaczenia w ruchu drogowym
- określenie kolorystyki i kształtu
- dokonanie podziału znaków na: ostrzegawcze, zakazu, nakazu, informacyjne (kryterium podziału: kształt i kolor).

3. Omówienie ilustracji umieszczonej na tablicy w sali

- odszukanie znaku drogowego właściwego dla przedstawionej sytuacji, umieszczenie go na ilustracji (odpowiedni kartonik ze znakiem)

- podkreślenie znaczenia znaków drogowych dla bezpieczeństwa uczestników ruchu drogowego.

4. Tworzenie „gry – ściganki”

- ułożenie na podłodze kartoników stanowiących pola do gry (kartoniki ze znakami i czyste)
- ustalenie reguł gry (np. miejsce przejścia dla pieszych – czekasz 1 kolejkę, przystanek autobusowy – pokonujesz 2 pola itp.)
- akcentowanie zasad i konieczności stosowania się do znaków.

5. Wspólna zabawa z wykorzystaniem ułożonej „gry – ściganki” (dzieci mogą być podzielone na kilka zespołów, pionkami mogą być dzieci).

PRZYKŁADOWE GRY I ZABAWY DO WYKORZYSTANIA

1. ZABAWA INTEGRACYJNA „SAMOCHODY DO GARAŻU”

POMOCE:

- emblematy samochodów lub napisy
- rekwizyt policjanta (czapka lub lizak)

OPIS:

Dzieci odliczają do czterech i przyporządkowują każdej liczbie jakąś markę samochodu. Nauczycielka wyjaśnia: jedynki są np. mercedesami, dwójki – toyotami, trójki – hondami, czwórki – volvami. W środku kręgu siada wybrane dziecko, które zostaje policjantem. Policjant „kieruje ruchem” wywołując samochody. Na hasło „na jezdnię wjeżdżają” np. mercedesy (dzieci, które są „mercedesami” zmieniają swoje miejsce) itd. Na hasło „samochody do garażu” wszystkie dzieci zmieniają miejsce łącznie z policjantem. Kto nie znajdzie miejsca w kręgu, siada na miejsce policjanta. Zabawa powtarza się.

2. ZABAWA PRZY MUZYCE – RUCH SYTUACYJNY

POMOCE:

- magnetofon
- kaseeta z energiczną muzyką

OPIS:

Dzieci maszerują w rytmie muzyki w kole. Na przerwę w muzyce wybrane dziecko losuje kartkę z poleceniem do wykonania, dzieci naśladują odczytaną czynność:

- zmieniamy koło w samochodzie

- zapalamy silnik
- pchamy samochód pod górkę
- myjemy samochód

Po każdym wykonaniu zadania włączamy muzykę i dzieci dalej maszerują.

3. ZABAWA RUCHOWA „DOBRY KIEROWCA”

OPIS:

Jedno dziecko w parze jest kierowcą a drugie samochodem. Kierowca stoi za „samochodem” i przez „dotyk” kieruje autem: dotknięcie w głowę oznacza uruchomienie samochodu i dziecko będące samochodem „jedzie” do przodu, dotknięcie przez kierowcę lewego ramienia dziecka, które jest samochodem powoduje zakręt w lewo, prawego ramienia zakręt w prawo, klepięcie w plecy zatrzymanie. Po jakimś czasie następuje zmiana ról.

4. POKAZYWANKI

Nauczycielka recytuje teksty w połączeniu z gestami a dzieci je naśladują.

TEKST 1

Idzie policjant bardzo zmęczony */pozycja dzieci pochylona/*
 I ledwie stawia zmęczone nogi */powolny chód w miejscu/*
 Bo długo szukał i wszystkich pytał */rozglądania się dookoła/*
 Lecz nikt nie widział i nikt nie słyszał */wzruszenie ramionami/*
 Więc rozpacz duża, więc rozpacz wielka */smutna mina/*
 Zaginał piesek, zwie się Perelka */naśladowanie głosem psa/*

TEKST 2

Ruch na ulicy jak zwykle */bieg w miejscu/*
 Jadą auta i motocykle */pozycja stojąca, naśladowanie kierowania pojazdem/*
 Jedzie tramwaj za tramwajem */naśladowanie trzymania uchwyty w tramwaju/*
 Na przystanku każdy staje */stanie na baczność/*
 Spieszą się ludzie w różne strony */obrót głowy w lewo, w prawo/*
 I każdy uważa, bo ruch jest szalony */lornetka z ręką/*

TEKST 3

Na skrzyżowaniu policjant stoi */dzieci salutują/*

Każdy jest grzeczny i nikt nie broi */palec wskazujący na ustach/*

On dziś wskazuje: jedź, idź lub STOP */machanie ręką nakaz jazdy dla kierowców/*

Każdy rozumie te gesty w lot */prawy kciuk do góry/*

TEKST 4

Czy słończko, czy wiaterek */poruszanie rękoma w górze, w prawo i w lewo/*

Chodzą dzieci na spacer */marsz w miejscach/*

Rozmawiają o laleczkach, o książeczkach, o pieseczkach */głowa pochylona w lewo lub w prawo, otwarte dłonie naśladujemy czytanie książki głosem „hau, hau”/*

Idą i nie patrzą wcale, bo się nagle posprzeczały */zasłaniamy dłońmi oczy/*

Nagle dźwięk klaksonów, opon pisk */dowolne odgłosy/*

Ulica, pasy ważna sprawa trzeba bardzo tu uważać */prawy palec wskazujący do góry/*