

**Program profilaktyczny
do użytku wewnętrznego
Przedszkola w Nowej Wsi Lęborskiej
oraz oddziału zamiejscowego
w Lubowidzu**

„Bezpieczeństwo i zdrowie przedszkolaka”

SPIS TREŚCI

Wstęp

1. Charakterystyka programu.
2. Cele programu.
3. Formy i metody pracy.
4. Treści programowe i formy ich realizacji.
5. Formy prezentowania osiągnięć dzieci.
6. Ewaluacja programu.

Autorki programu:
mgr Katarzyna Szulta
mgr Irena Michnik

Wstęp

Świat pełen jest zwykłych i niezwykłych zdarzeń, w których codziennie uczestniczą dzieci. Lubią zabawę, spacer, wyjazdy, wycieczki. Ważne jest to, aby od najmłodszych lat dzieci uczyły się podstawowych zasad bezpiecznej zabawy, poznawały znaczenie zdrowego stylu i trybu życia, aby w pełni korzystać z tego co daje im najbliższe otoczenie.

I. Charakterystyka programu.

Zapewnienie zdrowia i bezpieczeństwa dzieciom stanowi podstawowe zadanie, przed którym stają rodzice i nauczyciele. Wraz z rozwojem dziecka i jego samodzielności trzeba liczyć się z koniecznością wyposażania go w umiejętność przewidywania zagrożeń, unikania ich, a jeśli już zaistnieją – w zdolność radzenia sobie z trudną sytuacją. Świadomość tego stała się inspiracją do stworzenia programu profilaktycznego dla przedszkolaków.

Program „Bezpieczeństwo i zdrowie przedszkolaka” ma na celu kształtowanie pozytywnych i bezpiecznych postaw w sytuacjach trudnych, zagrażających życiu lub zdrowiu oraz poznawanie sposobów radzenia sobie z nimi. Dzieci w wieku przedszkolnym szybko i łatwo przyswajają wiedzę.

W bezpieczny świat wprowadza dzieci nauczyciel, który korzystając z pomocy specjalistów wprowadza dzieci w tematykę związaną z dbaniem o zdrowie i bezpieczeństwo.

Program może być realizowany w czasie trwania całego roku szkolnego.

Bloki tematyczne do realizacji:

1. Bezpieczne dziecko w przedszkolu.
2. Przedszkolak bezpieczny na drodze i w podróży.
3. Bezpieczne zabawy w terenie.
4. Nieznane osoby i zwierzęta w otoczeniu dziecka.
5. Bezpieczeństwo w domu.
6. Zdrowie fizyczne
 - a) aktywność fizyczna
 - b) zdrowe odżywianie
 - c) profilaktyka wad postawy
 - d) profilaktyka stomatologiczna
7. Zdrowie psychiczne: „Moje emocje – moje uczucia – To ja...”
8. Bezpieczny internet – dziecko w sieci.

9. Pierwsza pomoc przedmedyczna.

II. Cele programu

- wdrażanie dzieci do przestrzegania zasad bezpieczeństwa poprzez ukazywanie źródeł powstawania sytuacji niebezpiecznych
- kształtowanie u dzieci właściwych postaw w obliczu zagrożenia
- uwrażliwienie dzieci na potrzebę zachowania bezpieczeństwa w różnych miejscach
- zdobywanie wiedzy o świecie
- kształtowanie poczucia odpowiedzialności za siebie i innych
- kształtowanie nawyku stosowania zasady „mądrej zabawy”
- zapoznanie z zawodami takimi jak: lekarz, ratownik, strażak, policjant, stomatolog
- profilaktyka dotycząca zdrowia fizycznego i psychicznego:
Moje ciało-moje emocje
- zapoznanie dzieci z zasadami pierwszej pomocy przedmedycznej

III. Formy i metody pracy.

a) Formy:

- spotkania dzieci z przedstawicielami różnych zawodów
- nawiązanie współpracy z rodzicami
- organizowanie konkursów tematycznych
- prowadzenie zajęć o bezpieczeństwie i zdrowiu w formie zabaw
- i inscenizacji
- nauka wierszy i piosenek o charakterze prewencyjnym
- wyjazdy i wycieczki tematyczne
- publikowanie informacji o prowadzonych działaniach w ramach programu na stronie przedszkola i gazetkach dla rodziców

b) Metody:

- aktywizujące – czynne: samodzielnych doświadczeń, kierowanie własną aktywnością, zadań stawianych do wykonania, ćwiczeń utrwalających
- percepcyjne – obserwacja i pokaz zjawisk i czynności na których dziecko powinno skupić uwagę, osobisty przykład nauczyciela i rodzica jako wzór postępowania

- słowne – rozwijające procesy poznawcze i poszerzające zasób wiadomości dzieci
- twórczego rozwiązywania problemów – pozwalające łączyć zdobywaną wiedzę z doświadczeniem, wyrażać i uzasadniać własne decyzje i wybory

IV. Treści programowe i formy ich realizacji.

1. Bezpieczne dziecko w przedszkolu

Formy realizacji:

- zapoznanie z pomieszczeniami przedszkola, zabawkami, sprzętem w salach i na placu zabaw i sposobem korzystania z niego
- ustalenie zasad „Kodeksu przedszkolaka”
- kształtowanie umiejętności rozwiązywania problemów
- zapoznanie dzieci z pracownikami przedszkola

2. Przedszkolak bezpieczny na drodze i w podróży.

Formy realizacji:

- poznanie zasad bezpiecznego przechodzenia przez jezdnię
- zapoznanie z pracą policjanta
- poznanie zasad bezpiecznego podróżowania
- zapoznanie z numerem alarmowym
- zapoznawanie z wyglądem i ze znaczeniem znaków drogowych
- zapoznanie dzieci z przeznaczeniem odblasków, ochraniaczy, kasku, pasów bezpieczeństwa, fotelików samochodowych i rowerowych

3. Bezpieczeństwo w domu.

Formy realizacji:

- zapoznanie dzieci ze skutkami nieostrożnego posługiwania się różnymi przedmiotami, spożywania nieznanych substancji
- zapoznanie ze skutkami niewłaściwego obchodzenia się urządzeniami elektrycznymi, gazowymi, z wodą
- zapoznanie z pracą strażaka, ratownika medycznego, pielęgniarki

4. Osoby obce i nieznane zwierzęta w otoczeniu dziecka.

Formy realizacji:

- wdrażanie do zachowania odpowiedniej postawy wobec kontaktu z osobą obcą (postawa asertywna)
- zapoznanie z niebezpieczeństwami
- nauka mówienia „nie” w sytuacji zagrożenia i strachu
- poznanie konsekwencji zabawy i zbliżania się do nieznanych zwierząt

5. Bezpieczne zabawy w terenie

- nabywanie umiejętności spędzania czasu wolnego
- zaznajamianie dzieci ze skutkami zabaw w miejscach niedozwolonych
- uświadomienie znaczenia konieczności nieoddalania się od opiekunów podczas różnych sytuacji

6. Zdrowie fizyczne dzieci.

Formy realizacji:

a) aktywność fizyczna

- wdrażanie do konieczności rozumienia codziennego przebywania na świeżym powietrzu
- nabywanie umiejętności odpowiedniego dobierania ubioru stosownie do pogody
- poznawanie różnego rodzaju aktywności fizycznej, sportów
- rozumienie zasady „w zdrowym ciele zdrowy duch”

b) zdrowe odżywianie

- poznanie zasady „5 posiłków dziennie”
- rozumienie znaczenia owoców i warzyw w codziennej diecie
- wdrażanie do picia zdrowej wody
- zachęcanie dzieci do nabywania i stosowania zdrowych nawyków żywieniowych

c) profilaktyka wad postawy

- wdrażanie do zachowania prawidłowej postawy podczas chodzenia
- zwracanie uwagi na prawidłowe ubieranie butów i kapci
- nauka siedzenia na dywanie i przy stoliku (zdrowe plecy i kręgosłup)

- stosowanie technik i ćwiczeń relaksacyjnych

d) profilaktyka stomatologiczna

- nauka prawidłowej techniki szczotkowania zębów
- wdrażanie do konieczności wizyt u stomatologa
- spotkanie ze stomatologiem i higienistką stomatologiczną

7. Zdrowie psychiczne dzieci

a) Moje emocje-moje uczucia-moje ja:

- prawidłowe odczytywanie i określanie uczuć i emocji
- wdrażanie do opanowania umiejętności radzenia sobie w emocjami trudnymi, (ze smutkiem, złością itp)

8. Bezpieczny internet-bezpieczne dziecko w sieci:

Formy realizacji:

- wdrażanie do stosowania zasad bezpiecznego korzystania z różnych stron internetowych
- poznanie niebezpieczeństw w sieci
- rozumienie przez dzieci zakazu samodzielnego korzystania ze sprzętów elektronicznych bez wiedzy rodziców

9. Pierwsza pomoc przedmedyczna:

Formy realizacji:

- zajęcia z ratownikiem medycznym-pokaz udzielania pierwszej pomocy
- poznawanie technik udzielania pierwszej pomocy
- zapoznanie z pracą ratownika medycznego

V. Formy prezentowania osiągnięć dzieci:

- wystawy fotograficzne
- informacje o programie i osiągnięciach dzieci na stronie internetowej przedszkolaka
- prace i wytwory dzieci

VI. Ewaluacja programu

- obserwacja zachowań dzieci
- rozmowy z rodzicami (opinie)
- prace plastyczne dzieci
- wyniki konkursów