

**Program Przedszkola**  
**Promującego Zdrowie**  
**na lata 2013 – 2016**

Nauczyciele przedszkola:  
Elżbieta Koczy  
Jadwiga Skubis  
Barbara Zarodkiewicz-Czapla

Koordynator:  
Justyna Urbańczyk

## ***Cel główny:***

1. Nabywanie umiejętności dbania o własne zdrowie, higienę i bezpieczeństwo oraz radzenia sobie w trudnych sytuacjach.

## ***Cele szczegółowe:***

1. Kształtowanie umiejętności i postaw prozdrowotnych związanych z racjonalnym odżywianiem się oraz prawidłowych nawyków żywieniowych.
2. Podnoszenie świadomości dziecka w wieku przedszkolnym w zakresie bezpieczeństwa własnego i innych.
3. Stwarzanie i zaspakajanie optymalnych warunków dla rozwoju każdego dziecka z uwzględnieniem indywidualnych potrzeb dotyczących rozwoju fizycznego i psychicznego.
4. Kształcenie umiejętności społecznych dzieci, wdrażanie do aktywnego i świadomego uczestnictwa w życiu grupy przedszkolnej oraz kształtowanie pozytywnych postaw wobec kolegów i osób niepełnosprawnych.

## Wstęp

Dostrzegając wpływ wczesnego dzieciństwa na późniejsze życie człowieka, należy brać pod uwagę fakt, że rozwój dziecka dokonuje się nie tylko na podstawie zadatków wrodzonych, ale dzięki jego własnej aktywności i różnorodnym oddziaływaniom środowiska społeczno-kulturowego, a także stanowi odzwierciedlenie celowych działań wychowawczych. Uwzględnienie w rozwoju dziecka specyfiki okresu przedszkolnego pozwala na właściwe i wszechstronne przygotowanie go do dorosłego życia.

Edukacja zdrowotna w wieku przedszkolnym powinna być łącznikiem między wiedzą i doświadczeniem dziecka wyniesionym z domu rodzinnego a tym co powinno znać i umieć oraz rozumieć, kiedy wkroczy w dorosłe życie, w którym jego zdrowie stanowić będzie określoną „wartość” i kapitał na przyszłość. Szeroko rozumiana edukacja zdrowotna ma wskazać kierunek wszelkich działań w dążeniu do osiągnięcia przez dziecko stanu dobrego samopoczucia fizycznego, psychicznego i społecznego.

Wyżej wymienione założenia edukacji zdrowotnej przez wiele lat stanowiły ważny obszar działalności edukacyjnej organizowanej w naszym przedszkolu. W Przedszkolu realizowano opracowane i wdrożone przez nauczycielki przedszkola programy własne, Innowację pedagogiczną i projekty edukacyjne z zakresu edukacji zdrowotnej. Przystępując do Programu Śląskiej Sieci Szkół Promujących Zdrowie poszerzamy nasze dotychczasowe działania w zakresie szeroko rozumianej promocji zdrowia czyniąc z nich świadomy i ukierunkowany proces edukacyjny. Założenia programowe rozszerzają i wzbogacają ofertę edukacyjną naszego przedszkola. Realizacja treści Programu w procesie wychowawczo – dydaktycznym przedszkola sprzyjać będzie podejmowaniu przez dzieci działań twórczych oraz osiąganiu praktycznych umiejętności w zakresie ochrony zdrowia i profilaktyki zdrowotnej.

## **Wyniki diagnozy**

W Przedszkolu przeprowadzono diagnozę wstępną. Dokonano analizy bieżącego stanu działań prowadzonych na terenie przedszkola w zakresie promocji zdrowia i szerzenia wiedzy w tym zakresie. Działania diagnostyczne polegały na badaniach ankietowych prowadzonych wśród nauczycieli i pracowników przedszkola oraz rodziców dzieci. Dzieci przedszkolne zostały objęte badaniem za pomocą testu obrazkowego.

### **Analiza ankiet dla nauczycieli**

W badaniach wzięło udział 6 nauczycielek pracujących w naszym przedszkolu. Nauczycielki wypełniły ankietę, w której zawarto 26 pytań w formie zamkniętej. Pytania dotyczyły działań z zakresu edukacji zdrowotnej w przedszkolu oraz klimatu społecznego w placówce.

*Podsumowując wyniki ankiet, nauczycielki wykazują że:*

- W przedszkolu dba się o stan zdrowia dzieci,
- Chętnie wezmą udział w działaniach przedszkola na rzecz promocji zdrowia,
  - Sale zajęć są dostosowane do potrzeb dzieci,
  - Nauczyciele wiedzą jakie problemy zdrowotne mają ich wychowankowie,
  - Rodzice przekazują informacje o stanie zdrowia dziecka,
  - Dyrekcja przedszkola traktuje edukację zdrowotną jako ważne zadanie przedszkola,
  - Pomoc ze strony szkolnej pielęgniarzki jest wystarczająca,
  - Posiłki przedszkolne są odpowiednie dla dzieci,
  - Organizacja pracy na stołówce jest właściwa,
  - Przedszkole zapewnia bezpieczne warunki pobytu dziecka,
  - Przydział powierzonych obowiązków między nauczycielami jest właściwy,
  - Nauczyciele cieszą się że pracują w tym przedszkolu,
  - Chętnie przychodzą do pracy,
  - Relacje między nauczycielami są pozytywne,
  - Dyrekcja jest otwarta na propozycje i pomysły nauczycieli,
  - Dyrekcja udziela mi pomocy gdy jej potrzebuję,
  - Nauczyciele chętnie uczestniczą we wspólnych spotkaniach,
  - Czują się akceptowani wśród innych nauczycieli,

### **Nie są pewni / trudno powiedzieć czy:**

- Przedszkole zapewnia dzieciom właściwe warunki sanitarne,
- Osoba pełniąca funkcję pomocy nauczyciela udziela pomocy gdy jej potrzebuje,
- Swój sposób żywienia ocenia jako zdrowy,
- Ich zdanie na temat życia i pracy przedszkola jest brane pod uwagę,
- Dyrekcja przedszkola interesuje się mną jako człowiekiem,
- Mają zaufanie do większości nauczycieli z którymi współpracują

### **Raczej nie / zdecydowanie nie :**

- Wystarczająca opieka dodatkowa (pomoc nauczyciela).

### **Analiza ankiet dla rodziców**

W badaniach wzięli udział rodzice dzieci uczęszczających do przedszkola. Dobór grupy badanej był losowy. Rodzice wypełniali ankietę składającą się z 50 pytań o kafeterii zamkniętej i 2 pytań o kafeterii otwartej. Pytania dotyczyły stanu bezpieczeństwa w Przedszkolu, działań z zakresu edukacji zdrowotnej prowadzonych w Przedszkolu, organizacji i stanu wyżywienia dzieci w przedszkolu oraz klimatu społecznego w placówce.

Podsumowując wyniki ankiety można stwierdzić, że rodzice bardzo wysoko ocenili stan bezpieczeństwa w przedszkolu i jego klimat oraz własne zaangażowanie w edukację zdrowotną dzieci. Rodzice pozytywnie ocenili obszary :

- Budynek przedszkola i jego pomieszczenie są w dobrym stanie technicznym
- Liczba dzieci w przedszkolu odpowiada wielkości budynku
- W najbliższym otoczeniu przedszkola nie ma zagrożeń dla zdrowia i bezpieczeństwa dzieci zewnętrzny budynek i utrzymywanie jego terenu są dobrą „wizytówką” przedszkola
- W łazienkach są zawsze dostępne artykuły higieniczne: mydło, papier toaletowy
- Pomieszczenia przedszkolne, łazienki, korytarze są utrzymane w należytej czystości i mają estetyczny wygląd, temperatura i oświetlenie w pomieszczeniach jest właściwa
- Dzieci mają oznakowane przybory indywidualnego użytku: ręczniki, szczoteczki do zębów, szafki w szatni i sali
- Przedszkolny plac zabaw spełnia wszelkie wymogi bezpieczeństwa i estetyki
- Dzieci w przedszkolu czują się bezpieczne, mają zapewnioną właściwą opiekę, nauczyciele i dyrekcja są życzliwi dla rodziców i wspierają ich w wychowaniu dzieci oraz właściwie organizują i prowadzą proces edukacyjno – wychowawczy w przedszkolu
- W rodzinach przedszkolaków przestrzega się zasad zdrowego stylu życia .

Badanie ankietowe prowadzone wśród rodziców wykazało obszary wymagające działań naprawczych. Rodzice wskazali, że:

- W przedszkolu w sposób nie spełniający ich oczekiwań zaspakajane są indywidualne potrzeby dzieci (zwłaszcza najmłodszych) w zakresie relaksacji i odpoczynku
- Warunki architektoniczne placówki nie umożliwiają pobytu w przedszkolu dzieciom niepełnosprawnych ruchowo
- Nie we wszystkich pomieszczeniach i salach o dużym nasłonecznieniu, z których korzystają dzieci istnieje możliwość zasłaniania okien
- Nie wszystkie dzieci są zadowolone z żywienia w przedszkolu i chętnie zjadają posiłki przygotowywane w przedszkolnej stołówce
- W codziennym jadłospisie przedszkolnym brakuje warzyw i owoców.

W pytaniach otwartych rodzice mieli okazję do wymienienia szczegółowych opinii o pracy przedszkola, organizacji dnia, żywienia, podejmowanych działań w zakresie zapewnienia dzieciom właściwej opieki, ochrony zdrowia i innych. Mogli również podać własne propozycje zmian jakie można byłoby wprowadzić w pracy przedszkola w zakresie szerzenia edukacji zdrowotnej i promocji zdrowia. Rodzice najczęściej sygnalizowali problemy:

- Stworzenie dla wszystkich dzieci warunków do odpoczynku i relaksacji w ciągu pobytu w przedszkolu, a zwłaszcza umożliwić dzieciom młodszym warunki do popołudniowego odpoczynku
- Podawanie dzieciom w formie drugiego śniadania owoców, warzyw i naturalnych soków owocowych
- Zachęcanie dzieci do spożywania owoców, warzyw, zdrowej żywności poprzez prowadzenie i organizowanie różnych form zajęć: prelekcji, pogadarek, spotkań
- Prowadzić naukę udzielania pierwszej pomocy przedmedycznej i radzenia sobie w sytuacjach trudnych, uczyć dzieci asertywności i odpowiedzialności za bezpieczeństwo własne i innych
- Niektóre pomieszczenia przedszkolne są małe np.: szatnia, umywalnia, ubikacje dla dzieci.

### **Wyniki testu obrazkowego dla przedszkolaków w obszarze promocji zdrowia.**

W badaniu wzięło udział 30 dzieci 5-6 letnich. Do badania diagnostycznego wykorzystano test obrazkowy a uzyskane informacje są źródłem wiedzy na temat aktualnej sytuacji oraz na temat problemów w obrębie działań promujących zdrowie w naszym przedszkolu.

## **Podsumowanie wyników:**

### **dzieci wskazują że w naszym przedszkolu:**

- myjemy ręce przed posiłkiem
- codziennie szczotkujemy zęby
- uczymy się jak samodzielnie zrobić zdrową sałatkę, kanapkę lub sok
- uczymy się jak kulturalnie zachowywać się przy stole
- w przedszkolu dbamy o czystość
- wietrzymy salę
- często chodzimy na spacer
- bawimy się na placu zabaw
- potrafimy się cicho bawić
- policjant uczy nas bezpieczeństwa w ruchu drogowym oraz podczas kontaktu z psem

### **Wskazane przez dzieci problemy wymagające rozwiązania:**

- poznawanie zasad udzielania pierwszej pomocy
- segregacja śmieci w przedszkolu
- brak leżakowania
- poznawanie zasad bezpieczeństwa w czasie korzystania z urządzeń elektrycznych
- prowadzenie gimnastyki w strojach gimnastycznych
- codzienne spożywanie owoców

Pytanie otwarte miało w teście formę rysunku na temat innych działań podejmowanych w przedszkolu w celu promocji zdrowia:

### **Dzieci najczęściej wskazywały że w naszym przedszkolu:**

- chodzimy do sadu po świeże jabłka
- suszymy i łuskamy pestki dyni
- jemy zdrowe przekąski orzeszki i pestki dyni
- chodzimy na spacer
- ćwiczymy w ogrodzie
- robimy kompoty

## Charakterystyka przedszkola

Przedszkole Publiczne w Sączowie wchodzi w skład jednostki organizacyjnej pod nazwą Zespół Szkolno – Przedszkolny w Sączowie.

Organem prowadzącym placówkę jest Gmina Bobrowniki.

Przedszkole mieści się w budynku Szkoły na parterze. Bazę dydaktyczną stanowią 3 sale dla dzieci, sanitariaty dla dzieci i personelu, korytarz, szatnia i sala widowiskowa w podziemiu szkoły. Blok kuchenny: kuchnia, jadalnia jest wspólny ze szkoła podstawową. Dzieci przedszkolne korzystają z innych pomieszczeń szkolnych np. sala gimnastyczna, pracownia komputerowa, biblioteka, gabinet lekarski.

Do przedszkola uczęszcza 66 dzieci głównie z obwodu szkolnego, czyli z miejscowości: Sączów, Myszkowie, Twardowice i Siemonia.

Dzieci podzielono na trzy grupy wiekowe. Grupa dzieci 6-5 letnich liczy 25 dzieci, grupa dzieci 5-4 letnich liczy 25 przedszkolaków oraz grupa dzieci najmłodszych 3 - 4 latków o stanie 16 zapisanych dzieci.

Liczbę dzieci w poszczególnym wieku przedstawia tabela nr 1.

**Tabela 1**

### Wiek dzieci przedszkolnych

Rok urodzenia dzieci	wiek dzieci	Liczba dzieci
Rok 2006	6 lat	16
Rok 2007	5 lat	29
Rok 2008	4 lata	13
Rok 2009	3 lata	8
		Razem: 66

*Źródło: Opracowanie własne. Analiza dokumentacji Przedszkola.*

W przedszkolu zatrudnionych jest 4 nauczycieli w tym: 3 nauczycieli w pełnym wymiarze godzin i 1 nauczyciel w wymiarze 23/25 etatu oraz 3 nauczycieli zatrudnionych w Szkole Podstawowej prowadząc zajęcia w wymiarze 2 godz. tygodniowo. Nauczyciele zatrudnieni w Szkole Podstawowej prowadzą zajęcia dodatkowe z j. angielskiego, informatyki oraz religii w 2 grupach dzieci najstarszych. W Przedszkolu zatrudniony jest nauczyciel wspomagający w wymiarze 16 godzin tygodniowo. Nauczyciel prowadzi również indywidualne zajęcia terapii ruchowej z dzieckiem niepełnosprawnym uczęszczającym do Przedszkola w wymiarze 4 godz. tygodniowo.

Struktura zatrudnienia i kwalifikacje nauczycieli przedstawia tabela nr 2.



Tabela 2.

## Struktura zatrudnienia i kwalifikacji nauczycieli

	Mgr z p.p.	Wyższe zawod.	Średnie ped.	Średnie inne
<b>Pełnozatrudnieni</b>	3	-	-	-
<b>Niepełnozatrudnieni</b>	-	2	-	-
<b>Nauczyciele ze Szkoły Podstawowej</b>	3	-	-	

Źródło: Opracowanie własne. Analiza dokumentacji Przedszkola.

Strukturę stopni awansu zawodowego zatrudnionych nauczycieli przedstawia tabela nr 3.

Tabela 3.

## Struktura stopni awansu zawodowego nauczycieli

	Dyplomowany	Mianowany	Kontraktowy	Stażysta
<b>Pełnozatrudnieni</b>	3	-	-	
<b>Niepełnozatrudnieni</b>	-	-	2	-
<b>Nauczyciele ze Szkoły Podstawowej</b>	2	1	-	-

Źródło: Opracowanie własne. Analiza dokumentacji Przedszkola.

## Wizja i Misja Przedszkola

Misja Przedszkola jest opracowana łącznie z Misją Szkoły Podstawowej i stanowi Dokument Zespołu Szkolno-Przedszkolnego w Sączowie.

Misją Zespołu Szkolno-Przedszkolnego jest budowanie placówki przeznaczonej dla dzieci w wieku przedszkolnym i szkolnym, która przygotowuje dziecko do dalszego kształcenia na wyższych szczeblach edukacji, uczy twórczego rozwiązywania problemów i skutecznego porozumiewania się, budowania systemu wartości własnej osoby oraz rozwija pasje i zainteresowania.

Placówka zapewnia dziecku podmiotowe podejście do jego osoby, życzliwe traktowanie oraz bezpieczeństwo i opiekę podczas pobytu w placówce i na zajęciach przez nią organizowanych.

Wizja placówki określa model dziecka, które ukończyło edukację w Zespole.

Absolwent Zespołu odznaczał się będzie wrażliwością na piękno otaczającego świata i przyrody, twórczo rozwiązywać problemy, posiadał wiedzę i umiejętności niezbędne do dalszego kształcenia oraz będzie cechował się kulturą osobistą i znajomością podstawowych zasad życia w społeczeństwie.

## Moduł I ZDROWE ŻYWIENIE

Zadania/ treści	Procedury osiągania celów/ Metody	Efekty
1. Promocja zdrowego odżywiania	<ul style="list-style-type: none"> <li>- pogadanki z intendentką i higienistką szkolną</li> <li>-prezentacje multimedialne dla dzieci i rodziców przygotowane przez studentkę dietetyki ŚWSM w Katowicach</li> <li>- cykle zajęć edukacyjnych z zakresu wyrabiania prawidłowych nawyków żywieniowych</li> </ul>	<p>Dziecko:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- zna i wymienia wartości odżywcze poszczególnych produktów „Piramidy zdrowia”</li> <li>- zna i klasyfikuje poszczególne produkty żywieniowe</li> <li>- wybiera produkty zdrowe i świeże, wyroby domowe, a eliminuje fastfoody i sztuczne przekąski</li> <li>- pije wodę, naturalne herbaty i soki owocowe</li> <li>- świadomie i chętnie zjada pełnowartościowe posiłki śniadaniowe i obiadowe na stołówce przedszkolnej</li> <li>- zjada codzienny świeży owoc</li> </ul>
2. Przedszkolny ogródek	<ul style="list-style-type: none"> <li>- wiosenne zasiewy na grządce przedszkolnej</li> <li>- czynny udział w czynnościach pielęgnacyjnych w ogrodzie</li> <li>- udział w wykopkach ziemniaczanych</li> <li>- zbieranie owoców w sadzie i warzyw w ogrodzie</li> </ul>	<p>Dziecko:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- potrafi „zbierać” i segregować ziemniaki na polu</li> <li>- podejmuje czynności związane z zasiewami, pielęgnacją i zbiorem warzyw.</li> <li>- zna cykl wegetacji roślin uprawnych</li> </ul>
3. Przygotowywanie przez dzieci zdrowych potraw z przestrzeganiem zasad higieny i bezpieczeństwa	<ul style="list-style-type: none"> <li>- wykonywanie soków owocowych, sałatek owocowych i warzywnych, musów i zapraw na zimę</li> <li>- przygotowywanie zdrowych przekąsek: ziarna dyni, słonecznika i orzechów</li> <li>- przygotowanie zdrowych kanapek i warzywnego grilla</li> <li>-przygotowywanie domowych wypieków</li> </ul>	<p>Dziecko:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- potrafi obierać warzywa i owoce oraz przygotować z nich soki, sałatki, musy i zaprawy na zimę</li> <li>- w czasie wykonywania czynności gospodarczo-kuchennych przestrzega zasad higieny i bezpieczeństwa</li> <li>- odrzuca z diety sztuczne, słodkie przekąski a wybiera naturalne</li> <li>- zna proste przepisy na domowe ciasto, potrafi upiec z pomocą dorosłego ciasteczka piernikowe i kruche</li> </ul>

4. Zasady kulturalnego zachowania się przy stole	<ul style="list-style-type: none"> <li>- bajki edukacyjne, przykłady z literatury dziecięcej</li> <li>- zorganizowanie Święta Herbaty, Zdrowego Deseru i Grilla Warzywnego</li> <li>- pogadanki dydaktyczne na jadalni</li> </ul>	<p>Dziecko:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- ocenia postawę bohaterów literackich (pozytywna, negatywna)</li> <li>- potrafi kulturalnie zachować się przy stole w czasie posiłków</li> <li>- wykonuje czynności związane z przygotowaniem i nakryciem stołu do posiłku.</li> </ul>
5. Postawy prozdrowotne związane z racjonalnym odżywianiem się	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Akcja Akademia Zdrowego Przedszkolaka</li> <li>- Akademia Super Przedszkolaka</li> <li>- Mamo, tato wolę wodę</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- dziecko bierze udział w konkursach plastycznych</li> <li>- wybiera do jadłospisu warzywa i owoce jako źródło niezbędnych witamin i minerałów</li> <li>- spożywa pokarmy niezbędne dla zachowania zdrowia</li> <li>- pije wodę mineralną</li> </ul>

## Moduł II BEZPIECZNY PRZEDSZKOLAK

Zadania / treści	Procedury osiągnięcia celów / metody	Efekty
1. Przygotowanie dzieci do samodzielnego i bezpiecznego uczestnictwa w ruchu drogowym jako pieszego, rowerzysty i pasażera	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Organizowanie wycieczek, wyjść na drogę, skrzyżowanie ulic</li> <li>- Opowiadanie o własnych obserwacjach ruchu drogowego</li> <li>- Nazywanie uczestników ruchu drogowego</li> <li>- Spotkania z policjantem</li> <li>- Zabawy tematyczne</li> <li>- Nauka piosenek i wierszy</li> <li>- Oglądanie filmów edukacyjnych dotyczących sytuacji zagrażających życiu i zdrowiu</li> </ul>	<p>Dziecko:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Zna zasady bezpiecznego przejścia przez jezdnię i poruszania się po drodze</li> <li>- Zna zasady bezpieczeństwa w środkach komunikacji</li> <li>- Zna wybrane zasady ruchu drogowego</li> <li>- Zna numery alarmowe (do straży pożarnej, policji, pogotowia)</li> <li>- Zna zasady bezpieczeństwa podczas jazdy na rowerze, rolkach, wrotkach</li> </ul>
2. Kształtowanie pozytywnych cech wzorowego pieszego	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pogadanki i pokazy instruktażowe</li> <li>- Spacer i wycieczki</li> <li>- Obserwacje</li> <li>- Rozmowy na temat „Bezpieczna droga do i z przedszkola”</li> <li>- Praca wychowawcza w oparciu o analizę tekstów i przykładów literackich</li> <li>- Wędrówki terenowe</li> </ul>	<p>Dziecko:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Zna podstawowe zasady zachowania się jako pieszy na drodze</li> <li>- Wie jak zadbać o bezpieczeństwo własne i innych w czasie poruszania się po drodze jako pieszy</li> <li>- Właściwie reaguje na złe</li> </ul>

		zachowanie innych pieszych uczestników ruchu drogowego - Potrafi ocenić i rozróżnić właściwe zachowanie pieszego uczestnika ruchu drogowego od nagannego
3. Umiejętne zastosowanie przez dzieci w praktyce poznanych zasad drogowych	- Konkursy i turnieje - Ćwiczenia terenowe	Dziecko: - Potrafi zastosować w praktyce zasad drogowych - Właściwie organizuje zabawy w terenie
4. Kształtowanie umiejętności bezpiecznego użytkowania urządzeń technicznych	- Pokazy - Pogadanki	Dziecko: - wie jak korzystać z urządzeń technicznych
5. Zapobieganie oparzeniom (termicznym, słonecznym, chemicznym, elektrycznym)	- pogadanki - spotkania z higienistką	Dziecko: - zna czynniki zagrażające oparzeniom (ogień, wrzątek, promienie słoneczne, prąd elektryczny, substancje chemiczne) - zna objawy oparzenia - rozpoznaje substancje, w których występuje zagrożenie oparzeniem i umie ich unikać - staje się ostrożniejszy i bardziej rozważny w związku z możliwością oparzenia - wie, jak zachować się w przypadku oparzeń
6. Bezpieczeństwo podczas zabaw, gier ruchowych i zestawów ćwiczeń gimnastycznych	- cykle zajęć edukacyjnych - pogadanki - uczestnictwo w zabawach ruchowych - uczestnictwo w ćwiczeniach gimnastycznych - zawody sportowe i zajęcia sportowe na obiektach sportowych: boisko, sala gimnastyczna, kompleks sportowy „Orlik”	Dziecko: - umie bezpiecznie korzystać z obiektów sportowych - wie, jaki wpływ na organizm ludzki ma aktywny wypoczynek - umie ocenić własne możliwości i stopniować wysiłek w czasie ćwiczeń fizycznych - dba o bezpieczeństwo w czasie ćwiczeń, zabaw i gier sportowych
7. Ratujemy zdrowie i życie	- spotkania instruktażowe z higienistką - spotkanie z lekarzem	Dziecko: - wie, co jest potrzebne do opatrzenia rany

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- nauka udzielania pierwszej pomocy przedmedycznej</li> <li>- pokazy instruktażowe udzielania pierwszej pomocy przedmedycznej przez strażaków, policjantów i innych funkcjonariuszy</li> <li>- wycieczka do pogotowia ratunkowego</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- umie udzielać pierwszej pomocy w skaleczeniach</li> <li>- wie, jak postępować w przypadku zatrucia</li> <li>- wie, jak zachować się, gdy jest się świadkiem wypadku</li> </ul>
8. Przyroda – zjawiska i procesy przyrodnicze dostępne doświadczeniu dziecka i ich wpływ na organizm ludzki	<ul style="list-style-type: none"> <li>- pogadanki</li> <li>- spotkania z leśnikiem</li> <li>- spotkania ze strażakami</li> <li>- wycieczki: do lasu, parku, do strażnicy OSP i zawodowych jednostek straży pożarnych</li> <li>- oglądanie filmów edukacyjnych np. „Rodzina Pytalskich”</li> <li>- doświadczenia i eksperymenty</li> <li>- realizacja akcji prewencyjnych „Bezpieczne wakacje”, Bezpieczne ferie zimowe”</li> </ul>	<p>Dziecko:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- wie, jak bezpiecznie wypoczywać w lesie, w górach, nad wodą, w mieście, na wsi</li> <li>- wie, jak postępować w przypadku zgubienia się w lesie, w górach</li> <li>- rozumie potrzebę zachowania ostrożności w lesie, by nie spowodować pożaru w lesie</li> <li>- umie zachować się w czasie pożaru</li> <li>- umie radzić sobie w trudnej sytuacji</li> <li>- wie jak zachować się w czasie burzy, nawałnicy, burzy śnieżnej i silnego wiatru</li> </ul>
9. Bezpieczeństwo w kontaktach ze zwierzętami	<ul style="list-style-type: none"> <li>- wycieczki do gospodarstw agroturystycznych</li> <li>- wycieczki do ZOO</li> <li>- pogadanki</li> <li>- spotkania z policjantem</li> <li>- spotkania z przewodnikami psów tropiących</li> </ul>	<p>Dziecko:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- zachowuje bezpieczeństwo w kontaktach ze zwierzętami</li> <li>- wie jak bronić się przed atakiem psa i zna postawy obronne</li> <li>- zna zwyczaje i tryb życia niektórych zwierząt</li> <li>- umie zachować się w sytuacji, gdy spotyka w naturalnym środowisku dzikie zwierzę: opiekujące się młodymi lub zwierzę chore na wściekliznę</li> </ul>
10. Bezpieczeństwo w kontaktach z nieznanymi	<ul style="list-style-type: none"> <li>- pogadanki</li> <li>- spotkania prewencyjne z policjantem</li> <li>- spotkania z innymi funkcjonariuszami służb mundurowych</li> <li>- wykonywanie plakatów, afiszy</li> <li>- przedstawianie różnymi sposobami problem: „Jak poradzisz sobie, gdy ..”, Co zrobisz, kiedy ...”</li> <li>- ćwiczenie postaw asertywnych</li> </ul>	<p>Dziecko:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- wie, że nie może wpuszczać do mieszkania nieznanymi w czasie nieobecności dorosłych</li> <li>- wie, że nie może przyjmować zaproszenia do samochodu, gdy przejażdżkę proponuje nieznanymi</li> <li>- rozumie przyczyny negatywnych zachowań i postaw ludzi (kłamstwo, kradzież, agresja)</li> </ul>

### Moduł III PRZEDSZKOLAK DOBRYM KOLEGĄ

Zadania / treści	Procedury osiągnięcia celów / metody	Efekty
<p>1. Aktywne i świadome uczestnictwo w życiu grupy przedszkolnej; współtworzenie przyjaznej atmosfery w grupie</p>	<p>Zintegrowanie grupy poprzez:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- zabawy kołowe,</li> <li>- ruchowo-muzyczne,</li> <li>- tańce integracyjne,</li> <li>- pląsy,</li> <li>- masażyki,</li> <li>- ćwiczenia ruchowe,</li> </ul> <p>np. pedagogika zabawy, Klanza, itp.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- zabawy tematyczne w kąciakach zabaw</li> <li>- zabawy dowolne z inicjatywy dzieci zabawy stolikowe: układanki, gry planszowe, organizowanie zabaw twórczych np. tworzenie scenek z wykorzystaniem pantomimy, dramy, wspólne planowanie i przygotowanie uroczystości na terenie przedszkola i poza nim</li> <li>- przestrzeganie ustalonych umów i zasad regulujących współżycie w grupie</li> <li>- wspólnie z dziećmi utworzenie <i>Kodeksu grupy</i>; zawarcie kontraktu z dziećmi, przestrzeganie zawartych w kontrakcie ustaleń;</li> <li>- ustalenie wspólnie z dziećmi konsekwencji nie przestrzegania <i>Kodeksu grupy</i></li> </ul>	<p>Dziecko:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- zna imiona i nazwiska swoich kolegów z grupy</li> <li>- podejmuje wspólnie zaproponowane działania np.: tworzy koło, pary, zespoły kilkuosobowe, a w nich prace plastyczne itp.</li> <li>- uczestniczy w zabawach organizowanych przez dzieci</li> <li>- nie przeszkadza innym w zabawie lub zajęciach</li> <li>- potrafi czekać na swoją kolej</li> <li>- potrafi przyjąć porażkę z godnością (potrafi przegrywać)</li> <li>- uczestniczy w zabawach twórczych,</li> <li>- występuje na scenie,</li> <li>- uczestniczy czynnie w uroczystości</li> <li>- zna i stara się przestrzegać ustalonych wspólnie z kolegami i nauczycielem zasad i norm postępowania w przedszkolu - <i>Kodeksu grupy</i> np.:</li> <li>- bawi się zgodnie z kolegami</li> <li>- słucha poleceń nauczyciela</li> <li>- sprząta zabawki</li> <li>- dzieli się zabawkami z innymi</li> <li>- uśmiecha się</li> <li>- nie bije kolegów</li> <li>- szanuje wspólną własność</li> <li>- dba o bezpieczeństwo swoje i innych</li> <li>- używa czarodziejskich słów: proszę, przepraszam, dziękuję,</li> <li>- wie, że nie należy kłamać, skarżyć</li> <li>- pomaga innym w trudnych sytuacjach</li> </ul>
<p>2. Pozytywne postawy wobec kolegów i osób niepełnosprawnych. Wzajemny szacunek i akceptacja</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Sprawianie kolegom i koleżankom niespodzianek z różnych okazji np.: list do chorego kolegi, laurka z okazji urodzin, niespodzianka z okazji dnia chłopaka, dnia kobiet itp.,</li> </ul>	

	<p>obchodzenie wspólnie z grupą urodzin kolegi, koleżanki, zapisanie w kalendarzu daty ważnej dla siebie i najbliższych (angażowanie rodziców dzieci), opiekowanie się chorym kolegą, a także osobami, którzy tej opieki (pomocy) potrzebują np. młodszym, słabszym, niepełnosprawnym np. w szatni w trakcie ubierania się, wykorzystanie literatury, rozmowy, pogadanki w oparciu o obserwacje oraz plansze tematyczne, zapoznanie z przygodami innych jako inspiracji do słownego i pozasłownego wyrażania treści, przeżyć, emocji</p> <p>- stosowanie metody niedokończonych zdań np. „Lubię, kiedy...”</p>	
3. Co to jest agresja?	<p>- giełda pomysłów: „Co to jest agresja?”</p> <p>- zabawy integracyjne wg Klanza</p> <p>- słuchanie literatury dziecięcej, odnajdywanie pozytywnych i negatywnych postaw</p> <p>- odgrywanie scenek dramatycznych – oceny uczuć osób będących agresorami i poszkodowanymi</p>	<p>Dziecko:</p> <p>- potrafi dostrzec pozytywne cechy swoich kolegów</p> <p>- rozpoznaje i nazywa uczucia własne i innych</p> <p>- potrafi wyjaśnić co kryje się pod pojęciem agresja</p> <p>- wie jakie zachowania nazywamy mianem agresji</p>

## Moduł IV RELAKS PRZEDSZKOLAKA

Zadania / treści	Procedury osiągnięcia celów / metody	Efekty
1. Aktywny relaks przedszkolaka	<p>- ustalenie zasad relaksacji w czasie pobytu dziecka w przedszkolu,</p> <p>- omówienie i wyjaśnienie celu odpoczynku dziecka,</p> <p>- propozycja sposobów na odpoczynek ( zabawy oddechowe, dziecięce masażyki )</p>	<p>Dziecko:</p> <p>- poznaje zasady relaksacji w przedszkolu,</p> <p>- rozumie jak ważny jest odpoczynek w ciągu dnia,</p> <p>- utrwała znane i poznaje nowe propozycje zabaw relaksacyjnych,</p>
2. Bajkoterapia	<p>- słuchanie w wyznaczonych porach dnia słuchowisk dla dzieci,</p> <p>- zorganizowanie odpowiednich warunków do słuchania bajek,</p> <p>- wdrażanie do uważnego słuchania opowiadań,</p>	<p>Dziecko:</p> <p>- poznaje sposoby radzenia sobie w trudnych sytuacjach,</p> <p>- chętnie leżakuje na kocyku i słucha opowiadania,</p> <p>- odwzorowuje treść</p>

	- rysowanie obrazków tematycznych po zakończeniu słuchowiska	opowiadania w formie plastycznej,
3. Muzykoterapia	- wprowadzenie ćwiczeń izometrycznych oraz treningu relaksacyjnego z elementami wizualizacji, - poznanie zabaw odprężających, - wprowadzenie elementów treningu autogennego do tekstu relaksacji „Na polanie”	dziecko: - przy spokojnej, cicho odtwarzanej muzyce odpręża się, - poznaje nowe zabawy wyciszające, - potrafi w ciszy i skupieniu wysłuchać tekstu relaksacji,
4. Elementy Jogi dla dzieci	- zapoznanie dzieci z ćwiczeniami zawierającymi elementy jogi - wprowadzenie ćwiczeń poprawiających kondycję fizyczną u najmłodszych, - poznawanie własnego ciała poprzez wykonywanie prostych asanów,	Dziecko: - chętnie poznaje nową dyscyplinę ćwiczeń, - kontroluje prawidłową postawę siedząc przy stoliku, - wyrabia zamiłowanie do ruchu i poznaje zdrowe nawyki związane z utrzymaniem prawidłowej postawy ciała
5. Elementy arteterapii	- rozwijanie procesu twórczego myślenia, - wzbogacanie własnej osobowości, - przygoda z tworzeniem oraz twórczym myśleniem, - poznawanie siebie,	Dziecko: - pozwija procesy poznawcze, - wzmacnia wiary we własne siły, - ujawnia swoje uczucia za pomocą rysunku,
6. Strefy ciszy	- zorganizowanie kąpek zabaw tematycznych związanych bezpośrednio z zachowaniem ciszy, - zorganizowanie dla najmłodszych dzieci leżakowania,	Dziecko: - potrafi bawić się w ciszy, - poznaje walory spokoju i relaksacji. - chętnie odpoczywa na łóżeczku.



## Opis metod ewaluacji

Realizacja założeń programowych będzie systematycznie poddawana ocenie i monitorigowi.

Ewaluacja Programu „Przedszkole Promujące zdrowie” zostanie przeprowadzana cyklicznie:

- Po pierwszym roku realizacji i po każdym następnym
- Po zakończeniu całości Programu

Ewaluacji podlegać będzie:

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

**Ewaluacja przeprowadzona zostanie na podstawie:**

- Ankiety skierowanych do rodziców dzieci przedszkolnych
- Ankiety skierowanych do nauczycieli i personelu Przedszkola
- Analizy dokumentacji nauczyciela (dzienniki zajęć, plany pracy)
- Analizy sprawozdań dyrektora ze sprawowanego nadzoru pedagogicznego
- Testu obrazkowego dla dzieci

**Techniki i narzędzia stosowane w ewaluacji:**

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

***Ewaluację przeprowadzi Zespół Nauczycieli Przedszkola Publicznego w Sączowie w składzie:***

mgr Justyna Urbańczyk – koordynator „Programu Przedszkole Promujące Zdrowie”

mgr Barbara Zarodkiewicz – Czapla

mgr Elżbieta Koczy

mgr Jadwiga Skubis

***Narzędzia zastosowane w ewaluacji zostaną opracowane przez Zespół Nauczycieli Przedszkola w Sączowie.***

## PODSTAWY PRAWNE:

- USTAWA z dnia 7 września 1991 r. o systemie oświaty (Dz. U. z 2 grudnia 2004 r. poz. 2572 z późn. zm.)
- Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej i Sportu z dnia 31 grudnia 2002 r. w sprawie bezpieczeństwa i higieny w publicznych i niepublicznych szkołach (Dz. U. z dnia 22 stycznia 2003 r.)
- Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej z 23 grudnia 2008 r. w sprawie podstawy programowej wychowania przedszkolnego oraz kształcenia ogólnego w poszczególnych typach szkół. (Dz. U. z dnia 15 stycznia 2009 r. Nr 4, poz. 17).
- Koncepcja Pracy Zespołu Szkolno-Przedszkolnego w Sączowie na lata 2012 - 2014
- Statut Zespołu Szkolno-Przedszkolnego w Sączowie
- Plan Pracy Wychowawczo-Dydaktycznej Przedszkola
- Program Profilaktyczny Przedszkola

## Bibliografia:

1. B. Woynarowska, M. Sokołowska: *Koncepcja i zasady tworzenia szkoły promującej zdrowie*
2. I. Lutze, M. Sokołowska, B. Woynarowska. M. Woynarowska – Söldan: *Narzędzia do autoewaluacji w szkole promującej zdrowie*. W: Edukacja zdrowotna i promocja zdrowia w szkole. Zeszyt 10 i 11
3. B. Woynarowska (red): *Jak tworzymy szkołę promującą zdrowie*.