

**PROGRAM PROFILAKTYCZNY  
PUNKTU PRZEDSZKOLNEGO W  
KRYNICY**

# **PLAN PROGRAMU PROFILAKTYCZNEGO**

- I. WSTĘP**
- II. CELE PROGRAMU**
- III. ADRESACI PROGRAMU**
- IV. BLOKI TEMATYCZNE PROGRAMU**
- V. CHARAKTERYSTYKA BLOKÓW TEMATYCZNYCH**
- VI. METODY I FORMY REALIZACJI PROGRAMU**
- VII. NARZĘDZIA DO EWALUACJI PROGRAMU**

# I WSTĘP

Przedszkole to „placówka przeznaczona dla dzieci w wieku od 3 do 6 lat, wspomagająca indywidualny rozwój, zapewniająca opiekę odpowiednią do potrzeb dziecka oraz przygotowująca do nauki w szkole” (źródło: Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej, Dz. U. Nr 61, poz.624). Zadaniem przedszkola jest zapewnienie dzieciom właściwych warunków rozwoju fizycznego, umysłowego, emocjonalnego i społecznego, jak i również przygotowanie dziecka do nauki w szkole.

Ponadto przedszkole poza edukacją i wychowaniem dzieci, powinno także prowadzić działania profilaktyczne, tzn. zapewniające dzieciom zdrowie i bezpieczeństwo w każdym podejmowanym działaniu. Wiek przedszkolny to specyficzny okres w życiu dziecka, mający istotny wpływ na zmiany zachodzące w jego indywidualnym rozwoju. Natomiast owa profilaktyka w przedszkolu ma zapobiegać wszelkim niepożądanym zjawiskom w tymże rozwoju. Działaniem profilaktycznym będzie zatem każde pozytywne oddziaływanie pedagogiczne, utrwalające wartościowe cechy, a zapobiegające powstawaniu tych niepożądanych.

Niniejszy program profilaktyczny przedszkola ma za zadanie uświadomić dzieci w wieku przedszkolnym o istniejących w życiu ludzkim zagrożeniach pochodzących ze świata ludzi i zwierząt oraz wyposażyć je w umiejętność radzenia sobie z nimi. Obowiązkiem każdej osoby dorosłej, zwłaszcza nauczycieli jest stwarzanie każdego dnia warunków sprzyjających kształtowaniu postaw odpowiedzialności za życie własne oraz innych. Tylko kreatywna realizacja działań o charakterze profilaktycznym przez nauczycieli umożliwi wytworzenie się określonych kompetencji u dzieci i ułatwi funkcjonowanie w życiu następnych pokoleń w przyszłości.

Celem programu jest kształtowanie pozytywnych postaw i bezpiecznych zachowań dzieci w sytuacjach zagrażających ich życiu i zdrowiu. Ponadto realizacja programu ma wyposażyć dzieci w niezbędne sprawności, umiejętności i wiadomości dotyczące dbania o własne zdrowie i bezpieczeństwo.

## II CELE PROGRAMU

### **Cele główne programu:**

1. Wdrożenie dzieci do stosowania zasad bezpieczeństwa.
2. Kształtowanie u dzieci umiejętności właściwego reagowania w sytuacjach zagrożenia.

### **Cele szczegółowe programu:**

1. Uświadomienie dzieci o istniejących w życiu zagrożeniach.
2. Wykształcenie umiejętności skutecznego radzenia sobie z w sytuacji zagrożenia.
3. Rozróżnianie dobra od zła.
4. Zdawanie sobie sprawy z niebezpieczeństwa wynikającego z niewłaściwego postępowania / przypadkowych spotkań z nieznanym.
5. Rozumienie powszechnych zakazów / nakazów w celu uniknięcia wypadku i innych.
6. Utrwalenie ogólnych zasad, np. prawidłowego poruszania się po drodze oraz wewnątrzprzedszkolnych, np. właściwego korzystania z placu zabaw.
7. Uczenie się odpowiedzialności nie tylko za siebie, ale innych (aspekt moralny).
8. Upowszechnienie wiedzy o zdrowiu i zasadach mu sprzyjających (promocja zdrowego stylu życia).
9. Tworzenie warunków służących sprawności i aktywności fizycznej dzieci.
10. Podkreślenie szkodliwego wpływu na organizm różnego rodzaju używek.
11. Zapobieganie oraz potępienie agresji i przemocy.
12. Nabywanie umiejętności przeciwstawiania się złu fizycznemu i psychicznemu (promocja postaw asertywnych).
13. Rozwijanie podstawowych umiejętności życiowych.
14. Uświadomienie dziecka o zagrożeniach związanych z dostępem do sieci internet.

### **III ADRESACI PROGRAMU**

- dzieci 3;4;5 – letnie uczęszczające do przedszkola objętego programem
- nauczyciele zatrudnieni w placówce
- rodzice dzieci uczęszczających do przedszkola objętego programem
- inne osoby związane z placówką

### **IV BLOKI TEMATYCZNE PROGRAMU**

- 1. BEZPIECZEŃSTWO NA CO DZIEŃ**
- 2. PIRAMIDA ZDROWEGO ŻYWIENIA**
- 3. HIGIENICZNY TRYB ŻYCIA**
- 4. RUCH W ŻYCIU CZŁOWIEKA**
- 5. ZAGROŻENIA ZE ŚRODOWISKA PRZYRODNICZEGO**
- 6. PRZEDSZKOLE BEZ NAŁOGÓW**
- 7. AGRESJA I PRZEMOC**
- 8. DZIECKO W ŚWIECIE WIRTUALNYM**

## V CHARAKTERYSTYKA BLOKÓW TEMATYCZNYCH

Nazwa bloku tematycznego	Zamierzone cele operacyjne Dziecko:
<p style="text-align: center;"><b>1. Bezpieczeństwo na co dzień</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- rozumie pojęcie <i>bezpieczeństwo</i>;</li> <li>- reaguje na hasła: <i>pali się, ewakuacja itp.</i>;</li> <li>- wykazuje znajomość imienia, nazwiska oraz własnego adresu zamieszkania;</li> <li>- wykazuje znajomość imion i nazwisk rodziców / opiekunów;</li> <li>- zna zasady bezpiecznego poruszania się po drodze;</li> <li>- rozróżnia podstawowe znaki drogowe (informacyjne, ostrzegawcze);</li> <li>- stosuje się do sygnalizacji świetlnej;</li> <li>- wie, jakie są numery telefonów alarmowych (997, 998, 999, 112);</li> <li>- orientuje się, do kogo może zwrócić się o pomoc (np. do policjanta);</li> <li>- zna inne ważniejsze instytucje i pełnione przez nie role społeczne;</li> <li>- przestrzega zasad ustalonych w grupie przedszkolnej (kodeks);</li> <li>- stosuje się do zasad bezpiecznego korzystania z placu zabaw / sprzętu / zabawek</li> <li>- porusza się w miejscach dozwolonych;</li> <li>- nie oddala się samo od grupy przedszkolnej;</li> <li>- nie korzysta z urządzeń elektrycznych, nie bawi się przedmiotami niebezpiecznymi, np. zapalkami, szkłem i in.;</li> <li>- przewiduje sytuacje zagrażające bezpieczeństwu / życiu oraz ich konsekwencje;</li> <li>- wykazuje nieufność w stosunku do nieznanym;</li> <li>- samodzielnie i bezpiecznie organizuje sobie czas wolny;</li> <li>- gości w przedszkolu, np. policjanta, strażaka, pielęgniarkę (<i>w miarę możliwości</i>);</li> <li>- wie, że opiekę nad nim sprawuje osoba dorosła</li> </ul>
<p style="text-align: center;"><b>2. Piramida zdrowego żywienia</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- orientuje się w zasadach zdrowego stylu odżywiania (wymienia zdrowe produkty, tj. owoce, warzywa, mleko i jego przetwory, ryby, ciemne pieczywo, itd.);</li> <li>- dostrzega związek pomiędzy zdrowiem a chorobą;</li> <li>- wie, na czym polega profilaktyka zdrowotna (np. szczepienia ochronne);</li> <li>- podaje przyczyny i skutki nieprawidłowego odżywiania się</li> </ul>

	<p>(m. in. otyłość, próchnica, brak witamin, niska odporność organizmu = przeziębianie się);</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- zna umiar w jedzeniu (nie objada się);</li> <li>- przewycięża niechęć do spożywania niektórych potraw;</li> <li>- myje owoce i warzywa przed spożyciem.</li> </ul>
<b>3. Higieniczny tryb życia</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- rozumie pojęcia: <i>higiena, higieniczny tryb życia</i>;</li> <li>- wyróżnia przybory niezbędne do utrzymania higieny;</li> <li>- stosuje higienę na co dzień: <ul style="list-style-type: none"> <li>* myje ręce przed / po posiłku, po korzystaniu z toalety, po kontakcie z różnymi przedmiotami, zwierzętami;</li> <li>* dba o czystość własnego ciała (regularna kąpiel, używanie kosmetyków);</li> <li>* dba o czystość ubrania / bielizny;</li> <li>* używa wyłącznie swoich przyborów toaletowych;</li> <li>* utrzymuje porządek otoczenia wokół siebie (np. sprzęta po sobie);</li> <li>* zdaje sobie sprawę z konieczności chodzenia do snu o tej samej porze (higiena snu);</li> <li>* rozumie istotę wypoczynku;</li> <li>* wykazuje wrażliwość na nadmierny hałas;</li> <li>* podkreśla rolę codziennych ćwiczeń fizycznych;</li> <li>* uczy się podstawowych umiejętności relaksacji i odprężenia (higiena psychiczna);</li> <li>* wie, o konieczności umiejętnego korzystania z chusteczek higienicznych;</li> <li>* zasłania usta podczas kaszlu / kichania;</li> <li>* unika bezpośredniego kontaktu z osobą chorą;</li> <li>* wie o potrzebie przebywania w wywietrzonych pomieszczeniach.</li> </ul> </li> </ul>
<b>4. Ruch w życiu człowieka</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- rozumie znaczenie aktywności ruchowej, sportu w życiu;</li> <li>- posługuje się pojęciem <i>zdrowie</i>;</li> <li>- wie, o potrzebie częstego przebywania na świeżym powietrzu;</li> <li>- bierze aktywny udział w zajęciach ruchowych, gimnastykuje się;</li> <li>- uprawia sporty (gra w piłkę, jazda na rowerze, bieganie, itp.);</li> <li>- ubiera się odpowiednio do warunków pogodowych;</li> <li>- dba o prawidłową postawę ciała;</li> <li>- chodzi na spacer;</li> <li>- wie, jak zapobiegać przemarznięciu / przegrzaniu</li> </ul>
<b>5. Zagrożenia ze środowiska przyrodniczego</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- wymienia rośliny i zwierzęta żyjące w różnych środowiskach przyrodniczych;</li> <li>- nie dotyka zwierząt, zwłaszcza dzikich;</li> <li>- wie, że nie należy karmić bez zgody / drażnić zwierząt;</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- zna pozycję obronną, by uniknąć, np. pogryzienia;</li> <li>- orientuje się, jak wyglądają tabliczki informujące, np. o terenie strzeżonym przez psa;</li> <li>- zna wybrane rośliny i inne zagrażające życiu (np. grzyby, owoce trujące);</li> <li>- nie spożywa potraw niewiadomego pochodzenia;</li> <li>- wie, jak trzeba zachować się w sytuacji zagrożenia, gdzie można otrzymać pomoc, umie o nią poprosić;</li> <li>- rozumie konieczność pozostawania w miejscu bezpiecznym w czasie burzy, huraganu, powodzi, ulewy, upałów itp.</li> </ul>
<b>6. Przedszkole bez nałogów</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- jest świadome niebezpieczeństw związanych z uzależnieniami / nałogami;</li> <li>- prezentuje właściwą postawę <i>PRZECIW</i>;</li> <li>- orientuje się w procesie uzależnienia człowieka od czegoś (zna ich niekorzystny wpływ na organizm);</li> <li>- wie, że nie może samodzielnie zażywać lekarstw i stosować środków chemicznych (np. środków czystości);</li> <li>- wie, co sprzyja uzależnieniu człowieka (alkohol, papierosy, leki, internet, telewizja);</li> <li>- nabywa umiejętność odmawianie <i>NIE</i> bez poczucia winy (asertywność);</li> <li>- nie jest podatne na wpływ reklam (tzw. ukryte programy) oraz osób mających złe zamiary</li> </ul>
<b>7. Agresja i przemoc</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- zna pojęcia: <i>agresja i przemoc</i>;</li> <li>- umie nazwać swoje uczucia;</li> <li>- uczy się oswajać z własnym strachem (<i>Strach ma wielkie oczy</i>);</li> <li>- umie odreagować złość np.: <ul style="list-style-type: none"> <li>* <i>skrzynia złości (z gazetami)</i></li> <li>* <i>rysunek złości.</i></li> </ul> </li> <li>- potrafić utożsamić się z inną osobą (kształtowanie umiejętności empatycznych);</li> <li>- podaje sposoby na pokonanie złości;</li> <li>- reaguje na różne formy agresji i przemocy;</li> <li>- orientuje się, jakie są skutki agresji /przemocy na świecie dla ludzi;</li> <li>- uczy się być asertywne;</li> <li>- rozumie znaczenie słowa <i>zgoda, kompromis</i>;</li> <li>- wykazuje ostrożność i nieufność w kontakcie z osobami obcymi, <i>zły dotyk</i>;</li> <li>- przestrzega zakazu przyjmowania różnych rzeczy, np. słodczy od osób nieznajomych;</li> <li>- stara się być przyjazne dla otoczenia</li> <li>- przeciwdziałanie przemocy w rodzinie poprzez obserwacje dzieci, rozmowę, analizę prac dziecięcych</li> </ul>
<b>8. Dziecko w świecie wirtualnym</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- zna zagrożenia związane z korzystaniem z dostępu do sieci (np. wirtualny przyjaciel – oszust, złe samopoczucie, niedotlenienie organizmu, brak kolegów / koleżanek);</li> <li>- korzysta z internetu tylko za zgodą rodziców / osób</li> </ul>



	<p>dorosłych;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- nie traktuje komputera jak największego towarzysza zabaw;</li> <li>- zdaje sobie sprawę, że świat wirtualny to świat iluzji (rozdzielenie rzeczywistości od świata wirtualnego – nierzeczywistego);</li> <li>- nie promuje zachowań agresywnych, przemocy obecnej, np. w grach komputerowych</li> <li>- dostrzega także pozytywny wpływ świata wirtualnego (np. rozwój myślenia, kojarzenia, wyobraźni, pogłębienie wiedzy, wzmocnienie poczucia własnej wartości, itp.)</li> </ul>
--	--

## VI METODY I FORMY REALIZACJI PROGRAMU

### A. METODY

- podające (pogadanka, opowiadanie, historyjka obrazkowa, anegdota i inne)
- problemowe (konwersacje, metody aktywizujące typu inscenizacja, drama, gry dydaktyczne, dyskusja, burza mózgów i in.)
- praktyczne (ćwiczenia i działania oparte na konkretnych przykładach, pokaz, symulacja, spotkania, wycieczki i in.)
- eksponujące (np. film, ekspozycja i in.)
- programowane (z użyciem np. komputera)
- obserwacja dzieci oraz analiza prac dzieci

### B. FORMY

- indywidualne
- zespołowe
- grupowe (jednolite / zróżnicowane)