

# **PROGRAM PROFILAKTYCZNY**

## **PUBLICZNE PRZEDSZKOLE W DOBREJ NADZIEI**

**Rok szkolny 2016/2017**

Program profilaktyczny jest zgodny z podstawą programową wychowania przedszkolnego i zawarty w następujących obszarach:

- Kształtowanie umiejętności społecznych dzieci: porozumiewanie się z dorosłymi i dziećmi, zgodne funkcjonowanie w zabawie i w sytuacjach zadaniowych. (1 )
- Kształtowanie czynności samoobsługowych, nawyków higienicznych i kulturalnych.
- Wdrażanie dzieci do utrzymywania ładu i porządku. (2)
- Wychowanie zdrowotne i kształtowanie sprawności fizycznej dzieci. (5)
- Wdrażanie dzieci do dbałości o bezpieczeństwo własne i innych (6)
  
- Pomaganie dzieciom w rozumieniu istoty zjawisk atmosferycznych i w unikaniu zagrożeń (11)

### **Cel ogólny:**

- Podejmowanie działań tak, aby dziecko radziło sobie lepiej, bez nadmiernego napięcia z rozwiązywaniem problemów, których dostarcza mu bycie, aby rozumiało siebie, umiało współżyć z innymi, potrafiło znajdować w samym sobie oparcie w trudnych sytuacjach.

### **Cele szczegółowe:**

- Kształtowanie u dzieci świadomej i czynnej postawy w dążeniu do zachowania zdrowia.
- Nabywanie przez dzieci właściwych nawyków higienicznych, żywieniowych.
- Rozwijanie aktywności ruchowej.
- Przestrzeganie zasad bezpiecznych zabaw ruchowych, poruszania się w grupie, na wycieczkach, spacerach.
- Świadome unikanie niebezpiecznych sytuacji i zagrożeń na drodze i wynikających z: przypadkowych spotkań z nieznajomymi, zabaw zapałkami, spożywania lekarstw, środków chemicznych, nieznanymi roślinami, zbliżania się do zwierząt.
- Wzmacnianie poczucia wartości i budowanie pozytywnego obrazu siebie.
- Wskazywanie właściwych rozwiązań w różnych sytuacjach życiowych.
- Radzenie sobie w sytuacjach zetknięcia się z przemocą i uzależnieniami.
- Kształtowanie umiejętności rozwiązywania problemów i konfliktów z rówieśnikami.

### **Zadania**

#### **I. Promocja zdrowia, zdrowego żywienia i zdrowych nawyków.**

1. Zdrowy styl odżywiania.
2. Estetyka i higiena przygotowywania i spożywania posiłków.
3. Higiena osobista.
4. Higiena otoczenia.

### **Oczekiwane efekty:**

#### **Dziecko:**

- rozróżnia prawidłowe odżywianie od nieprawidłowego
- zna produkty, które mają duże wartości odżywcze
- rozumie strukturę żywienia wynikającą z piramidy zdrowia
- wie, że podczas przygotowywania posiłków należy zachować szczególną czystość
- potrafi nakryć do stołu
- umie kulturalnie zachować się przy stole
- dba o czystość swojego ciała, włosy, paznokcie, ubiór, zdrowe zęby i narządy zmysłów
- zna i używa przybory toaletowe
- rozumie przyczyny chorób zakaźnych
- wie, jak ubrać się do warunków atmosferycznych
- wie, dlaczego należy przebywać na świeżym powietrzu
- zachowuje ład i porządek w swoim otoczeniu

## **II. Bezpieczeństwo dzieci w przedszkolu, w domu i na drodze.**

1. Bezpieczeństwo podczas zabaw.
2. Bezpieczna droga do przedszkola.
3. Udzielanie pierwszej pomocy.
4. Zachowanie ostrożności wobec zwierząt, przedmiotów, roślin, lekarstw i środków chemicznych.
5. Kontakty z nieznanymi.
6. Profilaktyka przeciwpożarowa.

### **Oczekiwane efekty:**

#### **Dziecko:**

- zna zasady współżycia w zespole

- korzysta z zabawek, przyborów i sprzętu zgodnie z ustalonymi regułami
- samodzielnie ocenia własne zachowania i innych pod względem bezpieczeństwa
- zna podstawowe zasady ruchu drogowego, zna niektóre znaki drogowe
- wie, do kogo zwrócić się w sytuacjach zagrożenia
- zna numery alarmowe
- potrafi przybrać obronną postawę przed atakiem psa, nie drażni zwierząt
- nie bawi się lekarstwami i środkami chemicznymi
- nie zrywa nieznanych owoców i grzybów
- wie, jak należy zachować się w kontaktach z nieznajomymi, potrafi odmówić
- wie, jak zachować się w sytuacji zagrożenia pożarem

### **III. Nałogi i ich skutki**

1. Alkohol.

2. Nikotyna.

3. Narkotyki.

4. Komputer i telewizja.

#### **Oczekiwane efekty:**

Dziecko:

- wie, jakie uboczne skutki ma alkohol, papierosy i narkotyki
- rozumie zakaz spożywania tych używek
- jest asertywne
- zna zagrożenia wynikające z korzystania z telewizji i internetu
- zastanawia się nad dokonywanymi wyborami i ich wpływem na własne bezpieczeństwo

#### **IV. Aktywność ruchowa z profilaktyka wad postawy.**

1. Gry i zabawy sprawnościowe.
2. Rekreacja i wypoczynek.

#### **Oczekiwane efekty:**

##### **Dziecko:**

- rozumie znaczenie uprawiania sportu dla zdrowia
- potrafi nazwać części swojego ciała
- umie utrzymywać prawidłową postawę ciała
- rozumie niekorzystny wpływ nadmiernego korzystania z telewizora i komputera
- aktywnie wypoczywa

#### **V. Akceptacja innych.**

1. Nawiązywanie więzi.
2. Tolerancja osób niepełnosprawnych.
3. Radzenie sobie z emocjami.

#### **Oczekiwane efekty:**

##### **Dziecko:**

- potrafi okazywać uczucia przyjaźni, sympatii, empatii
- umie jasno sformułować opinie, prośbę; oraz porozumiewać się bez słów
- pomaga innym kolegom i koleżankom w ich problemach
- pokonuje uprzedzenia wobec osób chorych i niepełnosprawnych

- jest gotowe nieść pomoc osobom słabszym, niepełnosprawnym i potrzebującym
- zna, rozumie, wyraża emocje i potrafi o nich opowiedzieć
- wie, jak można radzić sobie w trudnych sytuacjach
- potrafi opanować w niektórych sytuacjach negatywne emocje

## **VI. Środowisko wokół nas**

1. Zanieczyszczenia wody, gleby, powietrza.
2. Działania proekologiczne.

### **Oczekiwane efekty:**

Dziecko:

- wie jak chronić środowisko przed zanieczyszczeniem
- jest wrażliwe na przejawy niszczenia przyrody najbliższej okolicy
- zna skutki skażenia wody, gleby i powietrza
- bierze udział w akcjach proekologicznych
- potrafi segregować odpady

### **Program profilaktyczny uczy dzieci:**

1. Jak określać własne uczucia i jak o nich rozmawiać.
2. Jak mówić to, co chce się powiedzieć.
3. Jak słuchać uważnie.
4. Jak prosić o pomoc.
5. Jak nawiązywać i utrzymywać przyjaźnie.
6. Jak radzić sobie z samotnością i odrzuceniem.

7. Jak mówić przepraszam.
8. Jak radzić sobie z prześladowaniem.
9. Jak rozwiązywać konflikty.
10. Jak adaptować się do nowych sytuacji.
11. Jak pomagać innym.
12. Jak rozpoznawać substancje trujące.
13. Umiejętności mówienia "nie".

**Program profilaktyczny został opracowany o następujące dokumenty:**

1. Konstytucja Rzeczypospolitej Polskiej
2. Powszechna Deklaracja Praw Człowieka
3. Ustawa z dnia 7 września 1991 r. o systemie oświaty ( tekst jednolity Dz. U. z 2004 r. Nr 256, poz. 2572 z późn. zm.)
4. Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej z dnia 23 grudnia 2008 r. w sprawie podstawy programowej wychowania przedszkolnego oraz kształcenia ogólnego w poszczególnych typach szkół ( Dz. U. z 2009 r. Nr 4, poz 17)
5. Rozporządzenie ministra Edukacji Narodowej z dnia 8 czerwca 2009 r. w sprawie dopuszczania do użytku w szkole programów wychowania przedszkolnego i programów nauczania oraz dopuszczania do użytku podręczników ( Dz. U. Nr 89. poz. 730)