PROGRAM PROFILAKTYCZNY

**Profilaktyka** to proces wspierania dziecka w radzeniu sobie z trudnościami zagrażającymi rozwojowi oraz eliminowanie czynników zagrażających zdrowiu.

Przedszkole zatem 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 **profilaktyka** w przedszkolu ma zapobiegać wszelkim niepożądanym zjawiskom w tymże rozwoju. Działaniem profilaktycznym będzie więc każde pozytywne oddziaływanie pedagogiczne utrwalające wartościowe cechy, a zapobiegające powstawaniu tych niepożądanych.

Program profilaktyczny przedszkola ma za zadanie uświadomić dzieci w wieku przedszkolnym o istniejących w życiu ludzkim zagrożeniach pochodzących ze świata zarówno ludzi, jak  i zwierząt oraz wyposażyć je w umiejętność radzenia sobie z nimi.

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.

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.
* Kształtowanie      czynności samoobsługowych, nawyków higienicznych i kulturalnych. Wdrażanie      dzieci do utrzymywania ładu i porządku.
* Wychowanie zdrowotne i kształtowanie sprawności fizycznej dzieci.
* Wdrażanie dzieci do dbałości o bezpieczeństwo własne i innych.
* Pomaganie dzieciom  w  rozumieniu  istoty zjawisk atmosferycznych i w unikaniu zagrożeń.

***CELE PROGRAMU***

**Cele główne programu:**

1. Wdrażanie dzieci do stosowania zasad bezpieczeństwa.
2. Kształtowanie u dzieci umiejętności odpowiedniego 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. Zdawanie sobie sprawy z niebezpieczeństwa wynikającego z niewłaściwego postępowania / przypadkowych spotkań z nieznajomym.
4. Rozumienie powszechnych zakazów / nakazów w celu uniknięcia wypadku i innych zagrożeń.
5. Utrwalenie ogólnych zasad, np. prawidłowego poruszania się po drodze oraz, np. bezpiecznego korzystania z placu zabaw, zabawek.
6. Uczenie się odpowiedzialności nie tylko za siebie, ale innych (aspekt moralny).
7. Upowszechnienie wiedzy o zdrowiu i zasadach mu sprzyjających (promocja zdrowego stylu życia).
8. Rozróżnianie dobra od zła.
9. Tworzenie warunków służących sprawności i aktywności fizycznej dzieci.
10. Podkreślenie szkodliwego wpływu na organizm różnego rodzaju używek.
11. Zapobieganie 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.

***ADRESACI PROGRAMU***

* Dzieci 3,4,5,6 – letnie uczęszczające do przedszkola objętego programem.
* Nauczyciele zatrudnieni w placówce.
* Rodzice dzieci uczęszczających do przedszkola objętego programem.
* Inne osoby związane z placówką.

 ***BLOKI TEMATYCZNE PROGRAMU***

**1.     BEZPIECZEŃTWO NA CO DZIEŃ**

**2.     PIRAMIDA ZDROWGO ŻYWIENIA**

**3.     HIGIENICZNY TRYB ŻYCIA**

**4.     RUCH W ŻYCIU CZŁOWIEKA**

**5.     PRZEDSZKOLE BEZ NAŁOGÓW**

**6.     AGRESJA I PRZEMOC**

**7.     DZIECKO W ŚWIECIE WIRTUALNYM**

***CHARAKTERYSTYKA BLOKÓW TEMATYCZNYCH***

1. **Bezpieczeństwo na co dzień**

- reaguje na hasła: *pali się, ewakuacja itp.,*

- zna imię, nazwisko oraz własny adres zamieszkania,

- zna imiona i nazwiska rodziców / opiekunów,

- zna zasady bezpiecznego poruszania się po drodze,

(rozróżnia podstawowe znaki drogowe, stosuje się do sygnalizacji świetlnej,

- orientuje się, do kogo może zwrócić się o pomoc (np. do policjanta),

- zna inne ważniejsze instytucje i pełnione przez nie role społeczne,

- zna numery alarmowe,

- przestrzega zasad ustalonych w grupie przedszkolnej (kontrakt grupowy),

- stosuje się do zasad bezpiecznego korzystania z placu zabaw / sprzętu / zabawek,

- nie zrywa nieznanych owoców i grzybów,

- porusza się w miejscach  dozwolonych,

- nie oddala się samo od grupy przedszkolnej,

- nie korzysta z urządzeń elektrycznych, nie bawi się przedmiotami niebezpiecznymi, np. zapałkami, szkłem,

- przewiduje sytuacje zagrażające bezpieczeństwu / życiu oraz ich konsekwencje,

- wie, jak należy zachować się   w kontaktach z nieznajomymi, potrafi odmówić,

- gości w przedszkolu, np.   policjanta, strażaka, pielęgniarkę (*w miarę możliwości);*

*-* wie, że opiekę nad nim sprawuje osoba dorosła, zna zasady współżycia w zespole.

**2. Piramida zdrowego żywienia**

- poznaje schemat piramidy zdrowego żywienia (jej piętra),

- orientuje się w zasadach zdrowego stylu odżywiania (wymienia zdrowe produkty, tj. owoce, warzywa,  mleko  i jego przetwory, ryby, ciemne pieczywo, itd.),

- dostrzega związek pomiędzy zdrowiem a chorobą,

- wie, na czym polega profilaktyka zdrowotna (np. szczepienia ochronne),

- podaje przyczyny i skutki   nieprawidłowego odżywiania się (m. in. otyłość, próchnica, brak witamin,   niska odporność organizmu = przeziębianie się),

- zna umiar w jedzeniu (nie objada się),

- przezwycięża niechęć do spożywania niektórych potraw,

- myje owoce i warzywa przed spożyciem,

- rozróżnia  prawidłowe odżywianie od nieprawidłowego,

- potrafi nakryć do stołu,

- umie kulturalnie zachować się przy stole.

1. **Higieniczny tryb życia**

- rozumie pojęcia: *higiena, higieniczny tryb życia,*

 - wyróżnia przybory niezbędne do utrzymania higieny,

- stosuje higienę na co dzień,

- myje ręce przed / po posiłku, po korzystaniu z toalety, po kontakcie z różnymi przedmiotami, zwierzętami,

- dba o czystość własnego ciała, czystość ubrania / bielizny,

- używa wyłącznie swoich przyborów toaletowych,

- utrzymuje porządek otoczenia wokół siebie (np. sprząta po sobie),

- zdaje sobie sprawę z konieczności chodzenia do snu o tej samej porze (higiena snu),

- rozumie istotę wypoczynku,

- wykazuje wrażliwość na nadmierny hałas,

- rozumie rolę codziennych ćwiczeń fizycznych,

- uczy się podstawowych umiejętności relaksacji i odprężenia (higiena psychiczna),

- wie o konieczności umiejętnego korzystania z chusteczek higienicznych,

- zasłania usta podczas kaszlu / kichania,

- unika bezpośredniego kontaktu z osobą chorą.

**4. Ruch w życiu człowieka**

- rozumie znaczenie aktywności ruchowej, sportu w życiu,

- posługuje się pojęciem *zdrowie,*

*-* wie o potrzebie częstego przebywania na świeżym powietrzu,

- bierze aktywny udział w   zajęciach ruchowych,

- ubiera się odpowiednio do   warunków pogodowych,

- dba o prawidłową postawę ciała,

- chodzi na spacery,

- wie, jak zapobiegać przemarznięciu / przegrzaniu.

1. **Przedszkole bez nałogów**

- jest świadome   niebezpieczeństw związanych z uzależnieniami /  nałogami; prezentuje właściwą postawę *PRZECIW*,

- wie, że nie może samodzielnie zażywać lekarstw i stosować środków chemicznych (np. środków czystości),

- wie, co sprzyja uzależnieniu człowieka (alkohol, papierosy, leki, Internet, telewizja),

- nabywa umiejętność odmawiania   „*NIE*bez poczucia winy”   (asertywność),

- nie jest podatne na wpływ reklam (tzw. ukryte programy) oraz osób mających złe zamiary.

**6. Agresja i przemoc**

- zna pojęcia: *agresja*i *przemoc*,

 - umie nazwać swoje uczucia,

- odgrywa i demonstruje wybrane uczucia (scenki sytuacyjne),

- uczy się oswajać z własnym strachem (*Strach ma wielkie oczy),*

- potrafić utożsamić się z inną osobą (kształtowanie umiejętności empatycznych),

- podaje sposoby na pokonanie złości,

- reaguje na różne formy agresji i przemocy,

- orientuje się, jakie są skutki agresji /przemocy na świecie dla ludzi,

- uczy się być asertywne,

- rozumie znaczenie słowa *zgoda,*

- wykazuje ostrożność i nieufność w kontakcie z osobami obcymi,

- przestrzega zakazu przyjmowania różnych rzeczy, np. słodyczy od osób nieznajomych,

- stara się być przyjazne dla otoczenia.

**8. Dziecko w świecie wirtualnym**

- zna zagrożenia związane z   korzystaniem z dostępu do sieci (np. wirtualny przyjaciel – oszust, złe   samopoczucie, brak kolegów / koleżanek),

- korzysta z Internetu tylko za zgodą rodziców / osób dorosłych,

- nie traktuje komputera jak   największego towarzysza zabaw,

- zdaje sobie sprawę, że świat   wirtualny to świat iluzji (rozróżnienie rzeczywistości od świata wirtualnego   – nierzeczywistego),

- nie promuje zachowań agresywnych, przemocy obecnej, np. w grach komputerowych,

- dostrzega także pozytywny   wpływ świata wirtualnego (np. rozwój myślenia, kojarzenia, wyobraźni,   pogłębienie wiedzy, wzmocnienie poczucia własnej wartości, itp.)

***VI***

***METODY I FORMY REALIZACJI PROGRAMU***

**Metody realizacji programu :**

- podające: opowiadanie, pogadanka, opis, objaśnienie, historyjka obrazkowa, wiersze, piosenki, praca z obrazkiem,

- problemowe: gry dydaktyczne, doświadczenia,

- aktywizujące: drama, burza mózgów,

- praktyczne: pokaz, ćwiczenia, trening, prace plastyczne, gry i zabawy ruchowe,

- zabawy relaksacyjne, konkursy, spotkania, degustacje,

- programowane (z użyciem np. komputera i projektora).

**Formy realizacji  programu:**

-  praca indywidualna,

-  zabawy oraz inne rodzaje działalności dzieci pozwalające na rozwijanie własnej inicjatywy,

-  czynności samoobsługowe,

-  spacery, wycieczki,

-  zajęcia zorganizowane,

-  uroczystości przedszkolne,

-  konkursy.

**NARZĘDZIA DO EWALUACJI PROGRAMU PROFILAKTYCZNEGO**

**Ewaluacja programu:**

Oceny efektów realizacji, programu profilaktycznego, obok bieżącego monitorowania, dokonuje się na półrocznej i końcowej radzie pedagogicznej. Podstawę dla formułowania oceny realizacji programu będą stanowiły:

* wnioski z obserwacji zachowań dzieci,
* rozmowy z rodzicami,
* rozmowy z nauczycielami,
* analiza dokumentów – dziennik, plany miesięczne, wytwory dzieci, osiągnięcia
w konkursach.