



PROGRAM PROFILAKTYCZNY

PRZEDSZKOLA NR 351 IM. WANDY CHOTOMSKIEJ W WARSZAWIE



Opracowanie:

Karolina Małachowska
Anna Pacholczyk



SPIS TREŚCI

Wstęp	3
Cele Programu Profilaktycznego	5
Metody i formy pracy	6
Bloki tematyczne	7
Bezpieczeństwo w Przedszkolu, na drodze i w domu	7
Promocja zdrowia: aktywność fizyczna i odżywianie:	10
Higiena osobista i higiena otoczenia	12
Akceptacja siebie i innych.....	14
Ewaluacja	16



WSTĘP

Wiek przedszkolny to wyjątkowy okres w życiu każdego człowieka, mający znaczący wpływ na jego rozwój, późniejsze wybory i doświadczenia. Jest to czas intensywnego poznawania siebie i otoczenia, niestety często bez świadomości płynących z niego zagrożeń i sposobów radzenia sobie z nimi. Program Profilaktyczny Przedszkola nr 351 powstał właśnie w celu wychowywania dzieci samoświadomych, empatycznych, posiadających niezbędne sprawności, umiejętności i wiadomości dotyczące dbania o zdrowie i bezpieczeństwo własne i innych. Aby wyjaśnić sam termin profilaktyka warto odwołać się do słów W. Okonia który określił ją jako "ogół działań zapobiegających niepożądanym zjawiskom w rozwoju i zachowaniu się ludzi" (W. Okoń, Nowy słownik pedagogiczny, Warszawa 1998). W rozumieniu pedagogicznym termin ten oznacza oddziaływanie mające na celu zapobieganie powstawania i utrwalania cech niepożądanych. Oznacza to, że treści zawarte w Programie dotyczą kształtowania postaw sprzyjających odpowiedzialności za własne życie i zdrowie. Jego właściwa realizacja powinna w przyszłości zaowocować wytworzeniem określonych kompetencji, ułatwiających dzieciom codzienne funkcjonowanie. Treści Programu dostosowane są do wieku i potrzeb rozwojowych przedszkolaków.

Mimo że Program kierowany jest przede wszystkim do dzieci, angażuje także osoby dorosłe z ich otoczenia, które odpowiedzialne są za organizowanie przedszkolakom czasu i zajęć w sposób bezpieczny, bogacący wiedzę, doświadczenie i budzący pewność siebie. Podsumowując program adresowany jest do:

- Dzieci, wychowanków Przedszkola nr 351 im. W. Chotomskiej w Warszawie;
- Rodziców dzieci, wychowanków Przedszkola nr 351 im. W. Chotomskiej w Warszawie;
- Nauczycieli zatrudnionych w Przedszkolu nr 351 im. W. Chotomskiej w Warszawie.



Program Profilaktyki powstał, aby uzupełniać i wspierać działania zawarte w Programie Wychowawczym Przedszkola nr 351. Jego treści są zgodne z następującymi aktami prawnymi:

- Konstytucją Rzeczypospolitej Polskiej – art. 48, 53, 54, 70, 72;
- Konwencją o Prawach Dziecka – art.3, atr.19 i atr.33;
- Ustawą z dnia 7 września 1991r. o systemie oświaty (tekst jednolity Dz.U. z 2004r.Nr 256 poz. 2572 z późn.zm.);
- Ustawą z dnia 26 stycznia 1982r. Karta Nauczyciela (tekst jednolity Dz.U. z 2006r. Nr 97 poz.674 z późn. zm.);
- Rozporządzeniem Ministra Edukacji Narodowej z dnia 21 maja 2001r. w sprawie ramowych statutów przedszkola oraz publicznych szkół (Dz.U. z 2001r. Nr 61 poz. 624 z późn. zm.);
- Rozporządzeniem Ministra Edukacji Narodowej z dnia 23 grudnia 2008r. w sprawie podstawy programowej wychowania przedszkolnego oraz kształcenia ogólnego w poszczególnych typach szkół (Dz.U. 2009r. Nr 4 poz.17);
- Rozporządzeniem Ministra Edukacji Narodowej z dnia 17 listopada 2010r. w sprawie zasad udzielania i organizacji pomocy psychologiczno – pedagogicznej, opublikowane w Dzienniku Ustaw z dnia 2 grudnia 2010 r. (D.U. nr 228);
- Europejską Kartą Praw Człowieka;
- Statutem Przedszkola nr 351 im. Wandy Chotomskiej w Warszawie.



CELE PROGRAMU

Celem Programu Profilaktycznego Przedszkola nr 351 im. Wandy Chotomskiej w Warszawie jest **wyposażenie dzieci nim objętych w niezbędne sprawności, umiejętności i wiadomości dotyczące dbania o własne bezpieczeństwo i zdrowie, wychowanie dziecka samoświadomego i empatycznego.**

Celami szczegółowymi Programu Profilaktycznego są:

- Tworzenie warunków do bezpiecznej zabawy i nauki dzieci;
- Wdrożenie dzieci do stosowania zasad bezpieczeństwa;
- Kształtowanie umiejętności właściwego reagowania w sytuacji zagrożenia;
- Promowanie zdrowego stylu życia w zakresie aktywności fizycznej;
- Promowanie zdrowego stylu życia w zakresie odżywiania;
- Kształtowanie właściwych nawyków higienicznych;
- Budowanie poczucia własnej wartości;
- Kształtowanie odpowiedzialności za siebie i innych;
- Uczenie wzajemnej tolerancji, akceptacji, zrozumienia potrzeb i odrębności drugiego człowieka oraz rodziny, rozwijanie empatii.



METODY I FORMY PRACY

Cele Programu Profilaktycznego będą realizowane metodami i formami pracy charakterystycznymi dla wychowania przedszkolnego, uwzględniającymi możliwości rozwojowe dzieci – adresatów Programu.

METODY PRACY:

- **metody problemowe:** gry dydaktyczne, burza mózgów, dyskusja;
- **metody podające:** opowiadanie, pogadanka, historyjka obrazkowa, wiersze, piosenki;
- **metody aktywizujące:** drama, wystawa (ekspozycja), pokaz;
- **metody praktyczne:** ćwiczenia i działania oparte na konkretności, pokaz, gry dydaktyczne, zabawy intelektualne;
- **gry i zabawy;**
- **twórczość plastyczna, techniczna i artystyczna dzieci;**
- **wycieczki:** spacer tematyczny, turystyczny - krajobrazowy.

FORMY PRACY:

- praca zbiorowa;
- praca w grupach;
- praca indywidualna;
- uroczystości przedszkolne;



BLOKI TEMATYCZNE

BLOK I - BEZPIECZEŃSTWO W PRZEDSZKOLU, NA DRODZE I W DOMU

W bloku tematycznym „Bezpieczeństwo w przedszkolu, na drodze i w domu” wyróżniono trzy główne zadania:

- kształtowanie nawyku przestrzegania zasad bezpieczeństwa;
- nabywanie umiejętności zachowania się w razie wypadku / zagrożenia;
- kształtowanie umiejętności oceny zachowań bezpiecznych i niebezpiecznych.

Wskazano także sposoby realizacji tych zadań zgodnie z możliwościami rozwojowymi dzieci, oraz oczekiwane rezultaty podjętych działań.

TREŚCI / ZADANIA	SPOSOBY REALIZACJI	OCZEKIWANE REZULTATY Dziecko:
Kształtowanie nawyku przestrzegania zasad bezpieczeństwa	<ul style="list-style-type: none"> • Zapoznanie z pomieszczeniami w przedszkolu: sala zabaw, sala ruchowa, szatnia, stołówka, gabinet logopedy i psychologa, pokój pielęgniarki, korytarze, schody • Ustalenie zasad zachowania w tych pomieszczeniach • Ustalenie zasad bezpiecznego korzystania ze sprzętów i zabawek przedszkolnym • Zabawy orientacyjno – porządkowe wdrażające do przestrzegania w/w zasad i reguł • Ustalenie zasad bezpiecznego poruszania się w przedszkolu np. po schodach, na korytarzu itd. • Rozmowy, pogadanki • Scenki rodzajowe, drama 	<p>Zna pomieszczenia przedszkolne, ich rozkład i przeznaczenie.</p> <p>Potrafi zachować się prawidłowo w pomieszczeniach przedszkola.</p> <p>Zna i rozumie konieczność przestrzegania reguł zachowania w poszczególnych pomieszczeniach.</p> <p>Wie jak bezpiecznie korzystać ze sprzętów i zabawek w sali przedszkolnej, w ogrodzie przedszkolnym i innych pomieszczeniach przedszkolnych.</p> <p>Potrafi poruszać się po terenie przedszkola zgodnie z ustalonymi zasadami bezpieczeństwa.</p>



	<ul style="list-style-type: none"> • W toku zajęć dydaktycznych • Zabawy ruchowe i orientacyjno porządkowe • Pamięciowa nauka wierszy i piosenek dot. ruchu drogowego • W czasie wyjść i wycieczek • Spotkania z policjantem 	<p>Rozumie potrzebę przestrzegania zasad bezpieczeństwa i przepisów ruchu drogowego.</p> <p>Zna podstawowe zasady ruchu drogowego.</p> <p>Zna znak sygnalizacji świetlnej i przejścia dla pieszych.</p> <p>Zna niektóre znaki drogowe.</p> <p>Zna zasady zachowania w środkach transportu i postępuje wg nich.</p>
<p>Nabywanie umiejętności zachowania się w razie wypadku / zagrożenia</p>	<ul style="list-style-type: none"> • W toku zajęć dydaktycznych • Scenki rodzajowe, drama • Rozmowy, pogadanki • Opowiadania • Historyjki obrazkowe • Spotkania z policjantem • Spotkania ze strażakiem 	<p>Zna i potrafi wybrać telefony alarmowe.</p> <p>Wie, jak zachować się w sytuacji zagrożenia pożarem.</p> <p>Wie jak należy zachować się w kontaktach z nieznajomymi.</p> <p>Wie, do kogo zwrócić się w sytuacjach zagrożenia, od kogo może uzyskać pomoc.</p> <p>Zna swoje imię, nazwisko, adres zamieszkania i numer telefonu rodziców, wie komu może udostępniać takie informacje.</p> <p>Potrafi przybrać obronną postawę przed atakiem psa, nie drażni zwierząt.</p>



Kształtowanie umiejętności oceny zachowań bezpiecznych i niebezpiecznych	<ul style="list-style-type: none">• W toku zajęć dydaktycznych• W toku zajęć badawczych• W trakcie zabaw swobodnych• Scenki rodzajowe, drama• Rozmowy, pogadanki• Oglądanie i omawianie ilustracji, atlasów, książek• Karty pracy	<p>Właściwie ocenia własne zachowania i zachowania innych pod względem bezpieczeństwa.</p> <p>Potrafi wymienić miejsca, w których można bawić się bezpiecznie i takie, w których nie wolno się bawić – umie bezpiecznie organizować sobie czas wolny.</p> <p>Wie, że nie może samodzielnie zażywać lekarstw i stosować środków chemicznych.</p> <p>Rozumie zagrożenia wynikające ze niewłaściwego użytkowania sprzętów elektrycznych, wie że nie może ich używać bez nadzoru osób dorosłych.</p> <p>Zna niektóre gatunki trujących roślin i grzybów, wie że nie należy spożywać znalezionych roślin i grzybów bez nadzoru osoby dorosłej.</p> <p>Wie, że niektóre zwierzęta są niebezpieczne i unika kontaktu z nimi.</p> <p>Unika zagrożeń ze strony zjawisk atmosferycznych – nie naraża się na niebezpieczeństwo wynikające z pogody.</p>
--	---	--



BLOK II - PROMOCJA ZDROWIA: AKTYWNOŚĆ FIZYCZNA I ODŻYWANIE

W bloku tematycznym „Promocja zdrowia: aktywność fizyczna i odżywanie” wyróżniono trzy główne zadania:

- dbałość o zdrowie;
- orientacja w zasadach zdrowego żywienia;
- sprawność fizyczna.

Wskazano także sposoby realizacji tych zadań zgodnie z możliwościami rozwojowymi dzieci, oraz oczekiwane rezultaty podjętych działań.

TREŚCI / ZADANIA	SPOSOBY REALIZACJI	OCZEKIWANE REZULTATY Dziecko:
Kształtowanie umiejętności dbania o zdrowie	<ul style="list-style-type: none"> • Spotkania z higienistką • Spotkania z pielęgniarką • W toku zajęć dydaktycznych • Scenki rodzajowe, drama • Rozmowy, pogadanki 	<p>Posługuje się pojęciem „zdrowie”.</p> <p>Dostrzega związek między chorobą a leczeniem.</p> <p>Rozumie konieczność poddawania się leczeniu.</p> <p>Dbą o swoje zdrowie.</p> <p>Wie jak można przeciwdziałać chorobom.</p> <p>Wie, że należy dostosować ubiór do warunków pogodowych i pory roku.</p>



<p>Rozwijanie orientacji w zasadach zdrowego żywienia</p>	<ul style="list-style-type: none"> • W toku zajęć dydaktycznych • W toku zajęć badawczych • Scenki rodzajowe, drama • W toku zajęć kulinarnych (przygotowywanie sałatek, kanapek itp.) • Rozmowy, pogadanki • Opowiadania • Karty pracy • Udział w programach zewnętrznych dot. zdrowego żywienia: „Piramida Żywienia”, „Pięć porcji warzyw, owoców lub soku” • Wycieczki i wyjścia: stragan warzywny, sklep warzywny, kiermasze zdrowej żywności • Prowadzenie ogródka warzywnego (grupy 5-latków) • Tworzenie kącików przyrody w salach • Organizacja wydarzeń przedszkolnych związanych z obchodami dnia wybranych warzyw i owoców zgodnie z Planem Pracy Przedszkola 	<p>Orientuje się w zasadach zdrowego żywienia.</p> <p>Wie czym jest piramida żywienia i co przedstawia.</p> <p>Odróżnia produkty zdrowe od niezdrowych.</p> <p>Rozumie, że zbilansowana dieta wpływa na prawidłowy rozwój organizmu.</p> <p>Wybiera produkty zdrowe, stara się unikać niezdrowych.</p> <p>Stara się przełamać niechęć do nielubianych, ale zdrowych produktów żywnościowych.</p>
<p>Wspomaganie sprawności fizycznej</p>	<ul style="list-style-type: none"> • W toku zajęć ruchowych • W toku zabaw orientacyjno – porządkowych • Zabawy w ogrodzie przedszkolnym • Spacer po terenie przedszkola • Wyjścia i wycieczki np. do gospodarstw agroturystycznych • Zawody i konkursy sportowe, mini olimpiady organizowane w grupie i przedszkolu • Dzielnicowe konkursy sportowe: „Mistrzostwa o Puchar Wielkiego Ursynowskiego Misia”, „Mistrzostwa o Laur Burmistrza” (grupy 5-latków) • Zajęcie z gimnastyki korekcyjnej • Dzielnicowe zajęcia ruchowe „Sportowe Przedszkole” (grupy 5-latków) 	<p>Rozumie znaczenie aktywności ruchowej uprawiania sportu.</p> <p>Wie o potrzebie częstego przebywania na świeżym powietrzu.</p> <p>Bierze aktywny udział w zajęciach ruchowych, chętnie podejmuje działania o charakterze ruchowym.</p> <p>Wskazuje na aktywne formy wypoczynku jako na jeden z elementów zdrowego trybu życia.</p> <p>Bierze udział w zawodach sportowych organizowanych w grupie i poza przedszkolem.</p>



BLOK III - HIGIENA OSOBISTA I HIGIENA OTOCZENIA

W bloku tematycznym „Higiena osobista i higiena otoczenia” uwzględniono dwa aspekty działań profilaktycznych:

- wdrażanie do utrzymywania higieny osobistej;
- wdrażanie do utrzymywania higieny otoczenia.

Ponadto wskazano sposoby realizacji tych treści przez dzieci zgodnie z ich możliwościami rozwojowymi, oraz oczekiwane rezultaty podjętych działań.

TREŚCI / ZADANIA	SPOSOBY REALIZACJI	OCZEKIWANE REZULTATY Dziecko:
Wdrażanie do utrzymywania higieny osobistej	<ul style="list-style-type: none"> • W toku czynności samoobsługowych. • Rozmowy, pogadanki. • Spotkania z higienistką. • Piosenki, wiersze, opowiadania. 	<p>Rozumie pojęcie „higiena”.</p> <p>Wyróżnia przybory niezbędne do utrzymania higieny osobistej.</p> <p>Potrafi prawidłowo i dokładnie myć twarz, ręce, zęby.</p> <p>Samodzielnie korzysta z toalety.</p> <p>Przestrzega podstawowych zasad higieny.</p> <p>Korzysta tylko ze swoich przyborów higienicznych, wie że nie należy się nimi dzielić.</p> <p>Zwraca uwagę na swój wygląd i dba o jego schludność, czystość ciała i odzieży.</p>



<p>Wdrażanie do utrzymywania higieny w swoim otoczeniu</p>	<ul style="list-style-type: none">• Rozmowy, pogadanki• Scenki rodzajowe, drama• Samodzielne porządkowanie sali przedszkolnej i własnej szuflady• W toku zajęć dydaktycznych• W toku zajęć praktycznych• Zwracanie uwagi na porządek podczas pracy stolikowej, pracy z książką, zajęć plastycznych• Udział w akcji „Sprzątanie świata”• Udział w akcji „Warszawa stolicą czystości”• Organizacja zbiorów zużytych baterii, makulatury, plastikowych nakrętek• Segregowanie śmieci na co dzień	<p>Rozumie znaczenie porządku dla dobrej organizacji w toku różnych działań.</p> <p>Dbą o ład i porządek w sali przedszkolnej.</p> <p>Sprząta po zakończonej zabawie, odkłada zabawki w wyznaczone miejsce.</p> <p>Dbą o ład i porządek w czasie pracy stolikowej.</p> <p>Dbą o ład i porządek w swojej szufladzie.</p> <p>Dbą o porządek w czasie spożywania posiłku, stara się jeść kulturalnie.</p> <p>Zwraca uwagę na wygląd otoczenia przyrodniczego. Rozumie potrzebę dbania o rośliny w najbliższym otoczeniu, nie niszczy przyrody w ogrodzie przedszkolnym: nie łamie gałęzi, nie depta trawników, nie zrywa kwiatów.</p> <p>Jest wrażliwe na przejawy niszczenia przyrody.</p> <p>Rozumie potrzebę dbania o czystość naszej planety.</p> <p>Rozumie pojęcie „segregacja śmieci”.</p>
--	--	--



BLOK IV - AKCEPTACJA SIEBIE I INNYCH

W bloku tematycznym „Akceptacja siebie i innych” uwzględniono dwa zadania działań profilaktycznych:

- nawiązywanie i utrzymywanie więzi;
- radzenie sobie z emocjami.

Wskazano także sposoby realizacji tych treści przez dzieci zgodnie z ich możliwościami rozwojowymi, oraz oczekiwane rezultaty podjętych działań.

TREŚCI / ZADANIA	SPOSOBY REALIZACJI	OCZEKIWANE REZULTATY Dziecko:
Nawiązywanie i utrzymywanie więzi	<ul style="list-style-type: none"> • Rozmowy, pogadanka • Metody aktywizujące • Dyskusje • Scenki rodzajowe, drama • Bajki terapeutyczne • Zabawy swobodne • Zabawy integracyjne • W trakcie codziennych zajęć 	<p>Chętnie bawi się z innymi dziećmi, jest zapraszane do zabawy.</p> <p>Obdarza uwagę dorosłych i inne dzieci, słucha co mają do powiedzenia.</p> <p>Jest śmiały, pewne siebie w kontaktach z innymi.</p> <p>Zna różne sposoby porozumiewania się (werbalne i niewerbalne).</p> <p>Mówi jasno o swoich potrzebach.</p> <p>Potrafi okazywać uczucia przyjaźni, sympatii, empatii.</p> <p>Jest pomocne, pomaga kolegom i koleżankom w rozwiązywaniu problemów.</p> <p>Jest współczujący, gotowe nieść pomoc osobom słabszym, chorym,</p>



		<p>potrzebującym.</p> <p>Potrafi wyrazić opinię w sposób przyjazny.</p> <p>Rozumie, że ludzie mogą mieć różne poglądy i akceptuje ten fakt.</p> <p>Akceptuje dzieci bez względu na ich pochodzenie, kolor skóry, płeć, wiek, zainteresowania, opinie.</p> <p>Wie, że nie należy chwalić się bogactwem.</p> <p>Wie, że nie należy dokuczać innym, nikogo wyszydzać, szykanować.</p>
<p>Radzenie sobie z emocjami</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Wprowadzenie Kodeksu Przedszkolaka i egzekwowanie jego przestrzegania • W toku zajęć dydaktycznych dotyczących uczuć • Zajęcia odreagowywania złości • Zajęcia mające na celu podnoszenie samooceny • Gry planszowe, konkursy • Rozmowy, pogadanka • Scenki rodzajowe, drama • Bajki terapeutyczne • Zajęcia relaksacyjne • Pomoc w rozwiązywaniu konfliktów • Współpraca z psychologiem • Współpraca z rodzicami 	<p>Zna zasady i reguły panujące w przedszkolu, przestrzega ich.</p> <p>Zna wybrane prawa dziecka.</p> <p>Rozpoznaje i nazywa uczucia własne i innych osób.</p> <p>Zna, rozumie i wyraża emocje w sposób zgodny z normami społecznymi.</p> <p>Potrafi poradzić sobie z porażką.</p> <p>Potrafi opanować negatywne emocje w sytuacjach trudnych.</p> <p>Zna różne sposoby pokonywania złości.</p> <p>Umie nazwać i odróżnić formy agresji.</p> <p>Dąży do porozumienia w sytuacjach konfliktowych.</p> <p>Nie stosuje zachowań przemocowych w stosunku do innych.</p>



EWALUACJA PROGRAMU

Oceny efektów realizacji Programu Profilaktycznego , obok bieżącego monitorowania, dokonywane będą na półrocznej i końcowej Radzie Pedagogicznej. Podstawę dla formułowania oceny realizacji programu będą stanowiły:

- Podsumowanie Pracy Dydaktyczno – Wychowawczej w danej grupie, sporządzane przez nauczycieli wychowawców tejże grupy;
- Raporty z obserwacji w danej grupie, sporządzane przez nauczycieli wychowawców tejże grupy;
- rozmowy z rodzicami;
- rozmowy z innymi nauczycielami;
- analiza dokumentów – Arkusze monitorowania osiągnięć dziecka oraz formułowania wniosków, dzienniki, Plany miesięczne, wytwory dzieci, osiągnięcia w konkursach.

Dopuszcza się wprowadzenie zmian do programu w trakcie jego realizacji, w formie aneksów, w zależności od potrzeb.

Wyniki ewaluacji Programu profilaktycznego posłużą pisaniu Programu w kolejnych latach.