

**"Bezpieczne i szczęśliwe dzieciństwo"**

## **Program Profilaktyki**

realizowany przez  
Gminne Przedszkole "Stokrotka"

## I. WSTĘP

Program Profilaktyki przeznaczony jest do realizacji w przedszkolu i w swoim założeniu obejmuje pracę wychowawczo – profilaktyczną nad całością osobowości dziecka z uwzględnieniem kształtowania sfery psychicznej, duchowej i fizycznej.

Program kładzie szczególny nacisk na kształtowanie osobowości dziecka i wspieranie jego rozwoju – zarówno poprzez proponowane treści programowe, jak również osobisty kontakt nauczyciela z dziećmi. Wynika to z założenia, że jednym z podstawowych źródeł zaburzeń są deficyty rozwoju emocjonalnego oraz zła adaptacja do ról i warunków życiowych.

Ośrodkiem tego programu jest więc dziecko jako podmiot, nauczyciel zaś jest tym, który kieruje i prowadzi tak dziecko, aby ono samo doszło do pewnych prawd i prezentowało odpowiednie postawy.

Poprzez wdrażanie programu równolegle wśród rodziców i nauczycieli, tworzenie wspólnego jednorodnego środowiska wychowawczego, będziemy dążyć do wykształcenia u dzieci takich zachowań i nawyków, które przysłużą się do ich prawidłowego psychofizycznego rozwoju.

## II. CELE PROGRAMU

Program posiada jasno sprecyzowany cel główny i cele szczegółowe, które będą osiągnęte przez odpowiednio dobrane metody i formy pracy z dzieckiem, a także dzięki doborowi treści nauczania oraz stwarzaniu optymalnych warunków do ich realizacji.

Na zakończenie realizacji programu przeprowadzona zostanie ewaluacja.

Program podlega modyfikacji, jest otwarty, spójny wewnątrz oraz jest integralną częścią programu wychowawczego przedszkola.

### Cel główny:

- ✓ wychowanie dziecka do bezpiecznego i zdrowego stylu życia

### Cele szczegółowe:

- ✓ gotowość do radzenia sobie z trudnościami wieku dziecięcego,
- ✓ wzmacnianie poczucia wartości,
- ✓ budowa pozytywnego obrazu siebie,
- ✓ uczenie porozumiewania się oraz rozwiązywania problemów i podejmowania decyzji,
- ✓ modyfikowanie niepożądanych lub nieodpowiednich zachowań bez stosowania różnorodnych form przemocy,
- ✓ kształtowanie osobowości dziecka i wspieranie jego rozwoju,
- ✓ wskazanie właściwych rozwiązań w różnych sytuacjach życiowych,
- ✓ kształcenie umiejętności świadomego dokonywania wyboru,
- ✓ kształtowanie umiejętności rozwiązywania problemów i konfliktów,
- ✓ dążenie do większej otwartości dziecka, świadomego przeżywania emocji,
- ✓ wspieranie rozwoju dziecka poprzez kształtowanie następujących zachowań: prawidłowe odżywianie, troska o higienę własnego ciała, dbałość o bezpieczeństwo,

- ✓ wskazanie na potrzebę zachowań asertywnych w stosunkach międzyludzkich,
- ✓ poznawanie zasad warunkujących bezpieczeństwo w przedszkolu i poza terenem placówki,
- ✓ uwrażliwienie na zagrożenia w kontaktach z nieznanymi osobami i przedmiotami,
- ✓ wyrabianie nawyków higienicznych i zamiłowania do czystości,
- ✓ wykształcenie właściwych nawyków związanych ze zdrowiem,
- ✓ zdolność podejmowania decyzji w sprawie własnego zdrowia,
- ✓ wyrabianie zamiłowania do wycieczek i aktywności ruchowej jako źródła zdrowia, radości, rekreacji i wypoczynku,
- ✓ rozwijanie ogólnej sprawności i koordynacji ruchowej poprzez systematyczne organizowanie gimnastyki, zabaw ruchowych, zawodów sportowych,
- ✓ ukazanie właściwych form spędzania wolnego czasu,
- ✓ uświadamianie najmłodszym korzyści wynikających z regularnego korzystania z propozycji oferowanych przez kino i teatr,
- ✓ zaszczepienie wśród najmłodszych potrzeby obcowania z różnymi formami sztuki,
- ✓ uwrażliwienie najmłodszych na piękno sztuki,
- ✓ stworzenie klimatu zaufania między nauczycielem i dzieckiem mającym problemy,
- ✓ dostarczenie podstawowych wiadomości o substancjach uzależniających - nikotyna, systemach wartości, umiejętnościach życiowych, sposobach rozwiązywania problemów i konfliktów,
- ✓ zrozumienie, jakie są psychiczne, fizyczne i społeczne konsekwencje nałogów,
- ✓ wyrabianie odpowiedzialności za własne zdrowie,
- ✓ uczenie umiejętności obrony przed naciskiem otoczenia,

### **III. INFORMACJA O REALIZACJI PROGRAMU**

Treści programowe zostały uporządkowane w następujących blokach tematycznych:

- ✓ Uczestnictwo w grupie,
- ✓ Postrzeganie siebie i rozumienie swoich uczuć,
- ✓ Rozwiązywanie problemów,
- ✓ Bezpieczeństwo psychiczne i fizyczne dziecka,
- ✓ Higieniczny i zdrowy styl życia,
- ✓ Aktywność ruchowa i rekreacja,
- ✓ My i środki uzależniające,
- ✓ Kształcenie kompetencji aktywnego udziału w kulturze,

Istotnym elementem skutecznej realizacji programu jest współpraca przedszkola z rodzicami. Zarówno rodzice, jak i nauczyciele powinni mieć świadomość znaczenia własnego zachowania, stanowiącego wzorzec do naśladowania przez dzieci. Informacje uświadamiające rodzicom wagę problemu będą przekazywane przez nauczycieli dzięki:

- ✓ zajęciom otwartym,
- ✓ wystawom,
- ✓ konkursom,
- ✓ uroczystościom i imprezom,

- ✓ gazetce tematycznej dla rodziców,
- ✓ zebraniom, prelekcjom,
- ✓ ulotkom,

#### **IV. FORMY I METODY**

Metody i formy powinny być dostosowane do możliwości dzieci oraz winny uwzględniać wszelkie uwarunkowania dotyczące wprowadzania realizowanych treści.

Poniższy program profilaktyczny będzie realizowany przez nauczycieli. Część zagadnień może być realizowana w formie:

- ✓ spotkań dzieci z przedstawicielami służby zdrowia, policji, straży,
- ✓ spotkań dzieci z twórcami ludowymi, artystami,
- ✓ wycieczek,
- ✓ spacerów,
- ✓ imprez / Olimpiada Sportowa, Dzień Czyściocha/
- ✓ scenek, inscenizacji, przedstawień,
- ✓ gazetek ściennych,
- ✓ zabaw ruchowych z wykorzystaniem metod odtwórczych i twórczych
- ✓ konkursów plastycznych,
- ✓ organizowaniu wystaw prac plastycznych,
- ✓ organizowaniu w salach zabaw kącików do zabaw tematycznych, oraz kącika czystości i kącika relaksacyjnego,
- ✓ ulotek kierowanych do rodziców,
- ✓ realizacji programu "Przyjaciele Zippiego",
- ✓ ankiet,

w zależności od inwencji nauczyciela prowadzącego.

#### **V. ADRESAT PROGRAMU**

Program w całości przeznaczony jest do realizacji we wszystkich oddziałach przedszkola. W programie nie zastosowano podziału na grupy, zostawiając prowadzącym zajęcia możliwość doboru treści tematycznych w zależności od percepcji i dojrzałości emocjonalnej dzieci.

## **BLOK TEMATYCZNY: Uczestnictwo w grupie**

### CELE:

- Umiejętność obcowania z innymi ludźmi,
- Decydowanie o relacjach z rówieśnikami, rodzicami, nauczycielami i innymi dorosłymi,
- Prawidłowe przeżywanie doświadczeń w kontaktach z innymi ludźmi,
- Zrozumienie, że każdy z członków rodziny ma wpływ na jej prawidłowe funkcjonowanie,
- Przyswajanie norm i reguł obowiązujących w grupie i społeczeństwie,
- Kształtowanie postawy współpracy i działania w sposób spontaniczny i twórczy,
- Kształtowanie umiejętności konstruktywnego rozwiązywania problemów,
- Nabywanie postawy otwartości na potrzeby innych,
- Uczenie tolerancji w stosunku do innych ludzi, ich poglądów, postaw, stylu życia itp.
- Kształtowanie postawy asertywności i innych postaw alternatywnych,
- Umiejętność budowania udanych relacji z innymi ludźmi,
- Umiejętność dzielenia się swoimi uczuciami i odczuciami z innymi,
- Znajomość zasad prawidłowego funkcjonowania grup rówieśniczych,

### ZAGADNIENIA DO REALIZACJI:

- Jestem członkiem rodziny
- Prawa i obowiązki członków rodziny
- Razem się uczymy i razem bawimy
- Normy, reguły i zasady obowiązujące w grupie rówieśniczej
- Moi przyjaciele – wszyscy tworzymy grupę
- Jak pomagamy innym
- U kogo szukać pomocy

## **BLOK TEMATYCZNY: Postrzeganie siebie i rozumienie swoich uczuć**

### CELE:

- Umiejętność rozpoznawania, wyrażania i akceptowania własnych i cudzych uczuć,
- Kształtowanie pozytywnej samooceny,
- Dążenie do większej otwartości dziecka,
- Dostrzeganie własnej indywidualności i niepowtarzalności,
- Umiejętność rozmawiania o swoich uczuciach i reakcjach emocjonalnych; stosowanie odpowiedniego słownictwa,
- Umiejętność wyrażania i odbierania uczuć w sposób werbalny i niewerbalny,
- Nabycie umiejętności radzenia sobie z własnymi porażkami,
- Umiejętność podejmowania decyzji i ponoszenia za nie odpowiedzialności,
- Kształtowanie postaw asertywnych,
- Umiejętność przywracania równowagi emocjonalnej,

### ZAGADNIENIA DO REALIZACJI:

- Rozpoznawanie, wyrażanie i nazywanie uczuć, pozytywnych i negatywnych emocji
- Rozumienie i akceptacja uczuć swoich i innych ludzi
- Radzenie sobie w trudnych sytuacjach
- Jak mogę wpływać na swoje samopoczucie
- Jesteśmy podobni i różni w swoich doznaniach
- Rozpoznawanie swoich zalet i wad
- Cieszę się ze swoich sukcesów i akceptuję porażkę

## ***BLOK TEMATYCZNY: Rozwiązywanie problemów***

### CELE:

- Kształtowanie postawy zrozumienia, że trudności i konflikty są naturalnym zjawiskiem w kontaktach między ludźmi,
- Akceptacja i poszanowanie własnych i cudzych poglądów a także uczuć,
- Umiejętność rozmawiania na temat konfliktu i wspólnego poszukiwania jego rozwiązań,
- Umiejętność zawierania kompromisów,
- Umiejętność samodzielnego podejmowania decyzji,
- Umiejętność negocjowania, przeproszania i przebaczenia,
- Ustalenie zasad dobrego komunikowania się,

### ZAGADNIENIA DO REALIZACJI:

- Jak podejmujemy decyzje
- Sposoby rozwiązywania problemów
- Uczę się mówić „nie”

## **BLOK TEMATYCZNY: Bezpieczeństwo fizyczne i psychiczne dziecka**

### CELE:

- Poznawanie zasad warunkujących bezpieczeństwo w przedszkolu i poza terenem placówki,
- Zapoznanie z zasadami ppoż,
- Uwrażliwienie na zagrożenia w kontaktach z nieznanymi osobami i przedmiotami,
- Umiejętność posługiwania się własnymi danymi personalnymi,
- Umiejętność roztrzonego postępowania z nieznanymi zwierzętami, roślinami, owadami i gadami,

### ZAGADNIENIA DO REALIZACJI:

- Bawimy się bezpiecznie
- Jesteśmy ostrożni na ulicy
- spotkanie z nieznanym
- Ostrożnie z prądem
- Potrafię wezwać pomoc
- Zasady udzielania pierwszej pomocy



## ***BLOK TEMATYCZNY: Higieniczny i zdrowy styl życia***

### CELE:

- Realizacja myśli "Nie ma niedobrej pogody, jest tylko nieodpowiednie ubranie",
- Wyrabianie nawyków higienicznych i zamykania do czystości,
- Dbanie o higienę układu nerwowego i narządów zmysłu,
- Rozumienie potrzeby kontrolowania i leczenia zębów,
- Umiejętność tworzenia strefy ciszy w sobie i wokół siebie,
- Umiejętność kształtowania zdrowej postawy ciała,
- Umiejętność podejmowania decyzji w sprawie własnego zdrowia,
- Wykształcenie właściwych nawyków związanych ze zdrowiem,
- Zwracanie uwagi na umiejętnie i kulturalne zachowanie się w czasie posiłku,
- Podkreślenie roli właściwego zachowania,
- Zachęcanie do spożywania zdrowych produktów,

### ZAGADNIENIA DO REALIZACJI:

- W Łazienkowie
- Dzień Czyściocha
- Piknik w Krainie Zdrowia
- Co mogę sam zrobić, aby być silnym i zdrowym
- Smacznie i zdrowo
- Dbamy o swoje ciało
- Higiena pracy umysłowej
- Dlaczego kładziemy się spać

## ***BLOK TEMATYCZNY: Aktywność ruchowa i rekreacja***

### **CELE:**

- Wyrabianie zamiłowania do wycieczek i aktywności ruchowej jako źródła zdrowia, radości, rekreacji i wypoczynku,
- Stworzenie warunków do rozwijania aktywnej i twórczej działalności ruchowej,
- Rozwijanie ogólnej sprawności i koordynacji ruchowej poprzez systematyczne organizowanie gimnastyki, zabaw ruchowych, zawodów sportowych,
- Zachęcanie dzieci do wszelkich samorządnych zabaw związanych z ruchem,

### **ZAGADNIENIA DO REALIZACJI:**

- Olimpiada przedszkolaków
- W zdrowym ciele zdrowy duch
- Zabawy sportowe
- Ruszaj się na zdrowie
- Miś na wycieczce

## ***BLOK TEMATYCZNY: My i środki uzależniające***

### **CELE:**

- Znajomość informacji o substancjach szkodliwych dla zdrowia,
- Umiejętność wyszukiwania takich wzorców postępowania, w których nie ma miejsca na papierosy, alkohol, narkotyki,
- Zrozumienie, jakie są psychiczne, fizyczne i społeczne konsekwencje nałogów,
- Umiejętność podejmowania dobrych decyzji,
- Zrozumienie, że człowiek uzależniony nie jest skazany na samotność i może liczyć na czyjąś pomoc,

### **ZAGADNIENIA DO REALIZACJI:**

- Dlaczego nie należy sięgać po papierosy
- radzenie sobie z innymi niepalącymi
- uwrażliwienie dzieci na szkodliwość dymu papierosowego

## **BLOK TEMATYCZNY: Kształcenie kompetencji aktywnego udziału w kulturze**

### CELE:

- Urozmaicenie procesu edukacyjnego,
- Uwrażliwienie najmłodszych na piękno sztuki,
- Stwarzanie dziecku możliwości niezwykłych przeżyć,
- Budowanie swojego świata wartości i wzbogacanie go,
- Kształtowanie osobowości dziecka, rozwijanie zainteresowań, odkrywanie i rozwijanie uzdolnień,
- Rozwijanie wyobraźni, pomysłowości oraz zamiłowania do twórczej działalności,
- Wspomaganie wielopłaszczyznowego rozwoju intelektualnego i emocjonalnego,
- Dostarczanie dzieciom właściwych wzorców i norm postępowania,
- Rozbudzanie pozytywnych bodźców i krzewienie pozytywnych postaw,
- Modyfikowanie niepożądanych lub nieodpowiednich zachowań,
- Wskazywanie, jak radzić sobie z przeżywanymi lękami, trudnościami, pomoc w rozwijaniu pozytywnego, realistycznego obrazu siebie, swoich możliwości i zdolności,
- Ukazywanie właściwego uszeregowania wartości moralnych i społecznych,
- Kształtowanie postaw tolerancji i zrozumienia,
- Uświadamianie najmłodszym korzyści wynikających z regularnego korzystania z propozycji oferowanych przez kino i teatr,
- Zaszczepienie wśród najmłodszych potrzeby obcowania z różnymi formami sztuki,
- Zaproponowanie przedszkolakom alternatywy spędzania wolnego czasu,
- Kształcenie kompetencji aktywnego udziału w kulturze, jako odbiorca,

### ZAGADNIENIA DO REALIZACJI:

- Witajcie w naszej bajce
- W co się bawić
- Muzyczna ekspresja
- Z wizytą w teatrze
- Filmowy świat
- Sławni ludzie
- Spotkanie z artystą

## VI. PRZEWIDYWANE OSIĄGNIĘCIA

Po rocznej realizacji programu dziecko powinno:

- przestrzegać zasad prawidłowego funkcjonowania w grupie,
- być tolerancyjnym wobec innych ludzi, ich poglądów, postaw,
- współpracować z innymi,
- budować poradne relacje z rówieśnikami, nauczycielami, członkami rodziny,
- przestrzegać obowiązujących norm i reguł,
- rozpoznawać, wyrażać, akceptować uczucia własne i cudze,
- posiadać umiejętność radzenia sobie z własnymi porażkami,
- panować nad swoimi emocjami,
- komunikować się według ustalonych zasad,
- samodzielnie podejmować decyzje,
- zaakceptować, że konflikty i trudności są naturalnym zjawiskiem i można poszukiwać sposobów na ich rozwiązanie,
- mieć wyrobione nawyki przestrzegania zasad bezpieczeństwa,
- być świadomym zdrowego stylu życia,
- dbać o higienę osobistą i swojego otoczenia,
- wykazywać się aktywnością i sprawnością fizyczną,
- rozumieć potrzebę ruchu i aktywności całego ciała, jako źródła zdrowia,
- znać psychiczne, fizyczne i społecznie konsekwencje nałogów,
- mieć świadomość alternatywy spędzania czasu wolnego,
- korzystać z propozycji oferowanych przez kino, teatr,

## VII. UWAGI O REALIZACJI PROGRAMU

Realizując program profilaktyczny: „Bezpieczne i szczęśliwe dzieciństwo” należy zwrócić uwagę na to, aby ostrzegając dzieci przed ewentualnym niebezpieczeństwem, prezentować problematykę w taki sposób, żeby nie spowodować zakłócenia kontaktów społecznych dziecka. Mogłoby to doprowadzić do zaniku zaufania w stosunku do dorosłych oraz niewłaściwego przeżywania przez nie sytuacji powodujących zagrożenia.

Nauczyciel prowadzący zajęcia powinien wskazywać i uczuć wychowanków na symptomy ostrzegawcze pozwalające uniknąć zagrożenia oraz uświadomić dziecku, że w razie potrzeby powinno bez obaw zwrócić się o pomoc do wskazanych osób i instytucji.

## VIII. PROJEKT EWALUACJI PROGRAMU

U podstaw działań ewaluacyjnych stoi potrzeba oceny wartości tego programu. Badania ewaluacyjne powinny być prowadzone na bieżąco, i na zakończenie każdego roku szkolnego.

### 1. Cele ewaluacji:

- a) dostosowanie doboru i zakresu treści programowych do potrzeb dzieci, możliwości realizatorów programu i uwarunkowań przedszkola,
- b) określenie skuteczności programu,
- c) określenie wpływu przedszkolnego programu profilaktyki na doskonalenie jakości pracy przedszkola,

### 2. Problematyka badawcza:

- a) jak dobrano treści programowe w odniesieniu do potrzeb dzieci, możliwości realizatorów programu i warunków przedszkola?
- b) co można poddać modyfikacji w zakresie treści programowych, lub innych składników programu?
- c) w jakich warunkach program jest realizowany?
- d) jakie są efekty programu?
- e) Jak program profilaktyki przedszkola wpływa na jakość pracy wychowawczo – dydaktycznej nauczycieli i efekty pracy dzieci?

### 3. Kryteria ewaluacji:

- a) trafność doboru treści programowych,
- b) otwartość treści programowych, podatność ich na modyfikację,
- c) dostosowanie do realiów przedszkola,
- d) spójność wewnętrzna programu,
- e) efektywność programu,
- f) przydatność programu,
- g) rzetelność realizatorów programu,
- h) współdziałanie wszystkich podmiotów,

- i) powszechność oddziaływań,
- j) skuteczność oddziaływań wychowawczo – dydaktycznych nauczycieli ze względu na efekty programu profilaktyki.

#### 4. Metody zbierania danych:

- a) analiza dokumentów /dzienniki zajęć, sprawozdania wychowawców/,
- b) obserwacja,
- c) ankieta,
- d) wywiad,