

# **SPRAWOZDANIE Z REALIZACJI AUTORSKIEGO PROGRAMU Z ELEM. EDUKACJI ZDROWOTNEJ**

**W ROKU SZK. 2001/2002**

**W GRUPIE „O”B – wych. Jolanta Łysoń**

## **I. „WITAMINKI DLA CHŁOPCZYKA I DZIEWCZYNKI” –**

*zdoływamy wiedzę o zdrowym odżywianiu się*

<b>Zadania</b>	<b>Sposób realizacji</b>
<p><b>1. Wycieczki tematyczne</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- „Wyprawy po dary sadu i ogrodu” – gromadzimy je w kąciku przyrody, rozpoznawanie owoców i warzyw różnymi zmysłami;</li><li>- wycieczka do szkolnej kuchni – nawiązanie współpracy z intendentką: pomoc w dostarczaniu produktów na surówki owocowo – warzywne, drugie śniadanie – owoce;</li></ul>	<p>Nawiązałam współpracę z intendentką szkolną, dzięki czemu dzieci na zajęciach mogły korzystać z produktów potrzebnych do surówek warzywno – owocowych, dzieci otrzymywały drugie śniadanie w postaci owoców, przybliżyłam dzieciom zawód kucharki i intendentki. Zorganizowałam wycieczkę do sadu, gdzie dzieci poznawały drzewa i krzewy owocowe, a także zbierały owoce do kącika przyrody, poprzez zagadki smakowo – zapachowe dzieci rozpoznawały owoce.</p>
<p><b>2. Doświadczenia praktyczne</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- „Kucharze” – wykonujemy surówki owocowo – warzywne;</li><li>- „Na straganie” J. Brzechwa – zdobywamy doświadczenia językowe;</li><li>- „Kukielki z warzyw” – wykonujemy kukielki z warzyw;</li><li>- „Apetyczne kotki” – wykonujemy posiłek z naturalnych produktów;</li><li>- „Zielona hodowla” – zakładamy hodowlę szczypiorku i pietruszki w kąciku przyrody;</li></ul>	<p>Dzieci dzięki doświadczeniom praktycznym wiedzą o konieczności jedzenia warzyw i owoców niezbędnych dla zdrowia, znają wartości odżywcze warzyw i owoców, potrafią dbać o czystość w trakcie przygotowywania i spożywania surówek oraz innych posiłków, potrafią kulturalnie jeść, wiedzą czemu służy właściwe odżywianie, a także rozumieją konieczność przewycięzania uprzedzeń do niektórych potraw.</p>
<p><b>3. Ekspresja</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- teatralna – przygotowujemy występy dla dzieci z oddziału przedszkolnego – „Na straganie” – J. Brzechwa;</li><li>- plastyczna – organizujemy wystawę prac plastycznych – „Przetwory”;</li></ul>	<p>Organizowałam zajęcia, w których dzieci rozwijały ekspresją twórczą, poznawały zasady racjonalnego odżywiania, w tym spożywania codziennie koniecznych składników pokarmowych, a także poznawały różne sposoby przechowywania żywności.</p>

<p><b>4. Projekty</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- zajęcia otwarte dla rodziców – „Jakie mama przygotowała przetwory?” – zagadki smakowo – zapachowe, przygotowujemy się na przyjęcie rodziców (zaprawy i przetwory);</li> </ul>	<p>Zorganizowałam zajęcia otwarte dla rodziców, podczas których dzieci poznawały różne sposoby przygotowania przetworów oraz przechowywania żywności.</p>
<p><b>5. Ewaluacja</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- spożywamy warzywa i owoce;</li> <li>- myjemy warzywa i owoce;</li> <li>- myjemy ręce przed posiłkami;</li> <li>- zachowujemy się kulturalnie podczas posiłków;</li> </ul>	<p>Realizując zadania z zakresu tej tematyki dzieci zdobyły wiedzę i umiejętności z zakresu spożywania warzyw i owoców, mycia warzyw i owoców, mycia rąk przed posiłkami, kulturalne zachowanie się przy stole.</p>

**II. „ZAJĄCZEK - CZYŚCIOSZEK” –  
nabywamy nawyki higieniczne**

<b>Zadania</b>	<b>Sposób realizacji</b>
<p><b>1. Wycieczki tematyczne</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- wizyta w gabinecie pielęgniarki;</li> </ul>	<p>Nawiązałam współpracę z pielęgniarką szkolną, dzieci poprzez wizytę w gabinecie pielęgniarki mogły poznać i zrozumieć znaczenie stosowanych przez pielęgniarkę i lekarzy zabiegów zdrowotnych, dowiedzieć się jak zachować się w gabinecie pielęgniarki i lekarskim, umieją powiedzieć co robią lekarze różnych specjalności np.: pediatra, dentysta oraz potrafią podejmować próby w celu pokonywania „własnych” uprzedzeń wobec pielęgniarki oraz lekarzy.</p>
<p><b>2. Doświadczenia praktyczne</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- „Chory kotek” S.. Jachowicz – zdobywamy doświadczenia językowe;</li> <li>- „W gabinecie lekarskim” – zabawa tematyczna, trenujemy umiejętność zachowania się w gabinecie lekarskim lub stomatologicznym;</li> <li>- spacer w wyobraźni – „Wehikuł czasu, czyli jak prano dawniej, jak pierze się dziś” – poznajemy relacje czasowe: bardzo dawno, dawniej, dziś;</li> <li>- zabawa dramowa – „Brudasek” – prawidłowo oceniamy sytuacje;</li> </ul>	<p>Organizowałam dzieciom zajęcia, dzięki którym zdobywały doświadczenia praktyczne pozwalające dowiedzieć się, jakie są zasady racjonalnego odżywiania się, zrozumieć konieczność zachowania umiaru w jedzeniu m. in. słodczy, dowiedzieć się o konieczności zmiany zabrudzonej odzieży i jej prania, aby była czysta oraz o potrzebie „świadomego” dbania o czystość całego ciała.</p>

<p><b>3. Ekspresja</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- teatralna – organizujemy przedstawienie dla dzieci z kl. I – „Chory kotek” S. Jachowicz;</li> <li>- plastyczna – organizujemy wystawę prac plastycznych – „Przybory do mycia zębów”;</li> <li>- muzyczna – „Rozważania o zdrowiu” – śpiewamy piosenki o zdrowiu („Kotek”, „Na kubeczku z porcelany”, „Umyjemy rączki ,szyję”);</li> </ul>	<p>Nawiązałam współpracę z nauczycielką kl. Ib – dzieci z grupy „O”B przedstawili bajkę profilaktyczną dla kolegów z kl. Ib: „Chory kotek”. Dzieci poprzez ekspresję twórczą mogły zrozumieć konieczność racjonalnego odżywiania, dowiedzieć się o codziennych zabiegach higienicznych (m.in. mycie zębów), a także dlaczego należy wykonywać codzienne zabiegi higieniczne i czemu one służą. Dzieci poznały piosenki dotyczące zdrowia.</p>
<p><b>4. Projekty</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- zajęcia otwarte dla rodziców – „Dbamy o zdrowie” – tworzymy „drzewo zdrowia”, zdobywamy wiadomości od rodziców nt „Zdrowy jak...”;</li> </ul>	<p>Nie zorganizowałam zajęć otwartych dla rodziców, gdyż w zaplanowanym terminie panował wirus w przedszkolu i dzieci nie uczęszczały na zajęcia.</p>
<p><b>5. Ewaluacja</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- myjemy systematycznie zęby po posiłkach;</li> <li>- dbamy o czystość całego ciała;</li> <li>- prawidłowo korzystamy z urządzeń sanitarnych;</li> <li>- prawidłowo korzystamy z przyborów toaletowych;</li> </ul>	<p>Poprzez organizowanie różnorodnych form aktywności dzieci nabyły wiedzę i umiejętności o codziennym stosowaniu zabiegów higienicznych, o znaczeniu czystości dla zdrowia oraz podstawowych zasad higieny w korzystaniu ze wspólnych urządzeń sanitarnych, a także rozumieją konieczność dbania o wygląd zewnętrzny.</p>

**III. „W ZDROWYM CIELE – ZDROWY DUCH” –  
dbamy o harmonijny rozwój organizmu**

<b>Zadania</b>	<b>Sposób realizacji</b>
<p><b>1. Aktywny wypoczynek</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- dodatkowe zabawy ruchowe – bierzemy udział w zawodach sportowych;</li> <li>- zabawy terenowe – korzystamy ze świeżego powietrza;</li> <li>- spacer i wycieczki – korzystamy ze świeżego powietrza niezależnie od pogody;</li> <li>- wyjazdy na basen – uczestniczymy w zabawach w wodzie i uczymy się pływać;</li> <li>- zabawy i ćwiczenia na boisku – uczymy się jeździć na hulajnodze;</li> <li>- zabawy i ćwiczenia na śniegu z elementami sportów zimowych – uczestniczymy w zawodach saneczkowych;</li> </ul>	<p>Nawiązałam współpracę z CKiW w Andrychowie – dzieci z grupy „O”B brały udział w Gminnym Konkursie dla Przedszkoli „Mały Sport – Wielka Radość”, gdzie zajęły II miejsce. Nawiązałam współpracę z nauczycielką SP w Rzykach – dzieci z grupy „O”B korzystały wyjazdów na basen do Kęt. Organizowałam dzieciom aktywny wypoczynek na świeżym powietrzu oraz w sali, dzięki czemu wiedzą teraz, jak korzystać ze świeżego powietrza i słońca w celu relaksacji organizmu, znają różne sposoby aktywnego wypoczynku, różnorodne formy wypoczynku i rekreacji, a także rozumieją konieczność korzystania ze świeżego powietrza, niezależnie od pory roku.</p>

<p><b>2. Doświadczenia praktyczne</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- spacer w wyobraźni – „Jesteśmy na niby piłkami” – wyobrażamy sobie, że jesteśmy dużymi i ciężkimi piłkami i opowiadamy o tym;</li> <li>- zabawy w formie opowieści ruchowej – „Uprawiamy sporty”;</li> <li>- zabawy dramatyczne – „I co ja z sobą zrobię?” – naśladujemy zachowanie własne i innych w autentycznych sytuacjach;</li> </ul>	<p>Doświadczenia praktyczne były okazją, aby dzieci zrozumiały konieczność aktywności ruchowej niezależnie od indywidualnych predyspozycji fizycznych, aby potrafiły przeprowadzić proste ćwiczenia relaksacyjne oraz korzystać z wolnego czasu i wyrażać stany emocjonalne w sposób społecznie akceptowany.</p>
<p><b>3. Ekspresja</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- muzycznie – ruchowa – „Rozważania o zdrowiu” - organizujemy zabawy przy muzyce ;</li> </ul>	<p>Wykorzystując zdobyte wiadomości na kursie doskonalącym n/t „Aktywne słuchanie muzyki wg Batti Strauss” zorganizowanym przez SNEP w Czańcu organizowałam dzieciom zabawy przy muzyce, dzięki którym zdobywały umiejętność koordynowania ruchów.</p>
<p><b>4. Projekty</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- zajęcia otwarte dla rodziców – „Zdobycie sprawności fizycznej” – organizujemy zabawy sportowe z udziałem rodziców;</li> </ul>	<p>Zorganizowałam zajęcia otwarte dla rodziców na hali sportowej w szkole połączone z prezentacją ćwiczeń korekcyjnych, w których wszyscy aktywnie uczestniczyli i doskonale się bawili, a także mogli poprawić swoją tężyznę fizyczną.</p>
<p><b>5. Ewaluacja</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- znamy i korzystamy z zabaw relaksujących;</li> <li>- korzystamy z aktywnego wypoczynku;</li> <li>- dbamy o zdrowie psychiczne – znamy szkodliwość wielogodzinnego oglądania telewizji lub korzystania z komputera;</li> <li>- jesteśmy dobrymi kolegami i potrafimy dostrzegać potrzeby innych;</li> </ul>	<p>Korzystając z różnorodnych form aktywności ruchowej dzieci poznały zabawy relaksacyjne – metoda Paula Denissona, dowiedziały się jak wyrażać swoje stany emocjonalne w sposób społecznie akceptowany oraz co to jest higiena narządów zmysłu, układu nerwowego i ruchowego.</p>

#### IV. „ZDROWA ZIEMIA – ZDROWY CZŁOWIEK”-

##### dbamy o czystość otoczenia

Zadania	Sposób realizacji
<p><b>1. Wycieczki tematyczne</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- „Dzień Ziemi”, „Sprzątanie Świata” – bierzemy udział w akcjach ekologicznych;</li> <li>- spacer i wycieczki po okolicy – obserwujemy zmieniający się krajobraz (pory roku, wpływ ingerencji człowieka w świat przyrody);</li> <li>- „Zdrowe przedszkole” – promujemy przedszkole na wsi i zapraszamy kolegów z przedszkola miejskiego;</li> </ul>	<p>Wspólnie z dziećmi nawiązałam współpracę z przedszkolem miejskim poprzez korespondencję, w której promowaliśmy nasze przedszkole, a także zaprosiliśmy kolegów z Andrychowa do Rzyk na Dzień Dziecka. Dzieci uczestnicząc w akcjach ekologicznych oraz wycieczkach wiedzą czemu służą takie akcje, jak należy dbać o czystość własnego otoczenia, potrafią dostrzec negatywny wpływ ingerencji człowieka w świat przyrody, a także rozumieją potrzebę segregowania śmieci i jak segregować śmieci.</p>
<p><b>2. Doświadczenia praktyczne</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- spacer w wyobraźni – „Podarunek od wiatru” – wyobrażamy sobie, że jesteśmy listkiem i wędrujemy po świecie;</li> <li>- zabawy w formie opowieści ruchowej – „Przyjaciele z Zielonego Lasu” – naśladujemy zwierzęta mieszkające w czystym i brudnym lesie, i opowiadamy o tym;</li> <li>- zdobywamy sprawności – „Leśne Skrzaty” – jesteśmy strażnikami przyrody;</li> <li>- spotkania multimedialne – gry edukacyjne na komputer związane z ochroną środowiska naturalnego – „Wielkie sprzątanie”, „Chcę, aby na moim niebie było słońce”;</li> </ul>	<p>Nawiązałam współpracę z nauczycielem informatyki i organizowałam dzieciom spotkania multimedialne, które były nowym i ciekawym doświadczeniem dla większości dzieci. Dzięki grom edukacyjnym dzieci wiedzą, jak dbać o przyrodę i jakie są skutki zanieczyszczenia środowiska naturalnego. Doświadczenia praktyczne takie jak: spacer w wyobraźni, zabawy w formie opowieści ruchowej, zdobywanie „sprawności”, pomogły zrozumieć dzieciom zagrożenia wynikające z zanieczyszczenia środowiska naturalnego oraz potrzebę dbania o środowisko naturalne, a także o własne otoczenie i środowisko naturalne. Dzieci znają i określają zależności między „zdrowa ziemia – zdrowy człowiek”.</p>
<p><b>3. Ekspresja</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- plastyczna – wykonujemy „Order Ekologa”, collage nt. „Gdzie chciałbyś spędzać wolny czas, a gdzie nie?”;</li> <li>- muzyczna – organizujemy konkurs „ekologicznej piosenki”, uczymy się grupowej piosenki „Leśne Skrzaty”;</li> </ul>	<p>Opracowałam autorski tekst piosenki „Leśne Skrzaty” na melodię „My jesteśmy krasnoludki”, która była hymnem grupy „O”B. Poprzez twórczość plastyczną i muzyczną dzieci mogły wyrazić swoją wiedzę n/t dlaczego należy dbać o własne otoczenie, co jest dobre dla zdrowia i otoczenia.</p>
<p><b>4. Projekty</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- „Święto sadzenia drzew” – wspólnie z rodzicami sadzimy drzewa w ogródku przedszkolnym lub w lesie i dbamy o nie;</li> <li>- „Aluminek” – zbieramy puszki aluminiowe i bierzemy udział w akcji ekologicznej;</li> <li>- „Zdrowe przedszkole” – przygotowujemy się na przyjęcie kolegów z przedszkola miejskiego;</li> </ul>	<p>Nawiązałam współpracę z Nadleśnictwem w Andrychowie, które przekazało dla naszego przedszkola sadzonki i zorganizowałam „Święto sadzenia drzew”. Wspólnie z rodzicami sadziliśmy drzewa. Dzięki tej akcji dzieci wiedzą, jak należy dbać o nie i rozumieją potrzebę sadzenia nowych drzew jako źródła tlenu. Dzieci uczestnicząc w akcji „Aluminek” rozumieją potrzebę zbierania i segregowania odpadów do powtórnego przetwarzania i wiedzą, jak chronić przyrodę. Wspólnie z dziećmi przygotowałam „Program imprezy” dla gości z przedszkola miejskiego.</p>

<p><b>5. Ewaluacja</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- uczestniczymy w akcjach ekologicznych;</li><li>- „Zdrowe przedszkole” – promujemy przedszkole na wsi;</li></ul>	<p>Dzieci aktywnie uczestniczyły w akcjach ekologicznych, dzięki którym rozumieją potrzebę dbania i ochrony środowiska naturalnego. Nawiązując współpracę z przedszkolem miejskim dzieci rozumieją korzyści płynące z zamieszkiwania na wsi.</p>
--	--

opr.: mgr Jolanta Łysoń