

Jadwiga Mielczarek

Wychowanie prozdrowotne w przedszkolu : sprawozdanie z konferencji zrealizowanej w ramach zadań edukacyjnych "Doskonalenie nauczycieli w województwie w 2006 r." w RODN "WOM" w Częstochowie

Edukacja Elementarna w Teorii i Praktyce : kwartalnik dla nauczycieli nr 1, 107-112

2007

Artykuł został opracowany do udostępnienia w internecie przez Muzeum Historii Polski w ramach prac podejmowanych na rzecz zapewnienia otwartego, powszechnego i trwałego dostępu do polskiego dorobku naukowego i kulturalnego. Artykuł jest umieszczony w kolekcji cyfrowej bazhum.muzhp.pl, gromadzącej zawartość polskich czasopism humanistycznych i społecznych.

Tekst jest udostępniony do wykorzystania w ramach dozwolonego użytku.



Jadwiga Mielczarek
nauczyciel konsultant
Regionalny Ośrodek Doskonalenia Nauczycieli „WOM” w Częstochowie

WYCHOWANIE PROZDROWOTNE W PRZEDSZKOLU

SPRAWOZDANIE Z KONFERENCJI ZREALIZOWANEJ W RAMACH ZADAŃ EDUKACYJNYCH
„DOSKONALENIE NAUCZYCIELI W WOJEWÓDZTWIE W 2006 R.”
W RODN „WOM” W CZĘSTOCHOWIE

Wdobie gwałtownego postępu techniczno-cywilizacyjnego, który powoduje postępującą izolację człowieka od środowiska naturalnego, zmuszając go do życia w środowisku sztucznym, szczególnego znaczenia nabiera wychowanie zdrowotne. Z wielu nurtów poszukiwań możliwości poprawy zdrowia społeczeństwa jednym z ważniejszych jest kierunek nastawiony na doskonalenie pracy w przedszkolu w taki sposób, aby służyła ona zdrowiu.

W systemie wychowania przedszkolnego ważne miejsce zajmuje wychowanie zdrowotne. Treści dotyczące tej dziedziny obejmują wdrażanie dzieci do przestrzegania zasad bezpieczeństwa, kształtowanie nawyków higieniczno-kulturalnych oraz rozwijanie sprawności fizycznej. To właśnie w przedszkolu należy tak pokierować rozwojem dziecka, aby zrozumiało, jak wielką wartością jest zdrowie, o które należy dbać już w dzieciństwie. Wychowanie zdrowotne trzeba zacząć jak najwcześniej, a okres przedszkolny jest pod tym względem szczególnie ważny dla dziecka. Mając na uwadze, że w tym wieku najważniejszą rolę odgrywa przekaz osobowy nauczycieli oraz rodziców w zakresie ich zachowań i postaw, należy tworzyć i wykorzystywać warunki do podnoszenia jakości wychowania prozdrowotnego, służące skutecznemu przekazywaniu wiedzy o zdrowym stylu życia, ocenianiu zachowań służących i zagrażających zdrowiu, kształtowaniu postaw prozdrowotnych i proekologicznych.

Konferencja miała za zadanie podniesienie świadomości uczestników o konieczności tworzenia warunków dla zdrowia i bezpieczeństwa dzieci, co w konsekwencji przyczyni się do podniesienia jakości pracy przedszkola w zakresie wychowania zdrowotnego.

Konferencję prowadziły osoby posiadające wiedzę specjalistyczną, a także bogate doświadczenie praktyczne w zakresie wychowania zdrowotnego: **prof. dr hab. Jolanta Karbowniczek, mgr Dorota Rataj, mgr Jadwiga Mielczarek.**

Założeniem konferencji było wyposażenie nauczycieli w wiedzę z zakresu:

- znajomości zapisów prawa oświatowego dotyczących wychowania prozdrowotnego;
- umiejętności planowania i realizowania zadań z zakresu wychowania prozdrowotnego dostosowanych do potrzeb i możliwości dzieci;
- tworzenia i wykorzystywania warunków do podnoszenia jakości wychowania prozdrowotnego;
- pomocy dziecku i rodzicom w rozpoznawaniu możliwości rozwojowych dziecka i podjęcie wczesnej interwencji specjalistycznej.



Konferencji, która odbyła się w ramach zadań edukacyjnych „Doskonalenie zadań w województwie w 2006 r.” w dniu 27 października 2006 r. w RODN „WOM” w Częstochowie towarzyszyło następujące motto:

*Zdrowie – nie dar niebios zesłany raz
na zawsze – nad zdrowiem trzeba
pracować i praca ta ma charakter
pedagogiczny
(M. Demel, „O wychowaniu zdrowotnym”)*

Formy i metody realizacji: wykład, metoda podająca, warsztaty, sesja plakatowa, dyskusja dydaktyczna.

Program konferencji obejmował 3 moduły:

I. WYCHOWANIE PROZDROWOTNE W PRZEDSZKOLU – PODSTAWY TEORETYCZNE I PRAKTYCZNE – WYKŁADY

1. Treści wychowania prozdrowotnego w przedszkolu.
2. Wychowanie prozdrowotne a zdrowy styl życia dziecka.
3. Programy edukacyjne z zakresu bezpieczeństwa powszechnego dzieci.

II. PLANOWANIE I REALIZACJA ZADAŃ Z ZAKRESU WYCHOWANIA PROZDROWOTNEGO – WARSZTATY W 3 GRUPACH

1 GRUPA Metoda projektów i wykorzystanie edukacji prozdrowotnej w przedszkolu.

Zapoznano uczestników z kolejnymi etapami metody projektów, następnie zadaniem poszczególnych grup było zaproponowanie tematu związanego z wychowaniem prozdrowotnym, który można zrealizować metodą projektów.

Projekt I.

Temat: *Bezpieczny przedszkolak.*

Cele:

Dziecko:

- zna przepisy ruchu drogowego,
- wie jak zachować się w domu podczas nieobecności dorosłych,
- zna podstawowe zasady zachowania się w sytuacji zagrożeń (telefony alarmowe, adres zamieszkania).

Czas realizacji: 2 miesiące.

Zadania do wykonania/osoby; instytucje współpracujące:

- Nauka prawidłowego przechodzenia przez jezdnię; znaki drogowe – policjant.
- Bezpieczne zachowanie się w sytuacjach zagrożeń – próbna ewakuacja – straż pożarna.
- Spotkanie z nieznanym – pogadanka – straż miejska.
- Pierwsza pomoc – pielęgniarka/lekarz.
- Zasady zdrowego odżywiania – pielęgniarka.
- Kontakty ze zwierzętami – schronisko dla zwierząt.

Źródła informacji: wiersze, piosenki, plansze, historyjki obrazkowe, spotkania z policjantem, strażakiem, strażnikiem miejskim.

Termin prezentacji: po zakończeniu projektu.

Sposób prezentacji: quiz sprawdzający dla dzieci.

Zasady/kryteria oceny: poprawność wykonania zadania.



Projekt II.

Temat: *Zabawy na basenie.*

Cele:

- nauka pływania,
- przelamywanie strachu przed wodą,
- przestrzeganie zasad bezpieczeństwa na basenie,
- właściwe reagowanie na polecenia dorosłych,
- uświadomienie korzyści wynikających z umiejętności pływania.

Czas realizacji: 8 miesięcy; (październik – maj).

Zadania do wykonania/osoby; instytucje współpracujące:

- Zapoznanie z obiektem pływalni – ratownik.
- Znaczenie pływania dla zdrowia – pogadanka – ratownik, lekarz.
- Zasady bezpieczeństwa – ratownik.
- Oglądanie filmu o nauce pływania.
- Wizyta w szkole sportowej.
- Oglądanie zawodów sportowych na basenie.

Źródła informacji: ratownik, lekarz, sportowcy, trener, rodzice, szkoła sportowa.

Termin prezentacji: maj.

Sposób prezentacji: prezentacja zabaw w wodzie.

Zasady/kryteria oceny: oswojenie z wodą, opanowanie umiejętności pływania,

Projekt III.

Temat: *Dbamy o swoje ciało.*

Cele:

- przestrzeganie zasad higieny osobistej,
- zapoznanie dzieci z następstwami nieprzestrzegania zasad higieny,
- wyrabianie pozytywnego nastawienia do zawodu lekarza.

Czas realizacji: 2 miesiące.

Zadania do wykonania:

- Prezentacja podstawowych środków higieny osobistej.
- Wspólne mycie rąk przed posiłkiem – pielęgniarka.
- Wizyta w gabinecie stomatologicznym – stomatolog.
- Wizyta w przychodni lekarskiej – lekarz.
- Przygotowanie inscenizacji „Bartuś czyścioszek”.

Źródła informacji: spotkanie z ekspertami: stomatolog, pielęgniarka, lekarz; literatura dla dzieci, piosenki, nagrania na CD, zdjęcia.

Termin prezentacji: maj – czerwiec.

Sposób prezentacji: wystawienie inscenizacji „Bartuś czyścioszek”.

Zasady/kryteria oceny: poprawność wykonania zadań.

2 GRUPA Rola ruchu i powietrza jako stymulatora prawidłowego rozwoju dziecka w wieku przedszkolnym.

Grupa uczestników podzielona była na dwa podzespoły: I – to 3–4-latki
II – to 5–6-latki



Uczestników zapoznano z zasadami gry ruchowej Korfball w przedszkolu (www.korfball.pl). Podzespoły miały za zdanie zaproponować zabawę ruchową dla odpowiedniej grupy wiekowej w przedszkolu.

A. Zabawa ruchowa dla 3–4-latków „Wędrownka kasztanów”

Cel:

- integracja grupy,
- reakcja na sygnał dźwiękowy.

Liczba dzieci: dowolna.

Przybory: dwa kasztany dla każdego dziecka.

Teren: ogród przedszkolny.

Przebieg zabawy: Dzieci siedzą na kocu, twarzą do środka. Odległość między siedzącymi musi zapewnić swobodę ruchów. Zabawa odbywa się przy nagraniu o wyraźnym rytmie i jednolitym tempie (2/2). Dzieci wykonują równocześnie następujące czynności:

„raz” – dzieci biorą kasztany w prawą i lewą rękę;

„dwa” – przenoszą kasztany koledze siedzącemu po prawej stronie.

B. Zabawa bieżna z elementami skłonu, rzutu i skoku 5–6-latki „Pszczola”

Cel:

- integracja grupy,
- rozwijanie inwencji ruchowej dziecka.

Przebieg zabawy: Dzieci stoją w rozsypce. Na dywanie rozrzucone są woreczki z grochem. Nauczyciel wybiera jedno dziecko, które jest „mamą pszczołą”. Na szyi ma zawieszony koszyk. Pozostałe dzieci to „pszczoły robotnice”. Zadaniem dzieci jest zbieranie nektaru kwiatowego (woreczki na dywanie) i wrzucenie do kosza.

„Mama pszczoła” ucieka, a „pszczołki robotnice” gonią ją.

3 GRUPA Prezentacja elementów warsztatów edukacyjnych do programów: „Kuba sam w domu”, „Przygody Kubu i Kleksa w drodze do szkoły”, „Mały ratowniczek”.

Zadaniem uczestników było, po zapoznaniu się z programami, przedstawić treści programowe.

Program „Kuba sam w domu”

Treści, które można realizować w grupie 3–4-latków

a) Zapobieganie oparzeniom:

- zachowanie ostrożności w pobliżu płynów i przedmiotów,
- dostrzeżenie czynników powodujących oparzenia.

b) Unikanie zatrucia:

- rzeczy nie należy dotykać i spożywać,
- sygnalizowanie objawów zatrucia.

c) Korzystanie z urządzeń elektrycznych.

d) Kuba je ostrożnie:

- przyswajane norm prawidłowego (bezpiecznego) zachowania się podczas jedzenia.

e) Kuba zapobiega urazom.

f) Kuba unika skaleczeń:

- świadomość, że przy korzystaniu z ostrych i kłujących narzędzi może dojść do skaleczenia,
- unikanie kontaktu z ostrymi narzędziami.



Treści programu, które można realizować w grupie 5–6-latków

- a) Jak reagować gdy doszło do oparzenia?
Jak unikać zagrożenia oparzeniami?
- b) Przyjmowanie leków wyłącznie pod kontrolą dorosłych.
Rozpoznawanie symbolu oznaczającego zagrożenie zatruciem.
- c) Rozróżnianie urządzeń domowych, które zasilane są prądem.
- d) W jakich sytuacjach może dojść do zakrztuszenia lub zadławienia.
Jak należy zachować się przy zadławieniu.
- e) Jakie zabawy mogą doprowadzić do wypadku.
- f) Jakich środków użyć do opatrywania ran małych.
Znaczenie stosowania kasku.

Program „Przygody Kuby i Kleksa w drodze do szkoły”

Treści programowe, do realizacji w grupie 3–4-latków

- a) Zagrożenia, które mogą stanowić rzeczy znalezione przez dziecko.
- b) Zachowanie się w sytuacji przypadkowo napotkanych zwierząt.
- c) Unikanie rozmów z nieznanymi; informowanie o wszystkim rodziców.

Treści programu, które można realizować w grupie 5–6-latków

- a) Znajomość numerów telefonów alarmowych.
- b) Zachowanie się w sytuacjach znalezienia przedmiotów niewiadomego pochodzenia.
- c) Reagowanie w sytuacji spotkania z nieznanym.
- d) Zabawy w niewłaściwym miejscu; bezpieczne miejsca zabaw.

Program „Kuba i Kleks kontra agresja”

Treści programowe, które można realizować w grupie 3–4-latków

- a) Rozpoznawanie emocji.
- b) Nabywanie umiejętności przewidywania skutków zachowania.
- c) Nabywanie umiejętności prawidłowej reakcji na agresję.
- d) Uświadomienie konsekwencji działań agresywnych.

Treści programowe, które można realizować w grupie 5–6-latków

- a) Poznawanie przyczyn agresji.
- b) Nabywanie umiejętności rozpoznawania i unikania agresji.
- c) Radzenie sobie z agresją swoją i innych.
- d) Nazywanie uczuć.
- e) Osoby, instytucje, które mogą udzielić pomocy w sytuacji zagrożenia.

III. PRZEDSZKOLE ŚRODOWISKIEM WYCHOWANIA PROZDROWOTNEGO – WYKŁAD

1. Rola nauczyciela przedszkola w edukacji prozdrowotnej.
2. Współpraca przedszkola z rodzicami i specjalistami.

W ostatniej części konferencji nastąpiło podsumowanie przedstawionej tematyki i prezentacja stanowisk.

Małe dzieci charakteryzuje:

- wąski zasób radzenia sobie z problemami,
- niewielkie doświadczenie życiowe,
- brak przewidywania skutków podejmowanych działań,
- silna koncentracja na zachowaniach „tu i teraz”,



- słaba kontrola własnych emocji,
- duże uzależnienie od grup rówieśniczych.

Stawia to dzieci w sytuacji bezpośredniego zagrożenia zdrowia i życia.

Konieczne jest zatem wyposażenie ich w nawyki:

- unikania,
- zapobiegania,
- możliwie szybkiego pokonywania niebezpieczeństw.

Wiek przedszkolny jest najbardziej elastyczny i podatny na wpływy wychowawcze, kształtowanie się nawyków i postaw niezbędnych dla zdrowia. Jeśli odpowiednio pokierujemy myśleniem i działaniem dziecka, zastosujemy odpowiednie formy, metody i środki dydaktyczne – to stanie się ono *twórcą* własnego stylu/stanu zdrowia i będzie chciało być zdrowe. A nasze wspólne działania w przyszłości na pewno zaowocują. Efektem wspólnej pracy będą zdrowe, szczęśliwe dzieci.

Jadwiga Mielczarek

Jadwiga Mielczarek

nauczyciel konsultant

Regionalny Ośrodek Doskonalenia Nauczycieli „WOM” w Częstochowie

„ORGANIZACJA I PLANOWANIE PRACY PEDAGOGICZNEJ NAUCZYCIELA KLAS I–III W SYSTEMIE ZINTEGROWANYM” – CZĘŚĆ II –

Nawiązując do recenzji mojego autorstwa w poprzednim numerze 2/2006, pragnę przedstawić moje refleksje dotyczące II części książki prof. dr hab. Jolanty Karbowniczek pt. „*Organizacja i planowanie pracy pedagogicznej nauczyciela klas I–III w systemie zintegrowanym*”.

Planowanie pracy pedagogicznej nauczyciela kształcenia zintegrowanego należy do czynności złożonych i trudnych jednocześnie. Proces ten wymaga od nauczyciela doskonałej znajomości celów, metod, zasad i form pracy z małym dzieckiem.

Przygotowanie się nauczycieli I etapu edukacyjnego do pracy to wstępny i podstawowy warunek ich powodzenia pedagogicznego. Praca z dziećmi, jeśli ma przynieść efekty, musi charakteryzować się ciągłością i systematycznością. Wszelka działalność przypadkowa, chaotyczna, bez przewidywania i właściwych środków realizacji nie przyniesie korzyści uczniom i zadowolenia nauczycielowi. Z tego względu każdy nauczyciel powinien się starannie

