



- [Strona główna](#)
- [Aktualności](#)
- [Grupy](#)
 - [BIEDRONKI](#)
 - [ŻABKI](#)
 - [MOTYLKI](#)
 - [PSZCZÓŁKI](#)
- [Zajęcia dodatkowe](#)
 - [Tańce](#)
 - [Rytmika](#)
 - [Angielski](#)
 - [Logopeda](#)
 - [Psycholog](#)
- [REKRUTACJA 2024](#)
- [Dla rodziców](#)
 - [Nauczanie zdalne](#)
 - [Dokumenty](#)
 - [Poradnik](#)
 - [Jadłospis](#)
 - [IPrzedszkole](#)
- [O nas](#)
 - [O nas](#)
 - [Baza placówki](#)
 - [Kadra](#)
 - [Zasady organizacji](#)
- [Kontakt](#)
- [Bezpieczeństwo](#)
 - [Inspektor Danych osobowych](#)
 - [Ochrona Danych Osobowych](#)
 - [Cyberbezpieczeństwo](#)
- [NPRCz 2.0](#)
- [Archiwum aktualności](#)
 - [ROK SZKOLNY 20222023](#)

Zdrowie dzieci i ich bezpieczeństwo



Wychowanie zdrowotne jest jednym z najważniejszych zadań w wychowaniu przedszkolnym. Kilkulatnie dzieci dotychczas wychowywane w domu, mają bardzo różne, nie zawsze pożądane doświadczenia i nawyki w zakresie utrzymania czystości, odżywiania się, orientacji dotyczącej własnego ciała i zdrowia. Okres przedszkolny szczególnie sprzyja wyrobieniu elementarnych nawyków higieniczno – kulturalnych, niezbędnych do rozwijania samodzielności, zamykania do czystości, dbałości o estetyczny wygląd, porządek oraz ogólną kulturę zachowania się, a to dzięki silnie rozwiniętym zdolnościom naśladownictwa oraz chęci zwrócenia na siebie uwagi. Dzieci powinny świadomie zdobywać przyzwyczajenia, powinny wiedzieć w jakim celu to robią, bo wie w znacznej mierze udział świadomości w przeżywaniu decyduje czy te przyzwyczajenia staną się głęboko zakorzenionymi potrzebami kulturalnymi w życiu. Higiena osobista dzieci polega przede wszystkim na wyrobieniu przyzwyczajeń sprzyjających jego zdrowiu. Do takich przyzwyczajeń należą: stała troska o czystość ciała, mycie rąk w ciągu dnia, mycie zębów, czesanie włosów, czysty, estetyczny wygląd ubrania, prawidłowe korzystanie z umywalni i zaspokajanie potrzeb fizjologicznych.

O zdrowiu dziecka i prawidłowym jego rozwoju decyduje wiele czynników, wśród których na pierwsze miejsce należy wysunąć prawidłowe żywienie. W zakresie żywienia zadaniem przedszkola jest nie tylko racjonalne i regularne żywienie, lecz również wdrożenie dzieci do właściwego, kulturalnego spożywania posiłków.

W toku pracy nad kulturą i higieną spożywania posiłków należy pamiętać, że w znacznej mierze są one uzależnione od umiejętności dzieci jakie posiadają w zakresie posługiwania się łyżką, widelcem, nożem, picia płynów z kubeczka itp.

Ważnym zadaniem przedszkola jest nauczanie dzieci estetycznego spożywania posiłków, ładnego siedzenia przy stolikach, przestrzegania na stole ładu i czystości, prawidłowego trzymania sztućców. Należy pamiętać, że posługiwanie się nożem i widelcem wymaga zachowania warunków bezpieczeństwa. Dzieci muszą zrozumieć, że niewłaściwe korzystanie ze sztućców zagraża ich zdrowiu i zdrowiu kolegów.

W codziennym życiu dziecka, oprócz higieny osobistej ważne jest również przestrzeganie i utrzymanie higieny najbliższego otoczenia. Należy wdrażać dzieci do współdziałania w utrzymaniu czystości, porządku, ładu zarówno w pomieszczeniach (sala, umywalnia, ubikacja, szatnia), jak również w ogrodzie przedszkolnym.

Właściwą atmosferę i dobre samopoczucie dzieci w czasie pobytu w ogrodzie zapewni estetyczny wygląd terenu. Dlatego też zabudowania, place do zajęć i zabaw powinny być otoczone zielenią, która nie tylko stanowiłaby upiększenie terenu przedszkolnego, lecz także ochronę od kurzu i hałasów, dałaby cień oraz służyła do obserwacji zjawisk przyrody. Dzieci korzystają w ogrodzie z piaskownicy i różnorodnego sprzętu, dlatego trzeba mieć na uwadze względy bezpieczeństwa. Dlatego też, gdyby zaistniała konieczność należy natychmiast usunąć sprzęt zepsuty lub zająć się jego naprawą.

Ważnym zagadnieniem z punktu widzenia zdrowia psychicznego jest ochrona układu nerwowego dzieci. Układ nerwowy dziecka odznacza się delikatnością i wrażliwością, a przebywanie w dużej grupie sprzyja wytwarzaniu się atmosfery podniecenia, głośnych rozmów, hałasów, a nawet konfliktów. Oczywiście hałas nuży i męczy dzieci, ale również męczy je i ogranicza swobodę rygorystyczne przestrzeganie ciszy. Muszą one mieć możliwość poruszania się, swobodnej zabawy, wypowiedzenia swoich myśli.

W przedszkolu powinna panować atmosfera spokoju, pogody, poczucia bezpieczeństwa, radości, wzajemna życzliwość i swoboda działania. Swoboda ta powinna jednak mieć swoje wyraźnie zaznaczone granice. Należy żądać od dzieci, by mówiły możliwie cicho, spokojnie, poruszały się po sali bez nadmiernego pośpiechu, biegania, potrącania. Walka z hałasem w przedszkolu to jednocześnie walka o zdrowie psychiczne dziecka i jego dobre samopoczucie.

Do zadań wychowania przedszkolnego należy także uodparnianie organizmu dziecka. Powietrze – to jeden z naturalnych czynników dostępny dla wszystkich. Ma on dla rozwoju dziecka bardzo duże znaczenie. Zapewnienie dziecku dostępu świeżego powietrza w jak największej ilości jest pierwszym, zasadniczym warunkiem normalnego przebiegu funkcji organizmu, przede wszystkim procesu oddychania i ściśle z nim związanego procesu krążenia. Najważniejszym zadaniem wychowawczym jest przyzwyczajanie dzieci do przebywania na powietrzu bez względu na pogodę. Jedyne deszcz, silny wiatr i mróz uniemożliwiają przebywanie z dziećmi na powietrzu. W trakcie zabaw, spacerów, wycieczek odbywających się w terenie należy uczyć dzieci na zachowanie szczególnych zasad bezpieczeństwa. Dzieci powinny znać elementarne zasady ruchu drogowego, a szczególnie te przepisy, które dotyczą pieszych.

Anna Mostowska
nauczyciel dyplomowany Miejskiego Przedszkola nr 16 w Puławach

