

**INSPECTORATUL ȘCOLAR JUDEȚEAN DÂMBOVIȚA
GRĂDINIȚA CU PROGRAM PRELUNGIT NR. 16 TÂRGOVIȘTE**

Opțional de educație pentru sănătate

„DOCTOR PANDA”



Grupa mică „Ursuleții Panda”

**EDUCATOARE:
VASILE IULIANA
IONIȚĂ CRINA**

Argument:

Printre cele mai vechi preocupări ale omului se numără și păstrarea sănătății și lupta contra bolilor. Cuvântul **SĂNĂTATE**, care evocă o stare atât de prețioasă fiecăruia, apare frecvent în vorbirea curentă, nelipsind aproape niciodată cu ocazia urărilor de bine.

Sănătatea este legată indisolubil de fericire. „**Fără sănătate nu există fericire**” se spune și se repetă mereu de secole. Desigur, cum spune și Schopenhauer, „**sănătatea nu este totul, dar fără sănătate totul este nimic**”. Sănătatea constituie pentru toți temelia pe care se clădește fericirea. „**Mai ales sănătatea întrece atât de mult toate bucuriile exterioare încât într-adevăr, un cerșetor sănătos este mai fericit decât un rege bolnav**”. (SCHOPENHAUER)



Dreptul la sănătate este unul din drepturile fundamentale ale omului. Conform Organizației Mondiale a Sănătății, sănătatea individului este definită drept „**o stare de bine fizică, mentală și socială și nu doar absența bolii sau a infirmității**”.

Deși stilul de viață este complex, totuși acesta se situează sub controlul personal și este dictat de capacitatea de a alege în mod amplu fapt care poate fi un beneficiu asupra vieții și sănătății persoanei.

Grădinița, prin autoritatea morală pe care o are, poate aduce o contribuție substanțială în transmiterea cunoștințelor de educație pentru sănătatea elevilor.

Acest opțional de educație pentru sănătate promovează cunoștințele corecte privind diferite aspecte ale sănătății și totodată de formare a atitudinilor și deprinderilor indispensabile unui comportament responsabil și sănătos.

Educația pentru sănătate este un drum sigur, prin care noțiunile ajung la copilul de vârstă preșcolară ca reguli sau norme ce vor pătrunde adânc în modul de viață cotidian.

De ce?

Vârsta preșcolară este considerată ca cea mai importantă pentru acumulare de impresii puternice, pentru formarea de deprinderi;

- Copiii trebuie să fie familiarizați cu factorii din mediul extern care influențează sănătatea individului;
- Este impetuos necesară cunoașterea și aplicarea normelor de igienă personală;
- Copiii trebuie să păstreze și să promoveze starea sănătății individuale pentru prevenirea îmbolnăvirilor;
- Igiena trebuie să fie prietena tuturor deoarece aceasta este o condiție a sănătății și ea nu poate fi dată uitării, nici măcar pentru scurt timp;
- Copiii învață să lucreze în echipă, să îndeplinească roluri diverse în situații diferite;
- Activitățile îmbină armonios elementele instructiv-educative cu cele distractive.

SCOPUL:

- Formarea și dezvoltarea unor comportamente de igienă, care să susțină un stil de viață sănătos.

COMPETENȚE VIZATE:

- Identificarea principalelor părți ale organismului uman, utilizând termeni simpli de anatomie;
- Cunoașterea și însușirea unor noțiuni legate de organele de simț;
- Formarea și consolidarea deprinderilor de igienă personală, igiena muncii, de odihnă și recreere;
- Formarea și consolidarea deprinderilor de alimentație rațională.

OBJECTIVE OPERATIONALE:

- Să identifice principalele părți ale organismului uman;
- Să aplice corect normele igienico-sanitare, utilizând corect obiectele de igienă personală;
- Să mențină sănătatea dinților prin periajul corect;
- Să cunoască persoanele abilitate în menținerea sănătății și tratarea bolnavilor;
- Să cunoască alimentele de bază care ajută la menținerea sănătății corporale;
- Să identifice rolul activității fizice și al odihnei în menținerea sănătății.

CONTINUTURI:

- Corpul uman (componente)
- Obiecte de igienă personală
- Igiena dinților
- Cabinetul medical
- Alimente sănătoase
- Mișcarea pentru sănătate

VALORI SI ATITUDINI:

- Grija față de aspectul îngrijit al corpului/ ținută
- Respectarea unor reguli elementare de igienă
- Respect față de cadrele și serviciile medicale
- Respectarea unui stil de viață sănătos (hrană, mișcare, odihnă)

Activități de învățare:

- Cunoașterea părților componente ale corpului uman și a organelor de simț;
- Cunoașterea și exersarea unor norme de igienă personală;
- Respectarea unui regim de activitate și odihnă specific vârstei.

Locul desfășurării: Grădinița cu program prelungit Nr. 16 Târgoviște

Grup tinta: preșcolari de nivel I (3-4 ani).

Durata: al II-lea semestru

Forme de organizare: individual, pe grupuri și frontal.

Strategií didáctice

Metode și procedee: observația, explicația, conversația, demonstrația, exercițiul, povestirea, auditiia.

Mijloace de învățământ:

- seturi de planșe, ilustrații, fotografii;
- cărți, enciclopedii pentru copii;
- halate albe, trusa doctorului;
- obiecte de igienă personală;
- computer, soft educațional, CD-uri, DVD, CD player.



Tipul de opțional: la nivelul domeniului experiențial om și societate.

Finalități și standarde de performanță:

- să aibă capacitatea de a se orienta în schema corporală;
- să respecte regulile de igienă personală;
- să înțeleagă importanța adoptării unui stil de viață sănătos;
- să participe la acțiuni specifice și să își exprime trăirile în cadrul acestora.

Metode și tehnici de evaluare: observarea curentă, observarea sistematică, probe orale, probe practice, portofoliu, expoziții cu lucrări ale copiilor, autoevaluarea, interevaluarea.

BIBLIOGRAFIE :

*** (2019). Ministerul Educației Naționale. *Curriculumul pentru educație timpurie*

*** (1994). *Minighid de educație pentru sănătate*. Craiova: Editura Dystell.

- **Ana, Aurelia; Ivănuș, Zoe; Moț, Cornelia** (2005). *Activități opționale pentru învățământul preșcolar și primar*. Deva: Editura Astra.
- **Gheorghe, M.** (1983). *Caleidoscopul sănătății*. București: Editura Ceres.
- **Giurgea, Doina** (2008). *Exemple de bună practică*. București: Editura D&G Editur.
- **Ignătescu, N.** (1974). *Cunoștințe igienico-sanitare*. București: Editura pentru turism.
- **Ionescu, Mihaela(coord.)** (2010). *Reperete fundamentale în învățarea și dezvoltarea timpurie a copilului de la naștere la 7 ani*. București:Editura Vanemonde.

Sugestii metodologice:

Această programă de opțional oferă cadrelor didactice un sprijin concret în centrarea demersului didactic pe experiențe de învățare, potrivit specificului competențelor care trebuie formate, prin prezentarea cu caracter orientativ a unor exemple de activități de învățare diverse, utilizând ca mijloc de realizare lectura educatoarei, vizionare Ppt, vizite, vizionare film educațional, activități practice sau artistico-plastice, jocuri didactice, jocuri cu text și cânt, jocuri senzoriale.

Strategiile de lucru propuse trebuie să țină seama de experiența copiilor la această vârstă și să permită valorizarea pozitivă a acestei experiențe. Se are în vedere utilizarea unor strategii și metode didactice moderne, care să-i pună pe copii în situații similare celor din realitate, astfel încât cunoștințele și deprinderile să fie maximal potențate (de exemplu, prin utilizarea unor imagini din viața reală care ilustrează comportamente care vizează un stil de viață sănătos, asumarea de roluri/responsabilități în cadrul jocurilor de rol propuse).

În cadrul strategiilor didactice poate fi utilizat jocul de rol urmărind drept finalitate: formarea și exersarea unor deprinderi de utilizare a obiectelor de igienă; dezvoltarea capacităților cognitive, afective și volitive ale copiilor; asimilarea unor modele de relații interpersonale, manifestarea creativității (de exemplu, jocuri de rol cu tema: „De-a doctorul”, „De-a cabinetul medical”, „De-a Doctořița Plușica”). Se recomandă utilizarea unor metode activ-participative precum: brainstorming, diagrama Venn, cubul, Explozia stelară, în cadrul unor forme de activitate frontale sau în echipă, dezvoltându-se, în egală măsură, deprinderile de comunicare, de negociere și de soluționare a sarcinilor primite în contexte diferite (de exemplu, în cadrul temelor privind obiecte de uz personal, alimente sănătoase/nesănătoase ș.a.).

Strategiile didactice pot include și o serie de activități nonformale și informale, precum:

- vizită la cabinetul medical, care oferă preșcolarilor posibilitatea de a observa, analiza și experimenta în mod direct activități care au legătură cu domeniul sanitar;
- parteneriate cu alte instituții în scopul realizării unor proiecte simple;
- expoziții cu lucrările preșcolarilor (machete cu diverse teme, desene etc.).

Evaluarea reprezintă o componentă organică a procesului de învățare. În perspectiva unui demers educațional centrat pe competențe, se recomandă utilizarea cu preponderență a evaluării continue, formative.

Instrumentele de evaluare trebuie să evidențieze progresul realizat de fiecare preșcolar pe parcursul anului școlar/anilor școlari, prin formarea competențelor propuse în programa școlară.

Alături de formele și instrumentele clasice de evaluare, recomandăm utilizarea unor forme și instrumente complementare, cum sunt: proiectul, portofoliul, autoevaluarea, evaluarea în perechi, observarea sistematică a activității și a comportamentului copiilor.

Planificarea activităților

Data	Activitatea	Mijloc de realizare	Obiective
11.02. 2024	„Eu sunt unic!”	Lectură după imagini	Să identifice principalele părți ale organismului uman;
18.02.2024	„Autoportret”	Desen	Să identifice principalele părți ale organismului uman;
25.02.2024	„Cui îi este frică de doctor?”	Vizita cadrelor sanitare	Să cunoască persoanele abilitate în menținerea sănătății și tratarea bolnavilor;
04.03.2024	„Ce spune oglinda?”	Joc didactic	Să identifice principalele părți ale organismului uman;
11.03.2024	„Batista, prosopul”	Desene decorative	Să aplice corect normele igienico-sanitare, utilizând corect obiectele de igienă personală
18.03.2024	„Fetița cu fundițe roșii”, de Cella Aldea	Lectura educatoarei	Să aplice corect normele igienico-sanitare, utilizând corect obiectele de igienă personală
25.03.2024	„Ce face? Cu ce face?”	Joc-exercițiu	Să aplice corect normele igienico-sanitare, utilizând corect obiectele de igienă personală
01.04.2024	„Iedul cu trei capre”	Povestirea educatoarei	Să aplice corect normele igienico-sanitare, utilizând corect obiectele de igienă personală
15.04.2024	„De-a doctorița Plușica”	Joc de rol	Să cunoască persoanele abilitate în menținerea sănătății și tratarea bolnavilor;
22.04.2024	„Periem hăinuțele de praf”	Activitate practică	Să aplice corect normele igienico-sanitare, utilizând corect obiectele de igienă personală
29.04.2024	„Prietenii curățeniei”	Joc cu text și cânt	Să aplice corect normele igienico-sanitare, utilizând corect obiectele de igienă personală
13.05.2024	„Piramida alimentelor”	Observare	Să cunoască alimentele de bază care ajută la menținerea sănătății corporale;
20.05.2024	„Dințișor și Zâna Măseluță”	Povestirea educatoarei	Să mențină sănătatea dinților prin periajul corect;
27.05.2024	„Spune ce-ai gustat!”	Joc senzorial	Să cunoască alimentele de bază care ajută la menținerea sănătății corporale;
03.06.2024	„Bucuriile copilăriei”	Jocuri de mișcare/jocuri distractive	Să identifice rolul activității fizice și al odihnei în menținerea sănătății.
10.06.2024	„Salata de fructe”	Activitate practică	Să cunoască alimentele de bază care ajută la menținerea sănătății corporale.
17.06.2024	„La picnic”	Activitate recreativă	Să identifice rolul activității fizice și al odihnei în menținerea sănătății.