**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 şi păstrarea sănătăţii şi lupta contra bolilor. Cuvântul **SĂNĂTATE**, care evocă o stare atât de preţioasă 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 şi se repetă mereu de secole. Desigur, cum spune şi Schopenhauer, **„sănătatea nu este totul, dar fără sănătate totul este nimic”.** Sănătatea constituie pentru toţi temelia pe care se clădeşte fericirea. **„Mai ales sănătatea întrece atât de mult toate bucuriile exterioare încât într-adevăr, un cerşetor sănătos este mai fericit decât un rege bolnav”.** (SCHOPENHAUER)

Dreptul la sănătate este unul din drepturile fundamentale ale omului. Conform Organizaţiei Mondiale a Sănătăţii, sănătatea individului este definită drept **„o stare de bine fizică, mentală şi socială şi nu doar absenţa bolii sau a infirmităţii”.**

Deşi stilul de viaţă este complex, totuşi acesta se situează sub controlul personal şi este dictat de capacitatea de a alege în mod amplu fapt care poate fi un beneficiu asupra vieţii şi sănătăţii persoanei.

Grădinița, prin autoritatea morală pe care o are, poate aduce o contribuţie substanţială în transmiterea cunoştinţelor de educaţie 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 preşcolară 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 influenţează sănătatea individului;
* Este impetuos necesară cunoaşterea şi aplicarea normelor de igienă personală;
* Copiii trebuie să păstreze și să promoveze starea sănătăţii individuale pentru prevenirea îmbolnăvirilor;
* Igiena trebuie să fie prietena tuturor deoarece aceasta este o condiţie a sănătăţii şi 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 si dezvoltarea unor comportamente de igienă, care să susțină un stil de viață sănătos.

**COMPETENTE VIZATE:**

* Identificarea principalelor părți ale organismului uman, utilizând termini simpli de anatomie;
* Cunoaşterea și însușirea unor noţiuni legate de organele de simţ;
  + Formarea și consolidarea deprinderilor de igienă personală, igiena muncii, de odihnă și recreere;
  + Formarea și consolidarea deprinderilor de alimentaţie raţională.

**OBIECTIVE OPERATIONALE *:***

* Să identifice principalele părţi 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 menţinerea sănătăţii corporale;
* Să identifice rolul activităţii fizice şi al odihnei în menţinerea sănătăţii.

**CONTINUTURI:**

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

**VALORI SI ATITUDINI:**

* Grijă 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 sănatos (hrană, mișcare, odihnă)

**Activitati de învatare*:***

* 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 desfasurarii*:*** 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 şi frontal.

**Strategii didactice**

**Metode şi procedee:** observaţia, explicaţia, conversaţia, demonstraţia, exerciţiul, povestirea, audiția.

**Mijloace de învatamânt:**

* seturi de planşe, ilustraţii, fotografii;
* cărţi, enciclopedii pentru copii;
* halate albe, trusa doctorului;
* obiecte de igienă personală;
* computer, soft educațional, CD-uri, DVD, CD player.

**Tipul de optional:** la nivelul *domeniului experiențial om și societate.*

**Finalitati şi standarde de performanta:**

* să aibă capacitatea de a se orienta în schema corporală;
* să respecte regulile de igienă personală;
* să înţeleagă 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 educaţie 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 sănătăţii*. Bucureşti: Editura Ceres.
* **Giurgea, Doina** (2008). *Exemple de bună practică*. București: Editura D&G Editur.
* **Ignătescu, N.** (1974). *Cunoştinţe igienico–sanitare.* Bucureşti: Editura pentru turism.
* **Ionescu, Mihaela(coord.)** (2010). *Reperele fundamentale în învăţarea şi dezvoltarea timpurie a copilului de la naştere la 7 ani.* București:Editura Vanemonde.

**Sugestii metodologice:**

Această programă de opțional oferă cadrelor didactice un sprijin concret în centrarea demersului didactic pe experienţe de învăţare, potrivit specificului competenţelor care trebuie formate, prin prezentarea cu caracter orientativ a unor exemple de activităţi de învăţare 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 ţină seama de experienţa copiilor la această vârstă şi să permită valorizarea pozitivă a acestei experienţe. Se are în vedere utilizarea unor strategii şi metode didactice moderne, care să-i pună pe copii în situaţii similare celor din realitate, astfel încât cunoştinţele şi deprinderile să fie maximal potenţate (de exemplu, prin utilizarea unor imagini din viaţa reală care ilustrează comportamente care vizează un stil de viață sănătos, asumarea de roluri/responsabilităţi în cadrul jocurilor de rol propuse).

În cadrul strategiilor didactice poate fi utilizat jocul de rol urmărind drept finalitate: formarea şi exersarea unor deprinderi de utilizare a obiectelor de igienă; dezvoltarea capacităţilor cognitive, afective şi volitive ale copiilor; asimilarea unor modele de relaţii interpersonale, manifestarea creativităţii (de exemplu, jocuri de rol cu tema: „De-a doctorul”, ,,De-a cabinetul medical”, „De-a Doctorița 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 şi de soluţionare a sarcinilor primite în contexte diferite (de exemplu, în cadrul temelor privind obiecte de uz personal, alimente sănătoase/nesănătoase ş.a.).

Strategiile didactice pot include şi o serie de activităţi nonformale şi informale, precum:

- vizită la cabinetul medical, care oferă preșcolarilor posibilitatea de a observa, analiza şi experimenta în mod direct activităţi care au legătură cu domeniul sanitar;

- parteneriate cu alte instituții în scopul realizării unor proiecte simple;

- expoziţii cu lucrările preșcolarilor (machete cu diverse teme, desene etc.).

Evaluarea reprezintă o componentă organică a procesului de învăţare. În perspectiva unui demers educaţional centrat pe competenţe, se recomandă utilizarea cu preponderenţă a evaluării continue, formative.

Instrumentele de evaluare trebuie să evidenţieze progresul realizat de fiecare preșcolar pe parcursul anului şcolar/anilor şcolari, prin formarea competenţelor propuse în programa şcolară.

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

**Planificarea activităților**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Data | Activitatea | Mijloc de realizare | Obiective |
| 11.02. 2024 | ,,Eu sunt unic!” | Lectură după imagini | Să identifice principalele părţi ale organismului uman; |
| 18.02.2024 | ,,Autoportret” | Desen | Să identifice principalele părţi 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 părţi 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 | ,,Fetiţa cu fundiţe 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 hăinuţele 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 menţinerea sănătăţii 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 menţinerea sănătăţii corporale; |
| 03.06.2024 | ,,Bucuriile copilăriei” | Jocuri de mișcare/jocuri disctractive | Să identifice rolul activităţii fizice şi al odihnei în menţinerea sănătăţii. |
| 10.06.2024 | ,,Salata de fructe” | Activitate practică | Să cunoască alimentele de bază care ajută la menţinerea sănătăţii corporale. |
| 17.06.2024 | ,,La picnic” | Activitate recreativă | Să identifice rolul activităţii fizice şi al odihnei în menţinerea sănătăţii. |