



APRÓSÁGOK MINDENNAPI KALANDJAI PEDAGÓGIAI PROGRAM RÉSZE

HELYI EGÉSZSÉGFEJLESZTÉSI PROGRAM

Tartalom:

1. A korszerű egészségfejlesztés tartalma, elvei, célja	3
1.1. Az Egészség	3
1.2. Az Egészségfejlesztés	3
1.3. Az Egészségnevelés	4
2. Helyzetelemzés	4
2.1. Tárgyi feltételek	4
2.2. Személyi feltételek	5
2.3. Erősségek, fejlesztendő területek	5
3. Az egészség fejlesztés tartalma az óvodánkban.	6
3.1. Az óvoda, mint az egészségfejlesztés, fontos színtere	6
a. Belső	6
b. Külső	6
3.2. Óvodai egészségfejlesztési feladatok	6
3.2.1. A szomatikus nevelés feladatai	6
3.2.2. A személyi és környezeti higiénia fejlesztése	7
a. Személyes tisztálkodás	7
b. Környezeti higiénia	7
c. Az egészséges táplálkozás megkedveltetése	7
3.2.3. Rendszeres mozgás biztosítása	7
a. Játékos tevékenység	7
b. Mozgás a szabadban	7
c. Mindennapos testnevelés	8
d. Testnevelési foglalkozás	8
3.2.4. A pszihohigiénés nevelés	8
a. A beilleszkedési képesség gyakorlása	8
b. Az alkalmazkodó képesség fejlesztése	8
c. Önismeret és önellenőrzés	9
3.2.5. A szociális egészségfejlesztés feladatai	9
a. Esélyegyenlőség biztosítása	9
b. Integráló nevelés követelményeinek teljesítése	10
c. Sajátos nevelési igényűek egészségfejlesztése	10
d. Autista gyermekkel való bánásmód	10
e. Szociális hátrányokkal küzdő gyermekek nevelési sajátossága	10
4. Az egészségfejlesztés módszerei, formái	11
5. Az egészségfejlesztés belső, külső kapcsolatai	12

1 A korszerű egészségfejlesztés tartalma, elvei, céljai

Az élet és az egészség az embernek semmi mással nem pótolható, alapvető értéke,

1.1. Az egészség fogalma: Az egészség a testi, lelki, szociális jól-lét állapota.

Az Egészségügyi Világszervezet meghatározása szerint:

„az egészség a teljes testi, lelki és szociális jólét állapota és nem csupán a betegség és a nyomorékság hiánya”

(Székely 2008: 25)

Az „egészség” modern értelmezése a testi, valamint a lelki és társkapcsolati jólétet, az aktív alkalmazkodó és teljesítőképeségét foglalja magában, azaz: az egészség nem azonosítható a betegség hiányával.

Az „egészség” fogalmán nem is csupán orvosilag felülvizsgált (diagnosztizált) egészségi állapotot értünk, hanem az egészség aktív, célirányos megvalósítását, az egészségvédelemre vonatkozó folyamatos ismeretbirtoklást, az egészségesebb választását, valamint annak visszajelzését (ellenőrzését) értjük.

Az egészség **pozitív fogalom**, amely a társadalmi, közösségi és egyéni erőforrásokat, valamint a testi-lelki képességeket hangsúlyozza.

Az egészség kiteljesedésére az alábbi négy feltétel teljesülése adja a legnagyobb esélyt:

- ha az egyén társadalmilag integrálódik (családhoz, óvodai, iskolai, munkahelyi és más közösségekhez tartozik),
- ha a változó terheléshez alkalmazkodni tud,
- ha individuális önállóságát megőrzi, és végül,
- ha megteremti az összhangot a biogenetikai, a fizikai, a lelki és a társadalmi lehetőségei közt.

Az egészségi állapotot az alábbi négy alapvető tényező határozza meg:

- genetikai tényezők
- környezeti tényezők
- életmód
- az egészségügyi ellátó rendszer működése.

Mivel az óvoda a másodlagos szocializáció kitüntetett színtere, így a fenti tényezők közül érdemi hatást - az óvoda fizikai-tárgyi és pszicho szociális környezetének alakításával -, az óvodai - egészségügyi ellátás minőségére és az életmódra tudunk gyakorolni.

1.2. Az egészségfejlesztés fogalma, célja:

Az egészségfejlesztés az összes nem terápiás egészségjavító módszer gyűjtőfogalma, tehát magába foglalja a korszerű egészségnevelés, az elsődleges prevenció, a mentálhigiéné, az egészségfejlesztő szervezetfejlesztés, az önsegítés feladatait, módszereit.

A WHO meghatározása szerint **az egészségfejlesztés az a folyamat, amely képessé teszi az embereket arra, hogy saját egészségüket felügyeljék és javítsák.**

Az egészségfejlesztés célja, hogy az egyének, közösségek képessé váljanak az egészség feletti kontroll megszerzésére annak érdekében, hogy javuljon az egészségi állapotuk és az életminőségük.

1.3. Egészségnevelés

A WHO meghatározása szerint az egészségnevelés olyan, **változatos kommunikációs formákat használó, tudatosan létrehozott tanulási lehetőségek összessége**, amely az egészséggel kapcsolatos ismereteket, tudást és életkézségeket bővíti az egyén és a környezetében élők egészségének előmozdítása érdekében. **A korszerű egészségnevelés egészség és cselekvésorientált tevékenység.**

A prevenció (megelőzés) területei: A WHO meghatározása szerint az **elsődleges megelőzés** a betegség első megjelenésének megakadályozására, az **egészség megőrzésére irányul**. Az elsődleges vagy primer prevenció a betegségeket előidéző tényezők korai felismerésére és elkerülésére végzett tevékenység.

Az egészségvédő és egészségfejlesztő magatartás elérésének feltétele azoknak az alapképességeknek az elsajátítása, amelyek az egészséget védik, fejlesztik (ha kell, korrigálják). Az egészség védelme és karbantartása tanítható, fejleszthető. Ezt a sajátos pedagógiai tevékenységet nevezzük egészség pedagógiának (Székely 2005).

Gyermekkorban az egészségre nevelésnek az élet további szakaszaira is kiható jelentősége van, ezért az óvodai egészségfejlesztés kiemelt nevelési terület (Székely 2003).

2. Helyzetelemzés

2.1 Tárgyi feltételek

Az óvoda épülete: Budapest XXI. Kerületében Csepelen lakótelepi környezetben, 1984-ben nyílt meg az általános művelődési központ, melyben egy épületben található a bölcsőde, 8 csoportos óvoda, az általános iskola, AMI, könyvtár – közművelődés (színházterem, galéria, tornacsarnok,) amely színes programokkal gazdagítja a környékén élő családok életét is.

A 30 éves épületet, egybefüggő, száraz, világos, télen jól fűtött.

Saját konyha biztosítja, hogy az étel friss és egészséges legyen.

A berendezés kialakításában az esztétikus kivitelezésre, harmóniára és a kellemes komfort érzetre törekszünk.

Az csoportszobák, világosak, a világítás korszerű, megfelel a mai előírásoknak, padlózat linóleum.

A bútorok, igazodnak a gyermekek testmagasságához, testméreteihez pl. kétféle méretű gyermekszék van a vegyes életkorú csoportokban. Folyamatosan karban tartjuk.

A mosdóban, a tisztálkodás, fogmosás, fésülködés jó szokásainak kialakulásához szükséges felszerelésekkel, és eszközökkel rendelkezünk.

Három csoport részére, blokkonként egy mosdó van kialakítva, ezért az óvodapedagógusok egyeztetnek és a gyermekek egyéni szükségleteit figyelembe véve, alakítják ki rugalmasan a csoportok napirendjét.

A toalett, használat intimitása, függönyökkel, és nemek szerinti elszeparálásával került kialakításra.

Az öltözködéshez és váltóruhák tárolásához elegendő helyet, tárolási lehetőséget teremtünk a gyermekek számára.

A tornacsarnok, és tornaszoba változatos mozgásokra alkalmas eszközökkel ellátott.

A tágas folyosókkal megnöveljük a gyermekek mozgásterét.

A belső udvarok szélvédettek, a kert, gondozás lehetőségét biztosítják.

Az udvar tágas, nagy fákkal, jól árnyékol. Nyáron a gyermekek felfrissülését 2 párapu és zuhanyozási lehetőség biztosítja. A korosztálynak megfelelő játszóterek vannak kialakítva. Ez biztosítja a gyermekek levegőzéséhez, edzéséhez, mozgásfejlődéséhez, játékához szükséges feltételeket.

Óvodánk tisztántartása a HACCP szabályai szerint történik.

2.2 Személyi feltételek:

Főiskolát végzett óvodapedagógus

Óvodapedagógusok	
óvodapedagógus	17fő
másod diploma	tanítói, fejlesztőpedagógusi, drámapedagógusi, mentálhigiéne, szakvizsgázott: 5fő
pedagógiai munkát segítők	Pszichológus, logopédus, gyógypedagógia asszisztens, pedagógiai asszisztens, csoportonként 1 dajka, kertész, óvodatitkár, 2fő konyhai segítő

2.3. Erősségek, fejlesztendő területek

Erősségek	Fejlesztendő területek
Évente egészségügyi szűrés biztosítása a dolgozóknak.	Mindennapos testnevelés intenzitása, differenciálás az életkori sajátosságoknak megfelelően.
Együttműködés az óvoda orvosával, védőnőjével, a köznevelési törvény előírásainak megfelelő szűrések biztosítása.	Egészségfejlesztéssel kapcsolatos programok szervezése a dolgozók számára
Az egészséges életmód alakítása, az érzelmi, az erkölcsi és a közösségi nevelés	Egyéb továbbképzések pl. Elsősegély tanfolyam,
Mindennapi gyümölcsfogyasztás biztosítása.	A szülők egészséges életmódra motiválásának intenzívebbé tétele.
Az udvari játék, mozgás, levegőzés optimális időtartamának biztosítása az óvodai nevelési programunk alapján.	A prevenció hangsúlyozása, tájékoztatás.
	Az udvari játékeszközök folyamatos

	karbantartása, bővítése, az egészségesebb környezet biztosítása. A 8. csoportnak, saját udvarrész kialakítása, homokozóval, udvari játékokkal való ellátása.
--	---

3. Az egészség fejlesztés tartalma az óvodánkban

Az óvodának a primer prevencióban van jelentős szerepe.

3.1 Az óvoda mint az egészségfejlesztés, fontos színtere

Az óvoda, a családi környezet mellett a szocializációnak azt a színterét jelenti, amelyben mód nyílik az egészségesebb életvitel készségeinek, magatartásmintáinak kialakítására és begyakorlására.

- **Belső:** Az óvodai nevelőmunkánk megalapozza az életmódjukban később kialakuló jó szokásokat, az életideálokat, a beállítódást, a preferenciákat. Az óvodának a gyerekekre gyakorolt hatása többretegű, komplex kommunikáció. Egyrészt létezik egy nyíltan megfogalmazott pedagógiai program, nevelési terv, másrészt ezzel összefüggésben vagy ettől függetlenül, illetve ezt erősítő vagy gyengítő módon ható ún. „rejtett tanterv”, mely az óvodai mindennapok hozadéka, amelyben az óvoda tárgyi környezete, az emberi viszonyok minősége egyaránt tükröződik.

- Külső: Az óvoda környezetének rendben tartása, folyamatos fejlesztése

- A korszerű egészségfejlesztési elveknek és a törvényi előírásoknak megfelelő tisztaság külső és belső optimális környezet biztosítása
- A fejlesztési, ésszerűsítési javaslatok konzultációja a vezetővel, illetve évente, a nevelési évvárón összegzés.
- A pályázati lehetőségek folyamatos figyelése.

3.2 Óvodai egészségfejlesztési feladatok

Az óvodai nevelés immanens (elválaszthatatlan) része az egészség fejlesztésére (promóció) és az egészségkárosodás megelőzésére (prevenció) irányuló egészségnevelő tevékenység.

Mindkét egészségfejlesztési feladat a testi (szomatikus), a lelki (értelmi, érzelmi, akarat) és szociális (társas, közösségi) nevelő tevékenységre vonatkozik.

A nevelés a testi (szomatikus) nevelésre alapoz.

3.2.1. A szomatikus nevelés feladatai

Pedagógiaelméletünkben megkülönböztetjük a testi nevelést a testneveléstől.

A testi nevelés (az egészségpedagógiai fogalomhasználatban szomatikus nevelés) felölel minden olyan ápolási, gondozási, esztétikai tevékenységet, amely a testre, a biológiai szervezetre irányul.

A szomatikus nevelés körében mindennapos óvodai feladat a személyi higiéniára nevelés (a testápolás, a ruházat, a helyes táplálkozás, a kulturált étkezés gyakorlása), az óvoda környezeti tisztaságának megóvása, a fertőző betegségek és tartási rendellenességek megelőzése.

A szomatikus nevelés aktív gyakorlatának tartjuk a testedzést, az óvodai nevelési programban szereplő testnevelést, a mozgáskultúra megalapozását, vagyis a rendszeres mozgás, fizikai aktivitás szokássá, magatartásuk részévé alakítását, a biológiailag szükséges mozgásigény kielégítését.

3.2.2. A személyi és környezeti higiénia fejlesztése

a. Személyes tisztálkodás

A gyermek a családból érkezik az óvodába, magával hozza az otthoni higiénés szokásokat.

A legfőbb személyi higiénias nevelési feladat: a kézmosás szokássá fejlesztése (szeretetteljes légkörben), a saját személyi felszerelés (törülköző, zsebkeendő, fésű, fogmosó-felszerelés) használata. Alapkövetelmény, hogy a személyi higiénés felszerelés minden gyermek számára külön-külön álljon rendelkezésre.

A legintimebb higiénés tevékenység a WC-használat és, a WC-papír használat begyakorlásában a dajka is részt vállalhat.

b. Környezeti higiénia A környezethigiénára nevelés magában foglalja az óvoda tisztaságának megóvását, szépítését, virágosítását: a csoportszobák szellőztetését, az ivóvíz higiéniját, a helyes fűtés és világítás biztosítását, az udvar tisztán tartását, gondozását, a helyiségek, mellékhelyiségek takarítását (benne az önkiszolgálást is), a taneszközök higiéniját, rendben tartását.

c. Az egészséges táplálkozás megkedveltetése

Kisgyermekkorban a táplálkozás a fejlődés alapfeltétele. Az óvodapedagógus hangoztassa azt az elvet, hogy az óvodáskorú gyermek étrendjében ne (vagy nagyon ritkán) szerepeljen zsíros étel, erősen fűszerezett hús nehezen emészthető étel.

Az egészséges táplálkozás megkedveltetése érdekében az óvodai csoportoknak gyümölcs- vagy zöldségnapot szervezünk, megismerkedtetjük őket új ízekkel.

3.2.3. Rendszeres mozgás biztosítása

A mozgás segíti a gyermeket a környező világ jobb megismerésében, a környezet felfedezésében és meghódításában. A kisgyermek mozgásszükségletének kielégítése legnagyobb részt a játéktevékenység útján valósul meg. A mozgásszükségletet a regenerálódást biztosító pihenés egészíti ki.

a. Játékos tevékenység

A gyermekek különböző életkorokban más-más játékokkal (más-más játékszerekkel) játszanak. .

b. Mozgás a szabadban

A gyermekek fokozott mozgásigényének kielégítését jól szolgálják az udvari játékok és munkaeszközökkel való munkálkodások.

Közegészségügyi ellenőrzést kívánnak a homokozók, mászóak, hinták, kerti szerszámok, valamint a napozás és a vízzel való edzés lehetőségének balesetmentes kialakítása is.

c. Mindennapos testnevelés

A rendszeres mozgás biztosítását, a mozgáskultúra megalapozását, a motoros képességek fejlesztését az óvodai nevelési programban szereplő délelőtti és délutáni edző tevékenység, a mindennapi testnevelés szolgálja.

Egészségpedagógiai cél a testedzés mellett a mozgás megszerettetése, a közös (játékos, sportos) mozgás által kiváltott öröm átélése.

Az óvodai testnevelés során alkalmazott mozgásformák alkalmasakká tehetik a gyermeket az életen át tartó sporttevékenység megalapozására.

d. Testnevelési foglalkozás (játékos testnevelés)

„A gyermek egészségvédelmét és egészségfejlesztését szolgáló testi nevelés és sportolás különös kiemelt helyzetben van az óvodai Alapprogramban. Az egészség védelme és fejlesztése (testneveléssel, motorikus képességfejlesztéssel) éppen ezért alapvető egyéni és társadalmi kötelesség is”

3.2.4. A pszichohigiénés nevelés feladatai

A pszichohigiénés nevelés (lelki egészségvédelem) a lelki egészség fenntartásához és fejlesztéséhez szükséges készségek és képességek kiművelését öleli fel. Főbb területei közé soroljuk az egészséges napirend gyakorlását, készséggé alakítását, a hibás viselkedési módok kezelését, a stresszhatások kompenzációját, a magatartások érzelmi vezérlésére való készséget, a gyermekektől érkező segítségkérések, az ún. „segélykiáltások” megértését és megoldását. A lelki egészség fejlesztésének főbb feladatai: a társas-társadalmi beilleszkedés (integráció) megvalósítása, a normatartás (adaptáció) elsajátítása és a tevékenység önellenőrzésének gyakorlása.

a. A beilleszkedési képesség gyakorlása

A mindennapos óvodai nevelési gyakorlatunk kiemelt feladata a gyermekek beilleszkedési képességének (a csoportba történő integrációjának) elősegítése, a halmozottan hátrányos helyzetű gyermekek szociális integrációjának megvalósítása. A beilleszkedési képesség megvalósítása az alábbi személyiségfejlesztő tevékenységeket (akciókat) kívánja az óvodai csoportok életében (mindennapos nevelési programjában):

- a társkapcsolatok erősítése, az együttműködés fokozása személyesen, illetve csoportos tevékenység során;
- a másik személy ismerése, elfogadása, kedvező társalgási kapcsolat

b. Alkalmazkodó képesség fejlesztése

Az egészség tiszta, harmonikus környezetet igényel, amelyben a fizikai, pszichikus, szociális és esztétikai tényezők egyensúlyt tartanak. Az életben maradáshoz a környezet tényezőihez

való alkalmazkodás szükséges. Az alkalmazkodás (adaptáció) valamely tárgyhöz, állapothoz való hasonulást, „hozzáilleszkedést”, aktív elfogadást, beállítódást jelent, illetve tartalmaz. Napjaink globalizációs környezete ilyen alkalmazkodóképességeket igényel a jövő polgáraitól:

- egészségvédő, balesetmegelőző, szabályt követő készséges magatartás;
- a változó természeti és kulturális feltételekhez alkalmazkodó viselkedés;
- az emberi kapcsolatok tiszteletben tartása, udvarias (segítő) viselkedés;
- napirend, együttműködési program elfogadása és sikerében való részvétel;
- (saját) betegség esetén a betegviselkedés elfogadása.

c. Önismeret és önellenőrzés

Az egészség mint folyamat a következő visszatekintő, önellenőrző és korrigáló pszichikus képességeket igényli az óvodáskorban:

- véleményalkotás a saját egészségvédő magatartásról (önmegvalósítás értékelése);
- az életvédelmi és baleset-megelőzési magatartás tudnivalóinak ismerete, rizikóhelyzetek elkerülése;
- a saját aktuális életmód értékelő áttekintése, korrekciójának megtervezése, (táplálkozás, mozgás, szabadidő önellenőrzése);
- más személyekkel való kapcsolat önelemzése (családban, iskolában, más csoportokban);
- a meglévő testi-lelki szükségletek kommunikációjának és interakciós módszereinek (pl. a testbeszédnek) elemzése, korrekciója;
- rendszeres egészségi ellenőrző vizsgálatok elvégzésének és a gondozás-ápolás módjainak elfogadása.

3.2.5. A szociális egészségfejlesztés feladatai

„Az ember, társas lény”

Az óvoda a család mellett a kisgyermek első szervezett közössége, amely szociális nevelő funkciója körében a társas-társadalmi életének beszabályozását is elvégzi.

E nevelési feladat a gyermeket a közösségbe való befogadásra, egyenértékű emberként való elfogadásra készíti elő, és szeretetteljes együttműködésben való részvételre szoktatja.

Az óvodának, mint társadalmi intézménynek a zavartalan működéséhez és sikeres nevelőmunkájához nélkülözhetetlen a kiegyensúlyozott légkör, a harmonikus csoportmilió. Az együttműködés során keletkezett feszültségek feloldására, a másság különbözőségeinek elfogadására, baráti kapcsolat létesítésére van igény páros kapcsolatokban, illetve az együttjátszó gyermekcsoportokban. Az óvodai csoport tagjait összekötő személyi kommunikáció (beszéd, társalgás) és együttműködés (közös játékcselekvés) forrasztja össze (egészen az „én csoportom” tudatáig). Természetes, hogy a gyermekcsoportban az óvodapedagógus az egészséges életmód szempontjából is mintaadó személy, ezért felelőssége az egészség megőrzésére és fejlesztésére is kihat.

a. Esélyegyenlőség biztosítása

Az esélyegyenlőség és a másság elfogadása azt az emberi jogot testesíti meg, hogy minden embert – származására, nemére, nemzetiségére, vallására, testi-lelki sérülésére,

fogyatkozására tekintet nélkül – ugyanazok a jogok és lehetőségek illetik meg az életben való érvényesülés folyamatában.

Az óvodapedagógus alapfeladata e kérdésben a másság elfogadtatása a gyermekközösséggel. Az óvodapedagógusnak hangsúlyozott elve legyen az, hogy a fogyatkozással élő gyermek nem beteg, hanem más: más az életmódja, más a teljesítménye, több segítséget igényel.

b. Integráló nevelés követelményeinek teljesítése

Az óvodai nevelésünkben egyre szélesebb körben valósul meg az együttnevelés (integráló nevelés) társadalmi igénye

A fogyatkozással rendelkezők közül leggyakrabban mozgásszervi fogyatékosok, érzékszervi fogyatékosok (látássérült gyermekek), nagyothallók; ritkábban enyhén értelmi fogyatékosok, beszédhibás gyermekek (dadogók, hadarók, elakadó beszédűek) találhatók az óvodában nevelkedők között. Fejlesztő nevelésükhöz szakszerű segítséget a nevelési tanácsadók és a szakértői bizottságok nyújtanak.

Külön csoportot képeznek a szociális hátrányú gyermekek, akiknél nem a szervezeti fogyatkozás okoz hátrányt a személyiség fejlődésében, hanem a családi, társadalmi, kulturális, anyagi háttér kedvezőtlen hatása (durva bánásmód, szegénység, lakásnélküliség, kisebbségi megkülönböztetés és más hátrányos körülmény). Az együttnevelést olykor az akadályok halmozódása tovább hátráltatja.

c. Sajátos nevelési igényűek egészségfejlesztése

A közoktatási törvény 2007. évi módosítása szerint „sajátos nevelési igényű gyermek az, aki a szakértői és rehabilitációs bizottság szakvéleménye alapján

a) testi, érzékszervi, értelmi, beszéd-fogyatékos, autista vagy több fogyatékoság együttes előfordulása esetén halmozottan fogyatékos

b) pszichés fejlődés zavarai miatt a nevelési, tanulási folyamatban tartósan és súlyosan akadályozott (pl. kóros hiperkinetikus vagy kóros aktivitászavarú).” (2007. évi LXXXVII. törvény 121. § 29. pont)

A sajátos nevelési igényű gyermekek gondozása-nevelése speciális eljárások alkalmazását, illetve kiegészítő fejlesztő, korrekciós fejlesztő, visszaállító, valamint gyógyító célú pedagógiai eljárások alkalmazását teszi nélkülözhetetlenné. E feladat az óvodapedagógus sajátos képzettségét, valamint az egészségügyi és nevelési tanácsadói szakirányítását igényli.

d. Autista gyermekkel való bánásmód

„Különös bánásmódot igényel a közösségbe érkező autista gyermek, aki a környezetével nem beszél (kivéve egy-egy személyt, például az anyját), a tárgyakat ismeri, de csak néhány szót mond velük kapcsolatban, más beszéde zavart (ugatáshoz hasonlít), viselkedése – általában – agresszív” (Székely 2008: 61).

Az autizmus lényege a kommunikációs kapcsolati készség, a társas együttműködő viselkedés és a céltételező gondolkodás minőségi károsodása, a szociális kapcsolatok elutasítása, a verbális kommunikáció zavara (elutasítása), azaz a kommunikációs és a szociális készség károsodása és fennálló zavara.

E társkapcsolati és kommunikációs jellemzők esetén a gyermek fejlődésének és egészségfejlesztésének alapfeltétele a társkapcsolati és kommunikációs készség (ismétlés,

gyakorlás útján történő) fejlesztése: a gyermek játszótársaként való elfogadtatása, mert a társ kapcsolattal együtt a verbális kommunikáció is megindul).

A gyermekközösség játéktevékenysége és aktivitása (szociális kapcsolata) képes az autista gyermek kommunikációs kapcsolatát is észrevehetően javítani, valamint az agresszív viselkedés elmaradását segíteni.

e. Szociális hátrányokkal küzdő gyermekek nevelési sajátossága

A társadalmi beilleszkedés és az eredményes személyiségfejlesztés szempontjából meghatározó jelentőségű a mélyszegénységben élő, rossz családi körülmények között nevelkedő gyermekek óvodai integrált nevelése

Az egészségfejlesztés nemzeti stratégiája (Legyen jobb a gyermekeknek! címmel) országos feladatként tűzi ki [47/2007. (V. 31.) OGY. hat.] az óvodáskorúak nevelésében:

- a gyermekeknek a családból az óvodai közösségbe való átmenetének segítségét;
- nemzeti identitásuk megtartása mellett az óvodai napirend (szokásrend) megismertetését, elfogadását;
- az egészséges életvitel szabályainak gyakorlását;
- az egészséges táplálkozási szokások alakítását;
- a közösségi viselkedéskultúrának a többségi társadalomhoz illesztését;
- az egészséget támogató családi környezet segítő támogatását, megvalósítását;
- a káros szenvedélyek (alkohol- és drogfogyasztás, dohányzás) megelőzésére szolgáló meggyőző ismeretterjesztést.

4. Az egészségfejlesztés módszerei, formái:

Módszerek	Formák
Az egészséges életmód szokásainak megalapozása – mindennapos egészségfejlesztő mozgás, levegőzés, pihenés, valamint a személyi higiéné biztosítása	Mindennapi pedagógia gyakorlat része
Egészségfejlesztő tevékenységek biztosítása (játék, verselés, mesélés, ének-zene, énekes játék, gyermektánc, rajzolás, festés, mintázás, kézi munka, külső világ tevékeny megismerése, munkajellegű tevékenységek)	Mindennapi pedagógiai gyakorlat része
Hagyományos egészségnevelés, felvilágosítás	Szülői értekezlet, fogadóóra, egyéb rendezvények
Rizikócsoportos megközelítés (pl. túlsúlyos gyermekek szüleinek, dyslexia veszélyeztetett gyermekek szüleinek)	Fogadóóra
Érzelmi intelligenciát, társas kommunikációs képességeket, alkalmazkodást segítő nevelés	Mindennapi pedagógiai gyakorlat része

pedagógiai programunk alapján (érzelmi biztonságot teremtő légkör kialakítása, konfliktuskezelés, asszertivitás fejlesztés, nemet mondani tudás mellett egészségfejlesztő szokások megtartására nevelés, negatív érzések kulturált kifejezése, viselkedésproblémák kezelése – erkölcsi normák megalapozása	
Az óvoda dolgozóinak teljes körű egészségszűrése	Évi kötelező szűrés
Az óvoda dolgozóinak testi – lelki - szociális egészségét fejlesztő továbbképzés, közös program szervezése	Továbbképzés, tréning, közösségfejlesztő programok, hagyományok (karácsonyi vacsora, közös színházlátogatás, kerti parti stb.)
Közösségi alapú komplex egészségfejlesztő program (bekapcsolódás kerületünk egészségfejlesztéssel kapcsolatos programjainak kialakításába – pl. óvodaudvarok, játszóterek fejlesztése, óvodaközi szülőklubok szervezése)	Együttműködés a kerület vezetőivel szakmai kezdeményezések, innovációk megvalósításában, részvétel a kerület egészségfejlesztő programjain

5. Az egészségfejlesztés belső, külső kapcsolatai

Szülők (család)

A szülő, a család a legfontosabb társunk a gyermekek érdekében végzett munkában.

Szülői Szervezet

Az óvodai egészségfejlesztő programunk kialakításába be kell vonni a szülői szervezetet, hogy, a lehetőségükhöz képest minden területen segítsék a program megvalósulását.

Óvodaorvos, védőnő

Az egészségügyi ellátásról szóló jogszabály előírja, hogy minden óvodának legyen kijelölt orvosa, és védőnője, akik az óvodai egészségügyi feladatokat közösen látják el.

Óvodapszichológus

A pszichológus a lelki eredetű problémák megelőzésében és korrekciójában segít a nevelőtestületnek.

Gyermekjóléti Szolgálat, Szakszolgálat (Nevelési Tanácsadó)

A gyermekvédelmi munkában valamint a konkrét államigazgatási ügyekben tudnak segítséget nyújtani a gyermekjóléti szolgálat és az önkormányzat más intézményeiben dolgozó segítő foglalkozású szakemberek, kiemelten a szakszolgálat munkatársai.

Egészségügyi Szakellátás

Egészségügyi szakellátást igénylő esetekben a területileg illetékes kórházak és szakrendelő jelentik a segítő kapcsolatok színterét.

LEGITIMÁCIÓS ZÁRADÉK – ÉRVÉNYESSÉGI NYILATKOZAT

Helyi egészségfejlesztési program

<i>Hatályba lépése:</i>	2013. szeptember 02.
<i>Érvényesség ideje:</i>	Visszavonásig
<i>Felülvizsgálata:</i>	Évenként
<i>A program módosítása:</i>	A törvény változása esetén. A program felülvizsgálata során felmerült szakmai indokok alapján a nevelőtestület 50%+1 fő indítványával.
<i>Nyilvánosságra hozatal:</i>	A Pedagógiai programmal együtt az óvoda honlapján (www.csepelamk.hu) és kifüggesztve a hirdetőtáblán, valamint a könyvtárban tekinthető meg. A tanév első szülői értekezletén.
<i>Elfogadta:</i> 2013. június 14.	Nevelőtestület A nevelőtestület nevében
<i>Véleményezte:</i> 2013. június 14.	Szakmai munkaközösség Szakmai munkaközösség nevében
2013. június 13.	Szülői közösség Szülői közösség nevében
<i>Véleményezte és legitímálta</i> 2013. július 30. Dr. Palláné Sándor Edina vezető védőnő

Dr. Palláné Sándor Edina

vezető védőnő

T. Asszonyom!

Tisztelettel felkérem, hogy a Nagy Imre ÁMK óvoda Helyi Egészségfejlesztési Programját legitimálja.

Budapest, 2013. július 26.

Köszönettel

Jakab Andrea Ildikó

Óvoda intézményegység-vezető

Tóth Andrea

Szülői közösség elnöke

T. Asszonyom!

Tisztelettel felkérem, hogy a szülői közösség nevében a Nagy Imre ÁMK óvoda Helyi Egészségfejlesztési Programját véleményezze

Budapest, 2013. június 12.

Köszönettel

Jakab Andrea Ildikó

Óvoda intézményegység-vezető