



A Békési Kistérségi Óvoda és Bölcsőde

# Egészségfejlesztési Programja

2022.

## Tartalom

Jogsabályok	3.
I. Az egészségfejlesztés elméleti megközelítése	4.
II. Egészségfejlesztéssel összefüggő feladatok	5.
2.1. Az egészséges táplálkozás	5.
2.2. A személyi és környezeti higiénia fejlesztése	7.
2.3. A rendszeres mozgás biztosítása	12.
2.4. A pszichohigiénés nevelés	14.
2.5. A szociális egészség fejlesztési feladatai	15.
2.6. Az integráló nevelés követelményeinek teljesítése	16.
2.7. Bántalmazás és erőszak megelőzése	20.
2.8. A dohányzás megelőzés	22.
2.9. Baleset megelőzésére nevelés és elsősegélynyújtás	22.
III. Kapcsolattartás, együttműködés	23.

**Az Békési Kistérségi Óvoda és Bölcsőde Egészségfejlesztési Programja az alábbi jogszabályok felhasználásával készült:**

- 2011. évi CXCV. törvény a nemzeti köznevelésről
- 20/2012. (VIII. 31.) EMMI rendelet a nevelési-oktatási intézmények működéséről és a köznevelési intézmények névhasználatáról
- Az Óvodai nevelés országos alapprogramjáról szóló 363/2012. (XII. 17.) Kormányrendelet
- 32/2012. (X. 8.) EMMI rendelete a Sajátos nevelési igényű gyermekek óvodai nevelés-ének irányelve és a Sajátos nevelési igényű tanulók iskolai oktatásának irányelve kiadásáról
- 15/2013. (II. 26.) EMMI rendelete a pedagógiai szakszolgálati intézmények működéséről
- 8/2014. (I. 30.) EMMI rendelet. A pedagógiai szakszolgálati intézmények működéséről szóló 15/2013. (II. 26.) EMMI rendelet módosítása
- Az egészségügyről szóló 1997. évi CLIV. törvény



## **I. Az egészségfejlesztés elméleti megközelítése**

### **1.1. Az egészségfejlesztés célja:**

Az óvodai egészségfejlesztés célját a 20/2012. (VIII.31.) EMMI rendelet 128.§ határozza meg, mely szerint:

(1) A teljes körű egészségfejlesztés célja, hogy a nevelési- oktatási intézményben eltöltött időben minden gyermek részesüljön a teljes testi- lelki jóllétét, egészségét egészségi állapotát hatékonyan fejlesztő, a nevelési- oktatási intézmény mindennapjaiban rendszerűen működő egészségfejlesztő tevékenységben.

(2) A nevelési- oktatási intézmény által működtetett teljes körű egészségfejlesztés olyan folyamat, amelynek eredményeképpen a pedagógusok a nevelési- oktatási intézményben végzett tevékenységet, a helyi pedagógiai programot és szervezeti működést, a gyermek és a szülő részvételét a nevelési- oktatási intézmény életében úgy befolyásolják, hogy az a gyermek egészségi állapotának kedvező irányú változását idézze elő.

### **1.2. Az egészség meghatározása:**

Az egészség fogalmát az Egészségügyi Világszervezet így definiálta:

„Az egészség a testi (fizikai), a szellemi (pszichikus), és a társas- társadalmi (szociális) jólét állapota, nem csupán a betegség és nyomorékság hiánya.”

Az élet és az egészség, az ember semmi mással nem pótolható alapvető értéke. Nélküle sem egyéni, sem társadalmi lét, sem kultúra nem valósítható meg. Az egészség megszerzése, fenntartása és fejlesztése az egyén, illetve a közösség egész életén át tartó, az élethez, a sikeres önmegvalósításhoz és a társas kapcsolatokhoz szükséges feladatát képezi. Az egészségvédő és egészségfejlesztő magatartás elérésének feltétele azoknak az alapképességeknek az elsajátítása, amelyek az egészséget védik, fejlesztik, ha kell, korrigálják.

Napjainkban az egészség megtartása, fejlesztése, az életre, a sikerre vonatkozó kompetenciák kialakítására épül, amely feltételezi a személyiség (testi, érzelmi, értelmi, akarati és társkapcsolati viselkedés) megismerését, gyakorlással erősíti a különböző élethelyzetekben a testi- lelki edzettséget, pótolja, kiegészíti a hiányzó egészségvédő képességet, továbbá attitűddé alakítja az egészségvédő magatartást.

### **1.3. Egészségfejlesztés óvodás korban:**

Az Óvodai Nevelés Országos Alapprogramja az óvodai nevelés alapvető feladatának a gyermek testi és lelki szükségleteinek kielégítését jelöli meg. Ezeknek a szükségleteknek kielégítése biztosíthatja a gyermek egészséges fejlődését, a legteljesebb egészségi potenciáljának elérését, azaz a lehetőséget arra, hogy a gyermek a mindennapi élet alternatívái közül a legegészségesebbet válassza. Az egészség fejlesztése óvodás kortól kezdődik, így az óvodai egészségnevelés megalapozó jelentőségű a személyiségfejlesztésben. Az egészségvédő potenciál fejlesztése megköveteli, hogy az óvodai nevelés segítse az egészséges életvitel iránti igény kifejlődését, az egészséges életmód választását, az egészséget károsító magatartások visszaszorítását.

Az egészség védelme tanítható, fejleszthető. Az óvodás korban történő egészségre nevelésnek az élet további szakaszaira is kiható jelentősége van. Ezeket figyelembe véve az óvodai egészségfejlesztés kiemelt nevelési terület. Az óvodai nevelés elválaszthatatlan része az



egészség fejlesztésére (promóció) és az egészségkárosodás megelőzésére (prevenció) irányuló egészségnevelő tevékenység. Mindkét egészségfejlesztési feladat vonatkozik a testi, a lelki és a szociális nevelő tevékenységre.

Az egészségnek a nevelési folyamat minden mozzanatában alapozó szerepe van.

A modern értelmezésű egészségnevelés széleskörűen készíti fel az óvodás korú gyermeket az egészségvédelemre: edzi a testi erőnlétet, gondozza lelki (érzelmi, akarati, értelmi) kiművelését és az embertársakkal kapcsolatos (szociális) együttműködés készségét. Az egészség hármass (testi, lelki, társas kapcsolati) jellemzője megbonthatatlanul egybefonódik a személyiségfejlesztés feladatával, annak védelme, fejlesztése nem önálló nevelési feladat. A speciális egészségfejlesztő szempontokra és módszerekre az óvodapedagógusnak tudatosan kell felkészülnie.

## **II. Egészségfejlesztéssel összefüggő feladatok**

A 20/2012. (VIII.31.) EMMI rendelet 128 § (3) szerint a nevelési- oktatási intézmény mindennapos működésében kiemelt figyelmet kell fordítani a gyermek egészséghez, biztonságához való jogai alapján a teljes körű egészségfejlesztéssel összefüggő feladatokra, amelyek különösen:

- Az egészséges táplálkozás
- A személyi és környezeti higiénia fejlesztése
- A rendszeres mozgás biztosítása
- A pszichohigiénés nevelés feladatai
- A szociális egészség fejlesztési feladatai
- Az integráló nevelés követelményeinek teljesítése
- A bántalmazás és erőszak megelőzése
- A dohányzás megelőzés
- Baleset megelőzésére nevelés és elsősegélynyújtás

Az óvodai nevelés elválaszthatatlan része az egészség fejlesztésére (promóció) és az egészségkárosodás megelőzésére (prevenció) irányuló egészségnevelő tevékenység. Mindkét egészségfejlesztési feladat a testi (szomatikus), a lelki (értelmi, érzelmi, akarati) és szociális (társas, közösségi) nevelő tevékenységre vonatkozik. Az óvoda mindennapi nevelési programja az egészségvédelemre és egészségfejlesztésre épül, azaz az egészségnevelés a kifejezetten edzőprogramokon túl az óvodai élet valamennyi szakaszára vonatkozik.

### **2.1. Az egészséges táplálkozás**

Az egészségfejlesztési program az óvodás gyermekek egészséges táplálkozási szokásainak megerősítését szolgálja.

Nem az étel elkészítése, hanem az étkezés lebonyolítása alkotja az óvodapedagógus egészségpedagógiai feladatát.

A helyes étkezési szokásokat gyermekkorban kell kialakítani éppúgy, mint az egészséges életmód egyéb jellemzőit, összetevőit. A fejlődés alapfeltételei között kiemelt jelentőségű a gyermek egészséges táplálása, mivel az óvodás gyermek fejlődésének olyan periódusában van, melyre a nagyfokú és rendszeres fizikai aktivitás, a szervezet gyors növekedése jellemző, ami ennek megfelelő tápanyagfelvételt tesz szükségessé. A teljesítés nemcsak az anyagiakon

múlik, de szemléleten, óvodapedagógusi leleményességen és a szülők segítő együttműködésén is múlik.

A gyermeknek az egészséges táplálkozás érdekében naponta az öt alapélelmiszer-csoport mindegyik tagjából kell fogyasztania. Az intézményünkben különösen odafigyelünk a gyermekek egészséges étkeztetésére. A gyermekek gyakran fogyasztanak tejtermékeket, és az idénynek megfelelő gyümölcsöt, zöldséget.

„A gyermekek a napi háromszori étkezéssel tápanyagszükségletük  $\frac{3}{4}$  részét az óvodában kapják. Ezért az óvoda figyelemmel kíséri a gyermekek étrendjét, hogy kellően változatos és megfelelő tápanyag összetételű legyen. Az étkezési szokásokat úgy alakítjuk ki, hogy minél kevesebb várakozási idő maradjon, jól szervezeten, lehetőleg a folyamatosság módszerével történjen.

A gyermekeknek különböző táplálkozási szokásaik vannak. A felnőttek megismerik a szülők segítségével ezeket és kellő toleranciával kezeljük a kezdeti étvágytalanságot, válogatást.

Később ösztönözzük a gyermeket, a számukra ismeretlen ételek megkóstolására, de nem kényszerítjük az ételek elfogyasztására. Gondoskodunk arról, hogy fogyasszanak a gyermekek többször gyümölcsöt, zöldséget. Biztosítjuk, hogy a nap bármely szakaszában ihassanak”

(Békési Kistérségi Óvoda és Bölcsőde Pedagógiai Programja 35. oldal)

Óvodánkban tízórai, ebéd és uzsonna áll a gyermekek rendelkezésére, amiből a tízóraizás folyamatosan történik, az ebédet közösen fogyasztjuk el. Ez nem fedezi a gyermekek egész napra szóló élelmiszer- szükségletét. Az otthoni helyes és egészséges táplálás szükségyszerűségét szülői értekezleteken, fogadóórákon, adott helyzetekben igyekszünk erősíteni. Igyekszünk meggyőzni a szülőket, hogy minimalizálják gyermekük étkezési szokásrendjében a túl sós, zsíros ételeket, a cukrozott szörpöket, kólafélét, a chipset, édességeket.

A különböző ételallergiában szenvedő gyermekek számára a konyha szakorvosi javaslat alapján állítja össze és készíti el a szükséges étrendet. (gluténmentes étkezésre a konyhának nincs kapacitása).

#### **2.1.1. Az óvodapedagógus feladatai:**

- A kulturált étkezési körülmények biztosítása.
- Az óvodai napirend keretében az óvodapedagógusok és a dajkák együttműködve ismertessék meg a gyermeket az új ízekkel, addig ismeretlen étel - italfélékkel.
- Az étkezést örömtelivé tenni, jó hangulatot teremteni az ételek elfogyasztásához.
- Intenzív rágásra ösztönözni.
- A folyadék folyamatos biztosítása.
- Életkoruknak, fejlettségi szintjüknek megfelelően kanál, villa, kés helyes használatával való megismertetés.
- Az étkezés végén az asztal rendjének helyreállításában való részvétel biztosítása a dajka irányításával.
- Fokozott figyelem az ételallergiába szenvedő gyermekek diétájára tanácsadás a szülőknek (szülői értekezleteken, fogadóórákon, kötetlen beszélgetések során), hogy az óvodai étrendet otthon milyen ételféleségekkel egészítsék ki.



- Az egészséges táplálkozásra nevelés érdekében olyan környezeti projektek szervezése, amelyek során a gyermekek maguk is részesei lehetnek egyszerűbb ételek elkészítésének (pl.: zöldség - gyümölcssaláták).
- Minden érzékszervet megmozgató tapasztalatszerző mikro csoportos séták során lehetőség biztosítása a gyümölcsökkel, zöldségekkel való ismerkedésre, őszi piac, zöldséges üzlet, kertek látogatására, kóstolók készítésére.

### **2.1.2. A fejlődés várható jellemzői óvodáskor végére:**

- Étkezés előtt szappannal alapos kézmosást végeznek.
- Önállóan el tudják dönteni, hogy mennyit fogyasztanak.
- Önállóan töltenek a kancsóból.
- Ismerik a kulturált étkezés szokásait, higiénikusan étkeznek, késsel, villával képesek elfogyasztani az ebédet.
- Megkóstolnak új ízeket.
- Ismerik a fogyasztott ételeket, gyümölcsök, zöldségek nevét.
- Az óvodába nem hoznak szénsavas üdítőt, chipset a gyermekek.
- Azokban a gyermekekben, akik ételallergiában szenvednek, tudatosul, mit fogyaszthatnak, mi tiltott számukra.
- Étkezés után igényük van az asztal rendjének helyreállítására – tányér, evőeszközök, pohár, szalvéta elpakolására.

## **2.2. A személyi és környezeti higiénia fejlesztése**

### **2.2.1. Személyes tisztálkodás:**

A gyermek a családból érkezik az óvodába, magával hozza az otthoni higiénés szokásokat, amelyek nem feltétlenül azonosak (vagy kapcsolatosak) az óvoda mindennapos tisztálkodási, testápolási rendjével. A gyermek higiénés állapotának megítélése, szükség esetén a testápolás pótlása az óvodapedagógus (és a dajka) bensőséges ellátását (megszégyenítéstől távoltartását) igényli. A higiénés szemlélet átadása tehát nem jelenthet a gyermek számára megszégyenítést. A legfőbb személyi higiéniai nevelési feladat: a kézmosás, szokássá fejlesztése (szeretetteljes légkörben), a saját személyi felszerelés (törülköző, zsebkendő, fésű, fogmosó felszerelés, tornafelszerelés, alvópárna) használata. Alapkövetelmény, hogy a személyi higiénés felszerelés minden gyermek számára külön – külön álljon rendelkezésre.

A legintimebb higiénés tevékenység a WC használat és az anális toalett, a WC papír használata. Ennek begyakorlásában a dajka – ha figyelmesen érzékeny a kisgyermek szexuális beállítottságára – részt vállalhat. Különösen (bevétel, beszélgetés után) a kimosakodás kíván fokozott intimitást.

#### **a) Testápolás:**

A családi és az óvodai gondozási szokásainak összehangolására törekszünk. A gondozási teendők gyakorlása közben bensőséges kapcsolatot teremtünk, hogy a gyerekek kívánsága és kérése alapján tudjunk segíteni. A testápolási teendők végzését fokozatosan, életkornak illetve az egyéni képességi szintnek megfelelő önállósággal kívánjuk meg a gyerekektől. Érzékszerveiket különös gonddal védjük.



A fogmosáshoz, a bőrápoláshoz, a hajápoláshoz, az orr tisztántartásához, a WC használatához megteremtjük az optimális feltételeket.

#### **Az óvodapedagógus feladatai - testápolás:**

- Gondoskodás arról, hogy minden gyermek saját felszereléssel rendelkezzen, és ezt esztétikusan tudja tárolni, elhelyezni és annak az igényének a kialakítása, hogy csak a saját eszközeit használja
- A tisztálkodással kapcsolatos feladatok megismertetése, helyes technika begyakoroltatása, megfelelő sorrend rögzítése a folyamatábrák segítségével,
- A kézmosás szokásának kialakítása, igényének erősítése
- A WC-hez kapcsolódó szokások, szabályok rögzítése, helyes WC papír használat begyakoroltatása.
- A fogmosás helyes technikájának elsajátíttatása.
- Az alapos orrfújás technikájának begyakorlása, a zsebkendő- kezelés szabályának betartatása.
- A hajápolás óvodai szinten a fésülködést, a haj alkalomhoz illő kezelését jelenti. Legyen igényük arra, hogy a hajuk rendezett, az alkalomhoz illő legyen (pl. mozgásos tevékenység alkalmával szorosan felfogva, ébredés után fésülve, stb.)
- Tudatosítani a gyermekeinkben a tisztaság alapvető fontosságát a betegség megelőzésének és a fertőzések elkerülésének érdekében.
- A napirend olyan formában való kialakítása, amelyben elegendő idő jut a gondozási feladatok egyéni tempóban történő végzésére.
- Csak akkor és csak annyit segíteni, amennyire szüksége van a gyermeknek a fokozatosság elvét figyelembe véve.
- A gondozási feladatok végzésében, a hozzájuk kapcsolódó szabályrendszer és szokásrendszer kialakításában az óvodapedagógus és a dajka együttes feladata.

#### **b) Öltözködés:**

Az öltözködnél a rétegeiséget hangsúlyozzuk. Fontosnak tartjuk, hogy a gyerekek ruhája tiszta, ízléses, praktikus és megfelelő méretű legyen, ezt önmaguk is igényeljük.

Óvodáinkban huzattal ellátott ágynemű, pizsama, tornaruha, váltóruha és sarkos bokafogó váltócipő használata javasolt, melyet a szülők biztosítanak gyermekeik számára.

Az öltözködés, vetkőzés során csak akkor, és csak annyit segítünk a gyermekeknek, amikor és amennyire szükségük van. Ösztönözzük a fejlettebb gyermekeket, hogy kevésbé fejlett társuknak segítsenek, ha az segítségre szorul.

Az öltözködés megfelelő sorrendjének elsajátításában folyamatábrák segítenek a gyermekeknek.

Nagyon fontos meggyőzni a szülőket, hogy a gyermekük ruházatát, felszerelését jellel lássák el, a ruhákat mindig a jellel ellátott óvodai zsákban tárolják, és az óvodai szekrényben a saját jelüknél helyezték el.

A váltócipő kiválasztásánál igyekszünk meggyőzni a szülőket, hogy mindig megfelelő méretű, kényelmes, hajlékony talpú, megfelelő boka- kiképzésű, talp-alátámasztású cipőket válasszanak gyermekeik részére. A papucsot nem fogadjuk el sem kinti, sem benti cipőnek, balesetveszélyes használata miatt.

### **Az óvodapedagógus feladatai - öltözködés:**

- Az öltözködés helyes sorrendjének megismertetése és begyakoroltatása a kihelyezett folyamatábrák segítségével.
- Technikai fogások megtanítása: gombolás, kötés, cipzárázás, kifordítás, eleje- háta, bal- jobb megkülönböztetése.
- Saját felszerelésük, ruhájuk felismerésének gyakorlása
- A napirend keretein belül a szükséges idő biztosítása az öltözködés egyéni tempó szerinti végzésére.
- Differenciált segítségnyújtás a gyermekek életkorához és fejlettségi szintjéhez igazodóan.
- Törekvés az önállóság fokozatos elérésére.

### **c) Pihenés, alvás:**

A pihenés és alvás az óvodáskorú gyermek napirendjében nagyon fontos szerepet kap.

Fontosnak tartjuk az intimitást, személyességet, testközelséget. A gyermekek igényének megfelelően biztosítjuk a megnyugvást, az elalvást megkönnyítő eszközöket, a délutáni pihenés előtt minden nap mesélünk, vagy altató verset mondunk, altatódalt énekelünk.

A gyerekek pizsamában, megfelelő huzattal ellátott ágyneműben pihennek. Lefekvés előtt jól kiszellőztetjük a csoportszobákat, időjárástól függően nyitott ablaknál biztosítjuk a nyugodt pihenést. Tiszteletben tartjuk a gyerekek alvási igényét.

A gyermekek kényelmes, az időjárásnak megfelelő pizsamában alszanak. A szülők gondoskodnak az ágynemű, pizsama tisztán tartásáról.

### **Az óvodapedagógus feladatai – pihenés, alvás:**

- Fontos feladatunk az egészséges életvitel, egészséges életmód iránít igény megalapozása.
- Rendszeres életritmus, megfelelő napirend kialakítása a családokkal együttműködve
- A családok számára javasoljuk, hogy hétvégén is próbáljanak közelíteni az óvodai napirendhez az étkezések és pihenés időpontjával kapcsolatban
- Fontos feladatunk a pihenéshez a nyugodt, meghitt légkör biztosítása a csoportok hagyományainak megfelelően: éneklés, mesehallgatás óvodapedagógustól, zenehallgatás.
- Figyelünk az egyéni szokásokra, engedjük az „alvós plüss állatkával” való alvást. Az „alvós plüss állatkával” csak alvásra használható.
- Szoktatjuk a gyermekeket az egymás iránti toleranciára, a pihenő idő alatt ne zavarják társaikat.
- Biztosítjuk a gyermekek számára az egy órás csendes pihenés után a csendes tevékenykedést (könyvnézegetést, halk játékot).

### **2.2.2. Környezeti higiénia:**

A környezethigiénia nevelés magában foglalja az óvoda tisztaságának megóvását, szépítését, virágosítását: a foglalkoztató termék szellőztetését, az ivóvíz higiéniaját, a helyes fűtés és világítás biztosítását, az udvar tisztán tartását, gondozását, a helyiségek, mellékhelyiségek takarítását (benne az önkiszolgálást is), a taneszközök higiéniaját, rendben



tartását. A világszinten egységesülő, globalizált világ a természet megvédését, a hulladék kezelését, az energiával való takarékoskosságot is beemeli az óvodai nevelés kompetenciájába.

A gyermek az óvodai életének zömét játékkal tölti, a játékhoz különféle játékszereket használ, amelyeket az ő méreteinek megfelelően kell tárolni, az IKT eszközöket pedig az óvodapedagógus felügyelete mellett lehet használni. A különböző tevékenységekkel (pl. festés, gyurmázás, veteményezés, stb.) kapcsolatos eszközhasználat után szükséges alkalmat biztosítani a kimosakodásra.

Az óvodák eszköztárában már megtalálhatók modern internetes vagy komputeres játékok is. Az óvodák rendelkeznek számítógéppel és más audiovizuális eszközzel, ez azonban nem jelenheti azt, hogy a gyermekek egész nap a számítógép előtt üljenek. Általában átfedési időben, a délutáni játékidőben vagy rossz idő esetén célszerű a számítógépes programokat közösen használni. Alapvető egészségpedagógiai feladat, hogy a feltelepíthető audiovizuális játékok listáját az óvodapedagógus szigorú vizsgálatnak vesse alá.

#### **a) A gyermekek fejlődéséhez, fejlesztéséhez szükséges egészséges és biztonságos környezet biztosítása:**

A gyerekek egészséges életmódjának alakítása érdekében – a lehetőségeket figyelembe véve – próbálunk olyan tárgyi környezetet kialakítani, ami megfelel az egészségügyi és balesetvédelmi előírásoknak, esztétikus és nyugtató színharmóniát áraszt.

Óvodáink egyik legfontosabb fejlesztési tere az **udvar**.

Kialakításánál arra törekedtünk, hogy biztosítsa a folyamatos megfigyelést és tapasztalatszerzést, a szinte egész napos kint tartózkodás lehetőségét (évszaknak, időjárásnak megfelelően).

A játék kibontakozásához, folyamatosan biztosítjuk a feltételeket, zártabb udvarrészeket alakítottunk ki ahol lehetőség nyílik a különböző játékfajták gyakorlására.

Minden csoportnak van a lehetőségekhez mérten állandó helye ahol a gyerekek, bármikor megtalálják óvodapedagógusukat, ugyanakkor a különböző korú gyerekek együtt is játszhatnak.

A szabad mozgást, edzést, változatos tevékenységeket mozgásfejlesztő játékok, eszközök teszik lehetővé.

A szabadtéri báb és énekes játékokhoz „pódiumainkon” nyílik lehetőség.

A szervezett mozgáshoz külön udvarrészt alakítottunk ki.

A helyi körülmények és adottságoktól függően virágos, veteményes és gyümölcskert áll a gyerekek rendelkezésére.

A homokjátékhoz megfelelő méretűek a homokozóink.

A folyadék pótlása évszakonként minden óvodában biztosított, a mosdó és a WC helyiség könnyen megközelíthető.

A több funkciót betöltő **csoportszobáink** alkalmasak a szabad játékra, különböző tevékenységek végzésére, az étkeztetésre, alvásra, pihenésre.

Csoportszobáinkban kialakítottuk a tevékenységsarkokat.

A különféle játékfajtákhoz, tevékenységekhez a gyerekekkel alakítjuk át környezetünket.

Az **öltözőben** a gyerekek nyugodt öltözködéséhez biztosítjuk a feltételeket. Külön fogas, megfelelő nagyságú tároló hely biztosított. Öltözőszekrényeinket folyamatosan korszerűsítjük.



A szülők részére esztétikus hirdetőtáblák szolgálják a részletes tájékoztatást.

A **mosdóban** gyermekméretű eszközök segítik a szükségletek kielégítését. Mindenkinnek van jellel ellátott törölközője, fogmosó pohara, fogkefeje. Tisztántartásukról rendszeresen gondoskodunk. A törölköző tisztántartása a szülő feladata.

A balesetek, megelőzését szolgálja az alábbi - minden nevelési év kezdetén, biztosított - feltételrendszer:

- A balesetvédelmi oktatás a gyermekek részére (a gyermekek testi épségének védelme érdekében a helyi adottságoknak megfelelően ismertetjük a gyermekekkel a balesetek elkerülése érdekében kötelezően betartandó szabályokat).
- Az udvar játékeinak átvizsgálása balesetvédelmi szempontból.
- Az óvodapedagógusok részére balesetvédelmi és munkavédelmi oktatás.
- A gyermek által használt eszközök biztonságos elhelyezése.

**b) A környezet védelméhez és megóvásához kapcsolódó szokások kialakítása, valamint a környezettudatos magatartás megalapozása:**

A mai kor elengedhetetlen követelménye, hogy már ebben az életszakaszban kialakítsuk a környezettudatos magatartásformákat, szokásokat, környezetvédelemre neveljük óvodásainkat.

Mindennapi tevékenységeink során tudatosítjuk, hogy a csapvíz, a tiszta levegő pótolhatatlan kincs, az előállított energia drága. A csapok elzárásával, a villanyok leoltásával takarékosagra neveljük óvodásainkat. Mosakodásnál csak a szükséges mennyiségű vizet, kézmosószert használjuk.

Környezetünkben nem szemetelünk, megismerjük a hulladék szelektív tárolásának módját, így óvjuk környezetünket, az élő vizek tisztaságát.

Intézményünkben, a nevelőtestület által kidolgozott környezettudatos - környezetbarát „Zöld” Program működik.

**Az óvodapedagógus feladatai – környezeti higiénia:**

- A környezet védelméhez és megóvásához kapcsolódó szokások alakítása, a környezettudatos magatartás megalapozása.
- A környezet fenntarthatóságának érdekében a gyermekeket az energiával való gazdálkodásra és a szelektív hulladékgyűjtés fontosságára nevelni.
- Az óvoda tisztaságának megóvása.
- Az óvoda épületének és környezetének szépítése, virágosítása.
- A csoportszobák megfelelő szellőztetése.
- A helyes fűtés és világítás biztosítása.
- Takarékoság az energiákkal: víz, gáz, áram, papír.

**Dajkák feladatai - környezeti higiénia:**

- Az udvar tisztán tartása, gondozása.
- A helyiségek, mellékhelyiségek takarítása.
- A foglalkozási eszközök és játékok higiénijának rendben tartása.

### **2.2.3. A fejlődés jellemzői óvodáskor végére:**

- A testápolási szokásoknak megfelelően a gyermekek teljesen önállóan, felszólítás nélkül tisztálkodnak, fogat mosnak, fésülködnek.
- A tisztálkodási eszközökre vigyáznak, helyére teszik azokat. Zsebkendőjüket önállóan használják.
- Önállóan eldöntik, hogy mennyi ételt fogyasztanak, önállóan töltenek vizet a kancsóból.
- Esztétikusan terítenek, higiénikusan étkeznek. Biztonságosan használják a kanalat, villát, kést. Étkezés közben halkan beszélgetnek.
- Teljesen önállóan öltöznek, a ruhájukat ki – begombolják, cipőjüket befűzik, bekötik.
- A ruhájukat esztétikusan, összehajtva helyére teszik.
- A környezetükben igyekeznek mindenütt rendet tartani.
- Ügyelnek saját külsejükre, melyben megjelenik a szépre, ízlésre törekvés.
- Képesek beilleszkedni, alkalmazkodni, magatartásukban a normakövetés megjelenik
- Ismerik a szelektív hulladékgyűjtés célját és gyakorlatának elemeit
- Ismerik és betartják a balesetvédelmi magatartásformákat.
- A teljes körű egészségfejlesztés kialakítása, a prevenció programok hatására a gyermekek egészségi állapota kedvezően alakul.

### **2.3. A rendszeres mozgás biztosítása**

A mozgásszervek fejlődésének belső, élettani ingere a mozgásra való készítésben mutatkozik meg, ezért a mozgás élettanilag a gyermek alapvető életjelensége. A gyermek mozgásigénye folyamatos kielégítésre vár. Ezért a mozgásfejlesztés és a mozgáskultúra elsajátítása nem önmagában álló feladat. 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, ennek megfelelően a mindennapi testnevelés középpontjában is a sok mozgással járó játék áll. A mozgásszükségletet a regenerálódást biztosító pihenés egészíti ki (csendes pihenő, alvás biztosításával, alvási igény figyelembe vételével).

A gyerekek mozgásigényének kielégítését és fejlesztését a mindennapos testnevelés, a kötelező testnevelés foglalkozások és a szabadban végezhető különböző mozgásos tevékenységek, futás, kocogás szolgálják. A gyerekek részben szabadon választhatnak, részben az óvodapedagógusok kezdeményezik, szervezik.

Változatos mozgásformákat, természetes nagymozgásokat, mozgáselemeket biztosítunk melyet a gyerekek, egyénileg gyakorolhatnak, szabadban, teremben egyaránt. Sétákat, kirándulásokat szervezünk, a megtett út hossza, a séta, a kirándulás időtartama igazodik a gyerekek életkorához, fejlettségéhez.

#### **a) Játékos tevékenység:**

A gyermekek különböző életkorukban más - más játékokkal játszanak. Már csecsemőkortól kezdődően megfigyelhető a gyermek ún. funkcionális (gyakorló jellegű) játéka, amely a mozgás és a végrehajtás sikerörömeit kelti. A középső csoportba lépve a gyermek, különböző helyzetekbe, személyek szerepébe képzelettel magát, és játssza el a felvett helyzethez tartozó szerepeket. Ezeket a játékokat szimbólumjátékoknak nevezi a pedagógia. A játéktevékenység



legmagasabb fokát az alkotó játékok képezik, amelyek egy-egy cél elérésére hozzák össze a játszó csoportokat. (Ha a gyermek nem játszik, akkor beteg, vagy valamilyen pszichoszociális problémája van: autista, retardált, szorongó stb.).

#### **b) Mozgás a szabadban:**

A gyermekek fokozott mozgásigényének kielégítését jól szolgálják az udvari játékok és munkaeszközökkel való munkálkodások. Mindezek az általános munkavédelmi szabályok megismertetését, begyakoroltatását és ellenőrzését igénylik. Ha az idő engedi, sokat tartózkodunk a szabadban. Jelentős nevelői figyelmet igényel a szabadban a túlmozgás, a fegyelmezetlen játék felderítése, megfékezése. Közegészségügyi ellenőrzést kívánnak a homokozók, pancsolók, mászóakák, hinták, kerti szerszámok, valamint a napozás és a vízzel való edzés lehetőségének balesetmentes kialakítása is.

Az udvari tevékenység mellett a séta, kirándulás egészíti ki a levegőzést. Az óvodánk párapuval igyekszik megoldani a gyermekek hűtését a nyári hőségben, a vízhez szoktatást másféle módon megoldani nem tudjuk.

#### **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 mindennapos testnevelés szolgálja. Egészségpedagógiai cél a testedzés mellett a mozgás megszerettetése, a közös (játékos, sportos) mozgás által kiváltott öröm átélése. Mindennap alkalmazható mozgásgyakorlat lehet a mászás, járás, futás, ugrás, dobás, elkapás. Ezek a mozgásformák olyan elemi mozgásokat tartalmaznak, amelyek sportági mozgásokból levezethetők, de elemi jellegüknel fogva már elveszítették sportági jellegüket. Az óvodai testnevelés során alkalmazott mozgásformák alkalmasakká tehetik a gyermeket az életen át tartó sporttevékenység megalapozására.

A változatos mozgáslehetőség biztosítása óvodásaink számára kiemelt feladatunk ezért minden nap alkalmat teremtünk rá. A kisgyermek mozgásszükségletének kielégítése legnagyobb részt a játéktevékenység útján valósul meg. A játék, a mozgás segíti a gyermeket önmaga és a környezővilág jobb megismerésében, a környezet felfedezésében és meghódításában. A mindennapi futás - kocogás célja a gyermekek mozgásigényének kielégítése, az edzettségi szint növelése, a terhelhetőség fokozása, kitartásra nevelés. Emellett korcsoportra szabottan mozgásos tevékenységeket is tervezünk és szervezünk gyermekeink számára. Melynek célja többek közt a mozgásigény kielégítése mellett az egészséges életmódra nevelés, az egészséges életvitel igényének alakítása, a gyermek testi fejlődésének elősegítése, a gyermek természetes és harmonikus mozgásának, testi képességeinek fejlesztése. Nem maradhat ki az intézményünk által fontosnak tartott mozgáslehetőségek közül a „zenés, mozgásos percek”, amely során a gyermekek különböző időkeretben utánzásra alapuló mozgást végeznek zenére, amely mozgásanyagot a gimnasztika elemeiből építünk fel. Az udvaron szervezett énekes játékok, körjátékok is jól szolgálják a gyermekek mozgásigényének kielégítését.

#### **d) Testnevelési foglalkozás:**



A mindennapos testnevelés edző (felfrissítő) jellegű gyakorlatai mellett korcsoportra szabott, testnevelési csoportos foglalkozás is tartható (kis- és középsőcsoportban heti egy, nagycsoportban általában heti két alkalommal).

A mozgáshoz változatos eszközöket biztosítunk, melyek alkalmasak a nagy és finommozgások fejlesztésére. Az egyensúlyérzék kialakítására speciális eszközöket is használunk. A 4-5 éves korban kialakuló alakváltozás, a hirtelennövekedés gyakran okoz hanyag testtartást, ezért szervezett prevenciós torna keretében segítjük a gyermekeket a gerinc deformitások megelőzésében. Szintén fontos a lábboltozatot erősítő, fejlesztőmozgás, amely a lúdtalpas gyermekek lábtartásának javításában kap fontos szerepet.

### **2.3.1. Az óvodapedagógus feladatai:**

- A gyerekek gondozása, testi szükségletük kielégítése, az egészséges életmód, a testápolás, az étkezés, az öltözködés, a pihenés, a betegségmegelőzés és az egészségmegőrzés szokásainak alakítása.
- A gyerekek testi képességeinek fejlesztése, mozgásigényük kielégítése, harmonikus, összerendezett mozgásfejlődése, valamint az iskolába lépéshez szükséges szomatikus fejlettség elősegítése.
- A gyermekek fejlődéséhez, fejlesztéséhez szükséges megfelelő környezet és tárgyi feltételek biztosítása.
- A környezet védelméhez és megóvásához kapcsolódó szokások kialakítása, valamint a környezettudatos magatartás megalapozása.
- Megfelelő szakemberekkel és a szülővel együttműködve speciális gondozó, prevenciós és korrekciós testi, lelki nevelési feladatok ellátása.
- A dajka, felelős bevonása az egészséges életmód alakításába.

### **2.4. A pszichohigiénés nevelés**

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 (leszerelését), a stressz hatások 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 gyakorlat kiemelt feladata a gyermekek beilleszkedési képességének (a csoportba történő integrációjának) elősegítése, a kiemelt figyelmet igénylő gyermekek szociális integrációjának megvalósítása. A beilleszkedési képesség megvalósítása az alábbi személyiségfejlesztő tevékenységeket (akciókat) kívánja az óvodai csoportok életében (mindennapos nevelési programjában):

#### **b) Az alkalmazkodóképesség fejlesztése:**

Az egészség tiszta, harmonikus környezetet igényel, amelyben a fizikai, pszichikus, szociális és esztétikai tényezők egyensúlyt tartanak. Az egyednek az életben maradáshoz a környezet tényezőihez alkalmazkodnia szükséges. Az alkalmazkodás (adaptáció) valamely tárgyhoz, állapothoz való hasonulást, „hozzáilleszkedést”, aktív elfogadást, beállítódást jelent, illetve tartalmaz. Az alkalmazkodás az egészségtudományban a szervezetnek az adott környezeti és/vagy ingerfeltételekre adott elviselő reakcióját jelenti; az egészségfejlesztésben pedig az egyednek a szociális-kulturális normák és formák iránti elvárásait, a harmonikus személyközi kapcsolatokra és önmegvalósításra vonatkozó képességét és készségét fejezi ki.

Napjaink globalizációs környezete ilyen alkalmazkodóképességeket igényel a jövő polgáraitól:

### **c) Önismeret és önellenőrzés:**

Az egészség tartalmában olyan indikátorokat (változást jelző tényezőket) is tételezünk, amelyek az egészség tartalmát kisebb - nagyobb időközökben rendszeresen ellenőrzik, változtatják. Az egészség, mint folyamat a következő visszatekintő, önellenőrző és korrigáló pszichikus képességeket igényli az óvodáskorban:

#### **2.4.1. Az óvodapedagógus feladatai - pszichohigiénés nevelés:**

- A társkapcsolatok erősítése, az együttműködés fokozása személyesen, illetve csoportos tevékenységek során.
- A másik személy megismerése, elfogadása, kedvező társalgási kapcsolat kialakítása.
- A szegények egészségi lehetőségeinek megértése, javítása.
- A más származásúakkal, vallásúakkal, gazdagságúakkal együttműködés szorgalmazása.
- Más gyermekközösségekkel, egyesületekkel kapcsolattartás, barátkozás.
- Szolidaritás, bizalom a rászorulókkal szemben.
- A szegregáció elvének és gyakorlatának elutasítása.
- 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.
- Betegség esetén a betegviselkedés elfogadása.
- 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, más csoportokban).
- A meglevő testi - lelki szükségletek kommunikációjának és interakciós módszereinek (pl. a testbeszédnek) elemzése, korrekciója.
- Rendszeres egészségi ellenőrző vizsgálatok elvégzésének és a gondozás - ápolás módjainak elfogadása.

#### **2.5. A szociális egészség fejlesztési feladatai**



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.

Miután a biológiai, pszichikus és társadalmi tényezők között kölcsönhatás áll fenn, az egészségre ható tényezők társas - társadalmi hatássá is alakulhatnak, az óvodában elsajátított szociokulturális nevelő hatások ezért a gyermek későbbi életében is éreztetik hatásukat. 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 esélyegyenlőség magában foglalja a másság elfogadását, azaz egy olyan másik személynek egyenlő társaként történő elfogadását, aki a mindennapi életben, átlagos jellemzőkkel mérve, eltérő személyiség, és akit eltérése miatt a közösségből való kirekesztés veszélye fenyeget. Az elfogadás mércéjét az mutatja, hogy valaki mennyire hajlandó – a saját értékelése alapján – például egy sérültet, fogyatékos, szociálisan hátrányos helyzetű, kultúrában elmaradott személyt társadalmilag egyenértékű emberként elismerni, megérteni és befogadni.

Az egészség fogalmának modern, kompetenciaalapú értelmezése megköveteli, hogy a fogyatékossgot ne az alkalmatlanság vagy képesség hiányaként, főleg ne betegségi állapotként értelmezzük. Minősítsük a fogyatékossgot olyan élethelyzetűnek, akinek életminősége a környezete alakításával vagy sajátos neveléssel - oktatással javítható. (Hangsúlyozzuk, hogy az ép és a sérült gyermekek közötti különbség nem egészségügyi természetű!) A fogyatékossgal élő gyermekek életmódja, teljesítőképessége, érzelmi beállítottsága, érzékenysége egyéni jellegű, ezért minden gyermek egyéni bánásmódra tart igényt.

#### **2.6. Az integráló nevelés követelményeinek teljesítése**

Az óvodai nevelésben egyre szélesebb körben valósul meg az együttnevelés (integráló nevelés) társadalmi igénye az, hogy az óvoda nevelőközösségének tagjai a gyermek fogyatékossgát ne alkalmatlanságként, ne képesség hiányaként, betegségi állapotként értelmezzék, hanem olyan élethelyzetnek minősítsék, amelyben a környezet alakításával, sajátos neveléssel - oktatással a sérült életminősége javítható.



Hangsúlyozzuk, hogy az ép és a sérült gyermekek közötti különbség nem egészségi természetű.

A fogyatékossgal 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 óvodai nevelést is érinti a roma gyermekek óvodai integrációja, amelyet a nyelvi kommunikációs hátrányok és kisebbségi előítéletek, kedvezőtlen higiénés szokások, hagyományos viselkedési normák gátolnak, és akadályozzák a másság elfogadását. Az együttnevelést olykor az akadályok halmozódása tovább hátráltatja.

#### **2.6.1. Sajátos nevelési igényű gyerekek egészségfejlesztése:**

A köznevelési törvény rendelkezése alapján előírás az, hogy minden olyan 3 - 6 éves kisgyermek, aki csökkent érzékszervi és mozgásszervi fogyatékossgal, vagy a beszéd és értelmi fejlettség alacsonyabb fokával rendelkezik, és sajátos nevelést igényel, normál fejlettségű gyermekek közé, óvodai közösségbe felvételt nyerhet.

Az ilyen gyermekek óvodai gondozására - nevelésére csak azon óvoda vállalkozhat, amelyik az alapító okiratában ezen (céltudatos, tervszerű és szervezett) gondozó - nevelő kötelezettséget felvállalta. Az elvállalt sajátos nevelési igény teljesítésekor a fogyatékossg részleges vagy teljes körű módosításának, illetve a képességek eltérő ütemű fejlesztésének kötelezettségét kell vállalni. 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.

##### **a) Mozgásszervi fogyatékosok sajátos nevelése:**

A sajátos nevelési igényű gyermekek óvodai nevelése korai fejlesztésre épül. A kis lépések elvének alkalmazásához, a gyermekekre jellemző, cselekvésbe ágyazott képességfejlesztésükhöz kellő időt és alkalmat kell az óvoda napi programjában biztosítani. A kis lépésekben való haladás elve különösen az alábbi fejlesztésekre vonatkozik:

- alapmozgások kialakítására, fejlesztésére;
- a minimális kontaktus, kooperációs készség a nem szóbeli és a szóbeli kommunikáció fejlesztésére;
- beszélgetés kezdeményezése, aktív szókincs bővítésére, a beszédmegértés fejlesztésére, emlékezeti megtartás gyakorlására;
- az alapvető önkiszolgálási szokások kialakítására, az ehhez szükséges jelhasználat és logikai funkciók fejlesztésére.



Sajátos nevelési feladatot jelent a beszédhibás gyermekek fejlesztő nevelése. A beszédszervek organikus vagy funkcionális elváltozása, a központi idegrendszer sérülése, vagy valamely pszichikus ok a gyermek beszédzavarához vezethet, és a hangképzés különböző rendellenességét (artikulációs zavar, dadogás, hadarás, pöszeség, orrhangzós beszéd) válthatja ki. A beszédzavar óvodai körülmények között leggyakrabban félelmi, izgalmi, kudarckerülés hatására lép fel. A beszédhibák korrekciója logopédiai feladat, szakszerű megoldásához szakember segítségét kell kérni, ugyanis a beszédhiba a gyermek értelmi fejlődését, szociális kapcsolatainak alakulását akadályozhatja.

#### **b) Értelmi fogyatkozású gyermekek nevelése:**

Az értelmi fogyatkozású, elmaradottságú (retardált) gyermekekkel kapcsolatos speciális óvodai nevelés tartalma egyedi jellegű. A gyengén értelmi fogyatkozású gyermek ugyan értelmileg károsodott (organikusan vagy funkcionálisan sérült), mégis a nem fogyatékos csoportba – megfelelő pedagógiai program segítségével – sikeresen integrálható, együttnevelhető. Az óvodai közösségbe való felvételhez tájékoztatóul szolgál az óvodapedagógus részére a gyermek intelligenciahányadosa (IQ): 0,70–0,80 pont alatt: határeset; 0,50–0,70 pont: enyhén fogyatékos (debilis); 0,25–0,50 pont: közepesen fogyatékos (imbecillis).

Az értelmileg retardáltak speciális fejlesztését biztosító pedagógiai célok a (normál) óvodai csoportban az alábbiak lehetnek:

- a fogyatékos elfogadtatása a társaitól és a társak elfogadása a fogyatékestől;
- szükségleteinek jelzése, a jelzés fogadása a közösségben, a jelek kódolása;
- mozgásszükséglet kielégítése, társkapcsolat alakítása, befogadás;
- kommunikációs készség gyakorlása, fejlesztése;
- közösségi tapasztalatszerzés, normatartás;
- emlékezetgyakorlás, önálló problémamegoldás.

#### **c) 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. Az óvodapedagógus az autista gyermeket elzárkózásáról, különc és ismétlődő viselkedéséről, különc gesztusáról és beszédritmusáról, feltűnő mozgásismétléséről (pl. repkedő kézmozgás, lábujjhegyen járás) és játékaról, rutincselekvésekhez való ragaszkodásából, érzelmes kitöréseiből ismerheti fel.

E társkapcsolati és kommunikációs jellemzők esetén a gyermek fejlődésének és egészségfejlesztésének alapfeltétele a társkapcsolati és kommunikációs készség (ismétlés, gyakorlás útján történő) fejlesztése: a gyermek játszótársként való elfogadtatása, mert a társkapcsolattal 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.

### **2.6.2. Szociális hátrányúak nevelési sajátossága:**

A társadalmi beilleszkedés és az eredményes személyiségfejlesztés szempontjából meghatározó jelentőségű a mélyszegénységben élő, rossz családi körülmények között nevelkedő gyermekek óvodai integrált nevelése. A halmozottan hátrányos helyzetű gyermekek óvodai „megelőző” egészségneveléséhez szükség lehet a gyermekvédelmi szakhálózat (jogi, pedagógiai, egészségfejlesztő) segítségét kérni, az óvodaszék, a szülői szervezetek, munkaközösségek társadalmi összefogását is igénybe venni. Az óvodapedagógiai gyakorlatban a szülők társadalmi integrációjának segítésére többféle módszer és alkalom alakult ki. Ezek közül ismertebbek: klubfoglalkozások, munkadélutánok, közös séták, kirándulások, orvosi tanácsadás, csoport szülői értekezletek.

Kiemelt figyelem mutatkozik meg a **roma származású gyermekek** integrált óvodai nevelése során. Az integrált nevelés megoldása a társadalmi beilleszkedés szempontjából meghatározó jelentőségű, elősegíti a roma népesség sajátos gazdasági, kulturális hátrányos helyzetének felszámolását, a másság kedvező társadalmi megítélését.

A kiemelt figyelem okai:

- Különbözik a roma gyermekek családi szocializációja és kulturális mintája, más a családi (törzsi) hagyománya.
- Mutatkoznak nyelvi kommunikációs (szövegértési) hátrányok (főleg a beás és az oláhcsigány családok mintája következtében).
- Magas arányú a szülők munkanélkülisége, vele együtt a család szegénysége.
- A gyermekszegénység minden hátrányával együtt öröklődik.
- A roma családokban élők egészségi állapota az átlagosnál rosszabb, jelentős arányú a szenvedélybetegek száma.
- A társadalomban még él a roma származásúak hátrányos megkülönböztetése, előítélete, a gyermekek elkülönítő nevelésére törekvés.
- Gyakori a roma gyermekek óvodai nevelésből való kimaradása, megszakítása.

### **2.6.3. Az óvodapedagógus feladatai:**

- A másság elfogadtatása a gyermekközösséggel.
- Az óvodapedagógusnak hangoztatott elve legyen az, hogy a fogyatkozással élő gyermek nem beteg, hanem más. Más az életmódja, más a teljesítménye, több segítséget igényel.
- Elő kell segíteni, hogy a gyermek önállóan tudjon közlekedni (eligazodni), szükségleteit (kívánságait) jelezni, az óvodai személyzettel kommunikálni és a csoportban szokásos viselkedést megvalósítani.
- A befogadás megvalósításának előfeltétele az érzelmes bemutatás. Lényege az, hogy az óvodapedagógus ismerteti a gyermek nevét, azt, hogy az új óvodás szívesen jött a csoportba, majd utal arra, hogy a közös élet, a játékos mindennapok során milyen figyelmesség mellett fogja ő is jól érezni magát a csoportban. Ezt követően az óvodapedagógus mutassa be a csoport játékait, a játékok elvételének



(megszerzésének) és visszahelyezésének módját, mutassa be a tisztálkodás és WC-használat módját, az étkeztetés rendjét és az alvási lehetőséget. Mindezt az óvodapedagógus a dajka segítségével azért tegye meg, hogy a kisgyermek gyorsabban tájékozódjék a csoportban, az új helyzetben keletkezett féelme, szorongása megelőzhető legyen.

- Sajátos nevelési eljárásként alkalmazzuk a sérült gyermek előzetes bemutatását a csoportnak, majd a megérkezéskor olyan bemutatását, amely a segítés, a barátkozás, a közös játék lehetőségeit és eszközrendszerét részletezi.
- A következő lépés a sérült gyermek alkalmazkodási kényszerének feloldása: az ismeretlen óvodai környezet, az ismeretlen felnőttek és gyermekek, az óvoda napirendje, életrendje alkalmazkodási kényszerének feloldása.
- A roma származású gyermekeknek a családból az óvodai közösségbe való átmenetének segítését.
- 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.

## 2.7. Bántalmazás és erőszak megelőzése

A WHO definíciója:

„A gyermek bántalmazása és elhanyagolása (rossz bánásmód) magában foglalja a fizikai és/vagy érzelmi rossz bánásmódot a szexuális visszaélés, az elhanyagolás vagy hanyag bánásmód, a kereskedelmi vagy egyéb kizsákmányolás minden formáját, mely a gyermek egészségének, túlélésének, fejlődésének vagy méltóságának teljes vagy potenciális sérelmét eredményezi egy olyan kapcsolat keretében, amely a felelősségen, bizalmon vagy hatalmon alapul.”

**Elhanyagolást** jelent, ha a szülő vagy a gondviselő rendszeresen elmulasztja a gyermek alapvető szükségleteinek kielégítését, védelmét, felügyeletét, amely súlyos ártalmat okoz, vagy ennek veszélyével fenyeget bármelyik területen: egészség, oktatás, érzelmi fejlődés, táplálkozás, lakhatás, és biztonságos körülmények, amely veszélyt jelent vagy nagy valószínűséggel jelenthet a gyermek egészségi állapotára, mentális, lelki és spirituális, erkölcsi és szociális fejlődésére.

**Érzelmi elhanyagolást** jelent az érzelmi biztonság, az állandóság, a szeretetkapcsolat hiánya, a gyermek érzelmi kötődésének durva mellőzése, elutasítása, a gyermek jelenlétében történő erőszakos, durva, támadó magatartás más családtaggal szemben.

**Fizikai elhanyagolást** jelent az alapvető fizikai szükségletek, higiénés feltételek hiánya, a felügyelet hiánya, a gyermek védelmének elmulasztása olyan esetekben, amikor veszélynek van kitéve. Ide sorolható az orvosi ellátás késleltetése, az orvosi utasítások be nem tartása, a védőoltások beadatásának indokolatlan elmulasztása, késleltetése.



A **gyermekbántalmazás** azt jelenti, ha valaki sérülést, fájdalmat okoz egy gyermeknek, vagy ha a gyermek sérelmére elkövetett cselekményt – bár tud róla, vagy szemtanúja - nem akadályozza meg, illetve nem jelenti.

**Fizikai bántalmazás** az a szándékos cselekedet, vagy gondatlanság (így különösen ütés, rázás, mérgezés, égés, fulladás, közlekedési baleset, stb.), amely a gyermek fizikai sérüléséhez, halálához vezet vagy vezethet. Ide sorolható a közlekedés során elkövetett gondatlan veszélyeztetés (gyermekülés hiánya, ittas vezetés, kivilágítatlan kerékpár stb.)

Az **érzelmi bántalmazás** azt a rendszeres, hosszú időn át tartó érzelmi rossz bánásmódot jelenti, amely súlyos és tartósan káros hatással van a gyermek érzelmi fejlődésére. Ez magában foglalja annak közvetítését a gyermek felé, hogy értéktelen, el nem fogadott, nem kívánt és nem szeretett. Jelenthet az életkornak, vagy a fejlettségnek nem megfelelő elvárások támasztását a gyermekkel szemben (pl. szobatisztaság időelőtti erőltetése, a képességekhez nem igazodó követelmények). Ide tartozik a gyermekekben állandó félelemérzet, vagy szorongás keltése, megszegényítés, állandó kritizálás, az érzelmi zsarolás, a gyermek kihasználása. Az érzelmi bántalmazás súlyos formája az olyan élethelyzet, amelyben a gyermekszem és fültanúja más bántalmazásának. Az érzelmi bántalmazás mindezen komponenseket magába foglalhatja, de egymagában is jelentkezhet. Különleges ellátást és kezelést igényel, ha gyermek bántalmaz gyermeket. Ezekben az esetekben egy gyermeket egy másik gyermek, vagy gyermekek csoportja a konfliktusok szokásos kezelésén túl ismételt – fizikailag, lelkiileg bántalmaz, vagy szexuálisan molesztál. A probléma kezelésénél igen fontos, hogy az áldozat és az elkövető egyaránt kapjon megfelelő segítséget. Speciális terület a testvérbántalmazás, annak érzelmi vonatkozásai, indulati tartalma miatt.

#### 2.7.1. Az óvodapedagógus feladatai:

- Az intézmény közreműködik a gyermekek veszélyeztetettségének megelőzésében és megszüntetésében, ennek során együttműködünk a gyermekjóléti szolgálattal, illetve a gyermekvédelmi rendszerhez kapcsolódó feladatot ellátó más személyekkel, intézményekkel és hatóságokkal. Ha a gyermeket veszélyeztető okokat pedagógiai eszközökkel nem tudjuk megszüntetni, segítséget kérünk a gyermekjóléti szolgálattól.
- A pedagógus alapvető feladata a rábízott gyermekek, tanulók nevelése, tanítása. Ezzel összefüggésben kötelessége különösen, hogy közreműködjön a gyermek- és ifjúságvédelmi feladatok ellátásában, a gyermek fejlődését veszélyeztető körülmények megelőzésében, feltárásában, megszüntetésében.
- A gyermekek szüleit a nevelési év kezdetekor tájékoztatjuk a gyermek- és ifjúságvédelmi felelős személyéről, valamint arról, hogy milyen időpontban és hol kereshető fel. Ez az időpont egybeesik a pedagógus fogadóórájának idejével, ami az intézményben ki van függesztve.
- A gyermekek minden erőszakos cselekvéssel kapcsolatosan érzékenyek. Nem csak az erős fizikai ingerek okoznak az óvadás gyermekeknél egészségkárosodást, hanem az erőszakos cselekmények (brutalitás, vérengzés, gyilkosság) látványa is. Szükség esetén, illetve adandó alkalommal felhívjuk a szülők figyelmét erre a problémára, sarkalljuk őket arra, hogy csak mértékkel, illetve csak a gyermekeknek szóló műsorok nézését engedjék gyermekeik számára.



## **2.8. A dohányzás megelőzés**

Felmérések igazolják, hogy az óvodás gyermekek családjának több mint felében él dohányzó felnőtt, aki kedvezőtlen mintát nyújt a gyermek számára. A dohányzás megelőzésében és visszaszorításában jelentős szerep jut az óvodapedagógusoknak és az óvodatechnikai személyzetének. Az óvoda felnőtt dolgozói modellt, mintát jelentenek a gyermekek számára, ezért az óvodai dolgozók nagyobb felelősséggel tartoznak személyes példamutatásukért. Az óvoda feladata minden olyan helyzet elkerülése, amely a gyermeknek kedvezőtlen mintaként szolgálhat.

Az óvoda egész területe dohánymentes terület. Törekszünk arra, hogy intézményünk dohányzó dolgozói fokozatosan egyre kevesebbet dohányozzanak. A szülőket is ösztönözzük arra, hogy pozitív példát mutassanak, és ez által a gyermekek otthon is dohánymentes környezetben élhessenek.

### **2.8.1. Az óvodapedagógus feladatai:**

- Szabad játék keretén belül egészségfejlesztő játék irányítása, szabad beszélgetés
- "Egészség – betegség" projektünk rendszeres tervezése.
- A védőnő meghívása csoportjainkba.
- A házi gyermekorvos meglátogatása, beszélgetés a témával kapcsolatban.

A téma rendszeresen, különösebb tervezés nélkül spontánul is jelentkezik. Elsősorban azt szeretnénk, hangsúlyozni, mennyivel egészségesebb és kellemesebb a tiszta, friss levegő, mint a füstös, elhasznált, bűdös levegő. Tudatosítjuk a gyermekekben, hogy a dohányzás káros, nem tesz jót az egészségünknek, de nem szeretnénk bűnbakot képezni a gyermekek előtt azokból a szülőkből, akik nem tudnak erről a káros szokásukról lemondani. Az egészségnevelés ezen a területen inkább a szülők meggyőzésére korlátozódik.

## **2.9. Baleset megelőzésére nevelés és elsősegélynyújtás**

Nem elég az egészséget megvédeni, de a váratlan események, balesetek megelőzésével az életet is szükséges védeni. Mivel az óvodás korú gyermekeknek életkori sajátosságából eredően nincs veszélyérzete, ezért a mi feladatunk testi épségük megőrzése, és figyelmük ráirányítása a környezet veszélyeire.

Gyermekebalesetnek minősül minden olyan baleset, ami akkor történik, amikor a gyermek az óvoda felügyelete alatt áll. A gyermek testi épségének megóvásáról és erkölcsi védelméről történő gondoskodás az óvodába történő belépéstől annak jogszerű elhagyásáig terjed, valamint az óvodán kívül tartott programok ideje alatt.

Célunk a gyermekek egészségének és testi épségének védelme.

Feladatunk egészségvédő, balesetmegelőző ismeretek, egészségvédő készségek kialakítása, gyakorlása, ellenőrzés, folyamatos korrekció.

### **2.9.1. A feltételek biztosítása:**

Év elején és a továbbiakban szükség szerint megbeszéljük az óvoda belső és külső terének balesetvédelmi szabályait, a helyes és helytelen viselkedésmódokat.

Megismertetjük gyermekeinkkel azokat a helyes magatartási formákat, amelyek betartására a balesetek elkerülése végett szükség van.



Megismertetjük gyermekeinkkel a játék és taneszközök, valamint a tevékenységek során használt egyéb eszközök biztonságos használatát. Ezen eszközök használatának biztonságossá tétele gyakorlással történik (olló, tű, kés, villa, stb.).

A közlekedés szabályainak megismertetését séták során a valós környezetben ismertetjük meg a gyerekekkel, szituációs, valamint szabályjátékok során gyakoroljuk.

Az előírt szabályzók betartásával gondoskodunk az intézményben használatos vegyszerek zárható helyiségben történő elhelyezéséről, és minden egyéb, a balesetvédelmi és tűzvédelmi utasításban foglalt tudnivaló betartásáról.

Minden tagóvodában megbízott, képzett elsősegélynyújtó személy dolgozik, és biztosított elsősegélynyújtó alapfelszerelés.

Az intézmény, védő, óvó előírásai, óvodapedagógusok, a munkavállalók feladatai, a Békési Kistérségi Óvoda és Bölcsőde SZMSZ **X. Az intézményi óvó-védő előírások 25.§ A rendszeres egészségügyi felügyelet és ellátás rendje - 26.§ A nevelőmunka biztonságos feltételeinek megteremtése intézményen kívül** - fejezetben kerültek rögzítésre.

### **III. Kapcsolattartás, együttműködés**

#### **3.1. Kapcsolat a szülőkkel**

##### **3.1.1. A család és az óvoda nevelési elveinek összehangolása**

„Az óvodás korú gyermek nevelésének elsődleges színtere a család.”

(Óvodai Nevelés Alapprogramja 363/2012.XII.12. Korm. rend. Az óvoda a családdal együtt, azt kiegészítve segíti a gyermek fejlődését, figyelembe veszi a családok sajátosságait, szokásait, érvényesíti az intervenciós gyakorlatot: családhoz illesztett segítségnyújtást.”

A gyermek az egészséges életmódra vonatkozó ismereteit és magatartásmintáját a családból hozza magával az óvodába. A szülők egészségkultúráltsága valamint az óvodai egészségvédelemmel való kapcsolatuk jelentős tényező az egészségpedagógiai óvodai program megvalósításában. A szokásalakítás alapja a példamutatás, a tevékenységek gyakori végzése, ismételése. Az óvodai szokásokról a szülőket is tájékoztatjuk, hiszen azok megszilárdulásának feltétele az egységes szemlélet. A szülőket többféle módon is tájékoztatjuk programunkról: szülői értekezlet, fogadó óra, spontán beszélgetések formájában.

##### **3.1.2. Szülői értekezletek, fogadóórák, spontán beszélgetések**

A szülői értekezleteken tervezetten tájékoztatjuk a szülőket az óvodában folyó egészségnevelő munkánkról, a gyermekek egészségének megóvása, fenntartása érdekében megvalósítandó terveinkről. Fogadóórák keretében személyre szabottan tudunk tanácsot nyújtani a szülőknek a konkrétan fennálló problémákkal kapcsolatban, szükség esetén szakember (pl. védőnő) segítségének bevonásával. A váratlanul jelentkező problémák esetén, illetve ha azonnali lépésekre van szükség, késlekedés nélkül reagálunk és megkeressük a legmegfelelőbb megoldást.

#### **3.2. Együttműködés az egészségügyi szakszolgálattal (orvossal, védőnővel)**

Az óvoda egészségfejlesztő pedagógiai tevékenysége beágyazódik a gyermek egészségügyi szakhálózat szervezeti tevékenységébe. Az iskolai (óvodai) egészségügyi ellátás feladatait és feltételeit a (26/1997.) NM rendelet írja elő. Az óvodai gyermek- egészségügyi szolgálat és az

óvodapedagógus együttműködése rendszerileg kiterjed a gyermek egészségügyi ellenőrző vizsgálatokra, az óvodai egészségnevelésre, a pedagógusokra, szülőkre, és gyermekekre, vonatkozó egészségmegelőző és fejlesztő tevékenységekre. A csoportos szűrővizsgálatok megszervezése megköveteli az óvodapedagógustól és a védőnőtől az orvosi kezelésektől való félelem leszerelését. Minden egészségügyi vizsgálat együttes védőnői és óvodapedagógusi előkészítést, megbeszélést igényel.

### **3.2.1. Egészségügyi felügyelet és ellátás:**

Az óvoda működése során az Állami Népegészségügyi és Tisztiorvosi Szolgálat által előírt szabályokat köteles betartani, különös tekintettel a fertőtlenítésre, a rendre, a tisztaságra.

A tanköteles gyermekek hallásvizsgálata is évi egy alkalommal történik

A védőnő munkaterv szerint látogatja az intézményt.

Békés, 2021. augusztus 31.

Módosítva: 2022. augusztus 31.