Ewaluacja programu

„ŻYJMY ZDROWO”

dla wychowanków
Ośrodka Rehabilitacyjno Edukacyjno Wychowawczego w Krośnie

Autorzy programu:
Beata Przybyła
Dorota Opalińska
Tomasz Szelc

WARUNKI REALIZCJI PROGRAMU

Planowanie i organizowanie sytuacji sprzyjających zdobywaniu wiedzy, wytwarzaniu odpowiednich nawyków, umiejętności oraz kształtowaniu właściwych postaw i zachowań prozdrowotnych.

Wprowadzanie atrakcyjnych metod i form pracy (pokaz, praktyczne działanie, komunikacja alternatywna, metody audiowizualne, metody aktywizujące).

Dostosowanie programu do możliwości poszczególnych wychowanków.

Program realizowany był od stycznia 2011 do czerwca 2012 roku.

Program został napisany dla wybranej grupy wychowanków Ośrodka Rehabilitacyjno Edukacyjno Wychowawczego w Krośnie.

Program edukacji zdrowotnej: „Żyjmy zdrowo” miał na celu:

-zapoznanie wychowanków z działaniami sprzyjającymi utrzymaniu zdrowia;

-wprowadzanie w codzienne życie praktyk prozdrowotnych;

-rozwijanie wychowanków pod względem poznawczym, społecznym, emocjonalnym i ruchowym.

OBSZARY TEMATYCZNE

1. ODŻYWIANIE
2. RUCH
3. BEZPIECZEŃSTWO
4. HIGIENA
5. ZDROWIE

„ZDROWE ŻYWIENIE”

Wychowankowie
dbają o zdrowe odżywianie

Rozpoznają produkty szkodliwe dla zdrowia

Rozpoznają produkty dobre dla zdrowia

…Rozpoznają
warzywa i owoce…

Przejawiają motywację do wyboru zdrowej żywności

Rozumieją potrzebę
zachowania umiaru
w jedzeniu słodyczy
i innych niezdrowych produktów

Wybierają w sklepie produkty służące zdrowiu

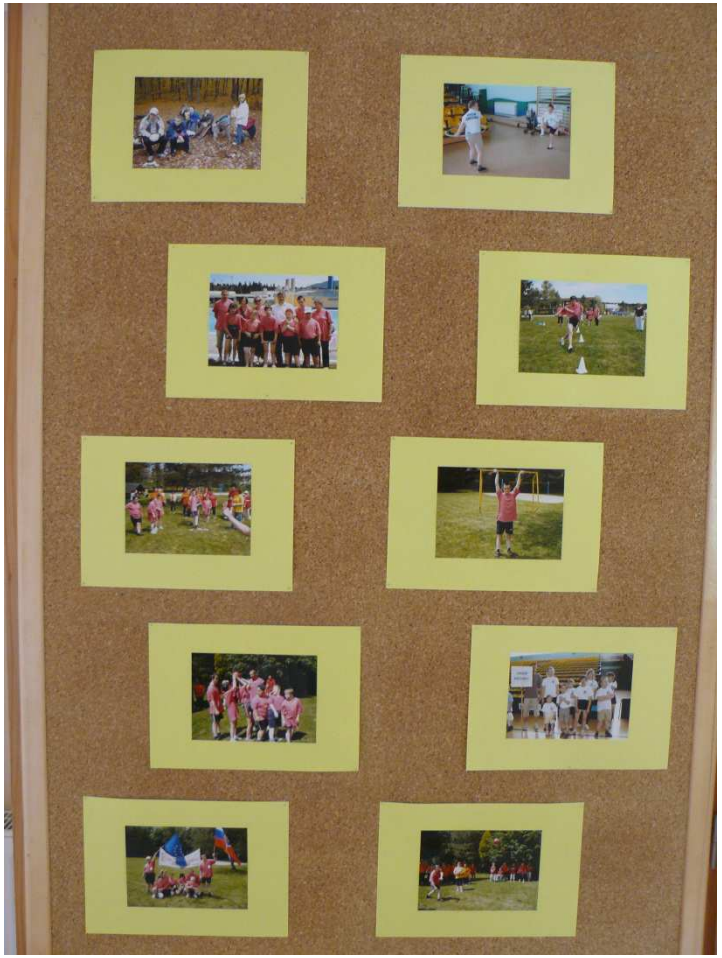
Przygotowują sok ze świeżych owoców

Przygotowujemy surówkę

Przygotowują sałatkę owocową

…wszystko jest takie smaczne…

GAZETKA PROMUJĄCA PROGRAM „ŻYJMY ZDROWO”



Konkurs
„Żyjmy zdrowo”

STOISKO ZE ZDROWĄ ŻYWNOŚCIĄ

Konkurs
„ZDROWO – KOLOROWO”

Konkurs
„ZDROWO – KOLOROWO”

„PRZEZ RUCH DO ZDROWIA”

Wychowankowie
dbają o ruch fizyczny
i gimnastykę ciała

Rozwijają gibkość

Rozwijają skoczność

Rozwijają koordynację ruchową (równowagę)

Rozwijają szybkość

Rozwijają wytrzymałość

Rozumieją zasadę współzawodnictwa podczas konkurencji sportowych

Uczestniczą
w grach i zabawach
na świeżym powietrzu

Wyrabiają nawyk prawidłowej postawy ciała

„DBAM O MOJE CIAŁO”

Wychowankowie
dbają o higienę własną

Rozpoznają przybory toaletowe na konkretach i symbolach PCS

… wskazują konkretne przybory toaletowe i symbole PCS

Przygotowują przybory toaletowe w zależności od rodzaju czynności higienicznych

…dobierają odpowiednie obrazki z przyborami toaletowymi do rodzaju czynności higienicznych…

Rozumieją znaczenie wykonywania toalety całego ciała jak też poszczególnych jego części

Wykonują toaletę twarzy, zębów, rąk z przestrzeganiem etapów wykonywania poszczególnych czynności

…myją poszczególne części ciała zawsze według potrzeby

Rozpoznają ubrania czyste i brudne

…segregują..

…samodzielnie wybierają czyste ubrania i zmieniają je w razie potrzeby…

„JAKA POGODA, TAKIE UBRANIE”

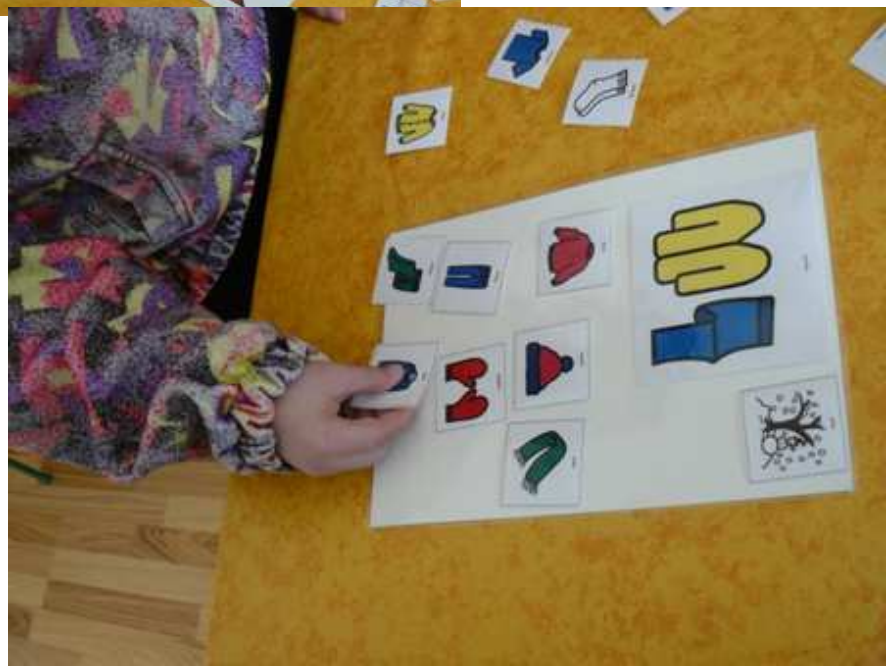
Wychowankowie
ubierają się stosownie
do warunków atmosferycznych

Wybierają poszczególne
części garderoby
na konkretach
i symbolach PCS

Wybierają odpowiednią część garderoby i potrafią dopasować do poszczególnych części ciała

…rozpoznają warunki atmosferyczne panujące na dworze…

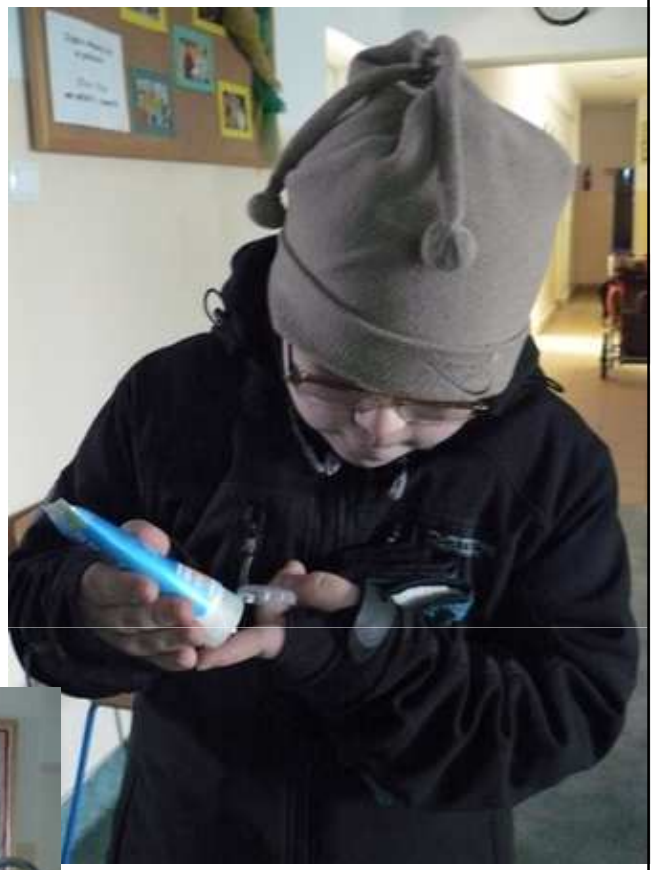
…wybierają odpowiednie obrazki, symbole PCS określające pogodę za oknem…



…wybierają odpowiednią część garderoby stosownie do temperatury na dworze…

…ubierają się stosownie do warunków panujących na dworze…

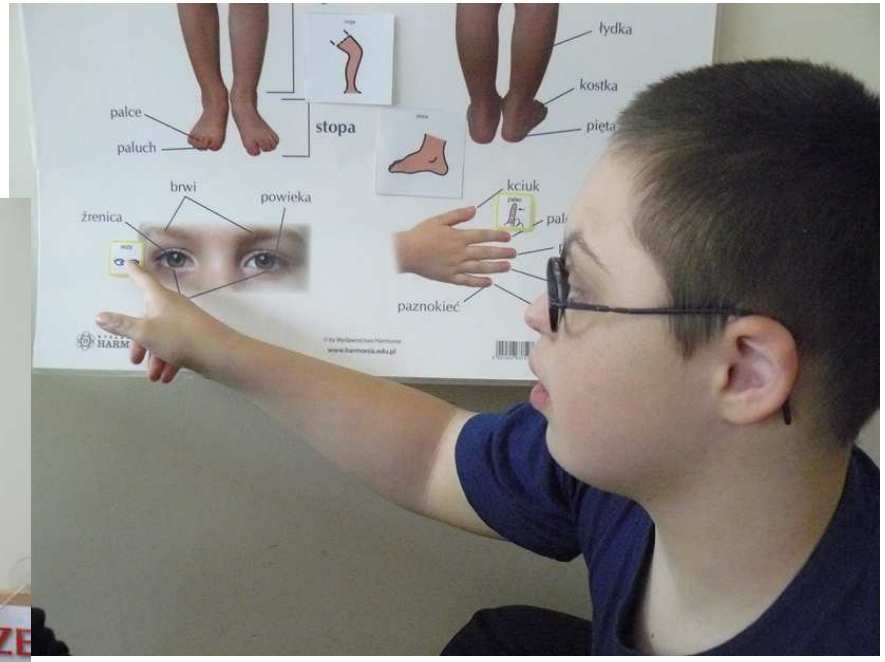
…chronią skórę przed mrozem i działaniem promieni słonecznych, smarują twarz przed wyjściem na spacer…

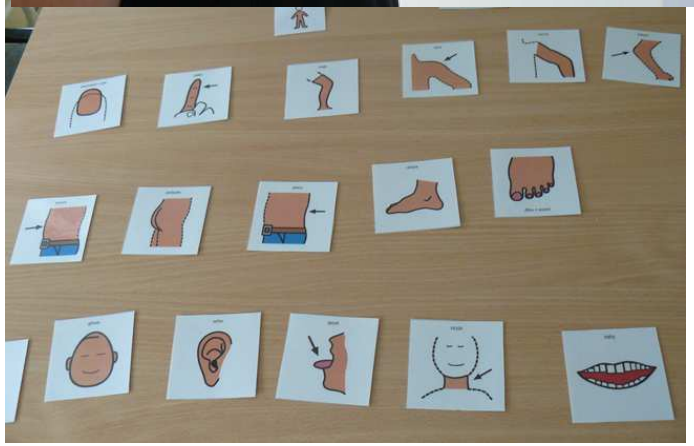


„MÓJ STAN ZDROWIA”

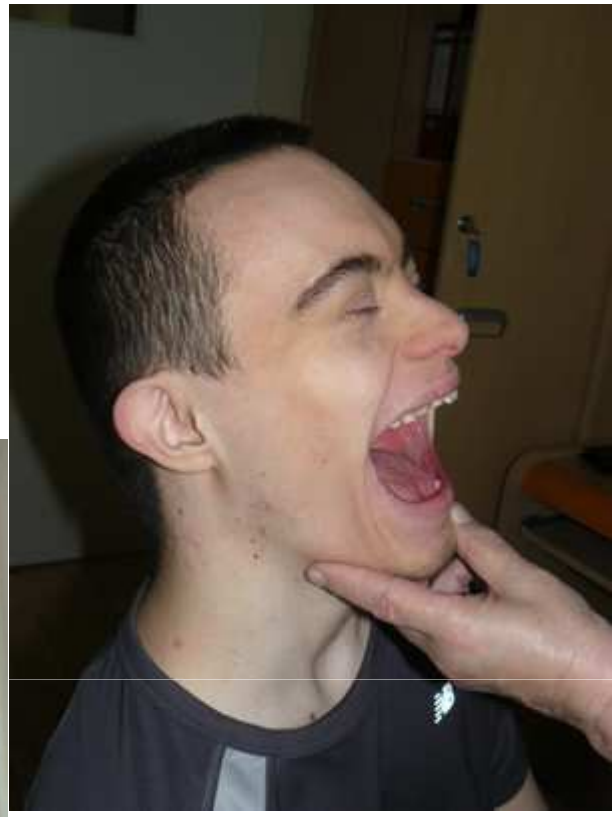
Wychowankowie rozpoznają u siebie oznaki choroby, potrafią wskazać miejsce bólu

Wskazują i nazywają poszczególne części ciała

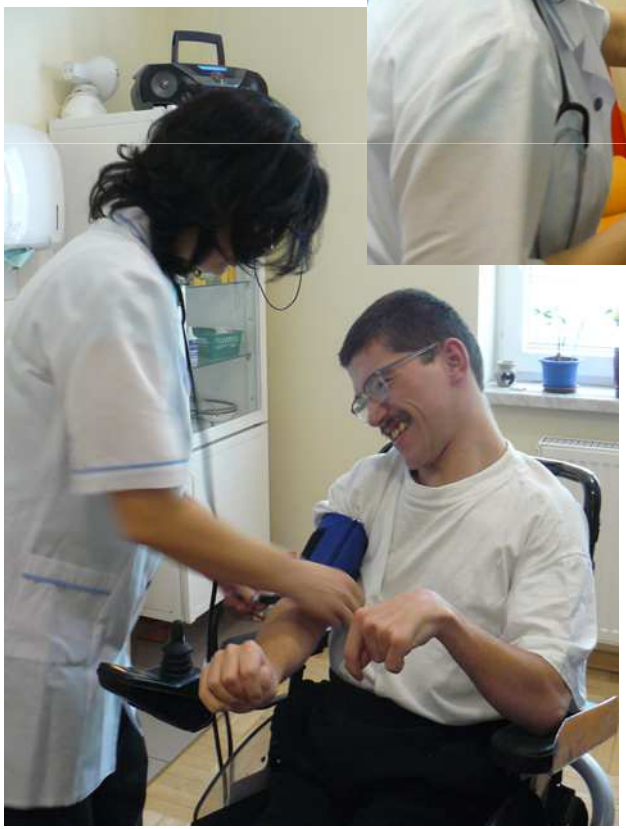




Potrafią określić
źródło bólu



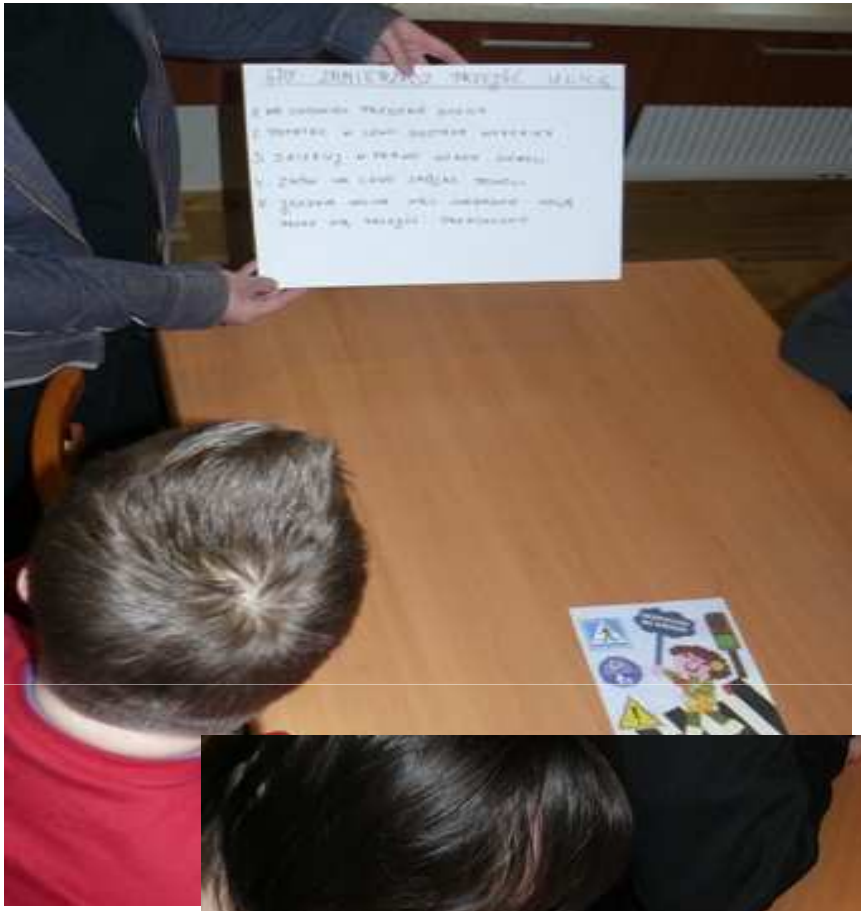
Zgłaszają dolegliwości i skaleczenia, dostrzegają uraz



Idą bez sprzeciwu do lekarza

„CZUJĘ SIĘ BEZPIECZNIE W DOMU I NA ULICY”

Wychowankowie
dbają o własne bezpieczeństwo



Zapoznają się z zasadami bezpiecznego przechodzenia przez jezdnię

Rozpoznają przejście dla pieszych

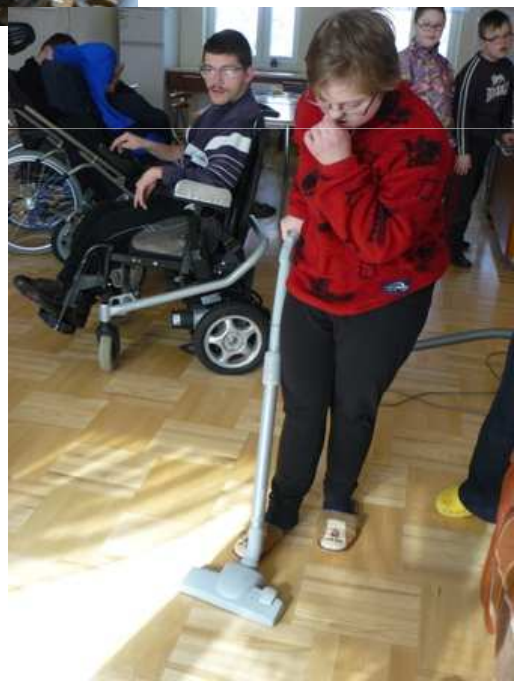
…przechodząc przez ulicę zatrzymują się przed przejściem dla pieszych…

Kojarzą kolor zielony z możliwością

Obserwują sygnalizację świetlną, przechodzą przez jezdnię gdy świeci światło zielone

Przestrzegają zakazu oddalania się od grupy

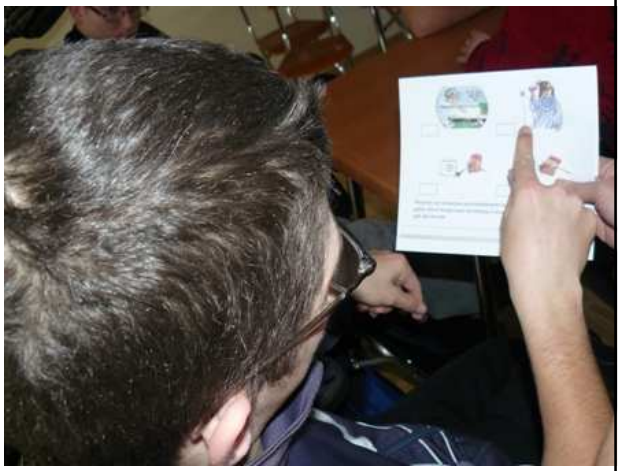
Zapoznają się z instrukcją bezpiecznego korzystania z urządzeń elektrycznych



…bezpiecznie podłączają i odłączają sprzęt elektryczny…

Bezpiecznie korzystają z urządzeń elektrycznych

…posługują się tymi urządzeniami pod nadzorem opiekunów…



Potrafią rozpoznać sytuację zagrożenia

…w razie potrzeby zgłaszają opiekunowi sytuację zagrożenia…

Zaobserwowane efekty i korzyści płynące z realizacji programu **„ŻYJMY ZDROWO”**

Wdrożony program prozdrowotny odniósł pożądany wpływ na wychowanków, ponieważ…

Wychowankowie

- Przyswoili działania sprzyjające utrzymaniu zdrowia
- Utrwalili wprowadzone w codzienne życie praktyki prozdrowotne
- Wzbogacili wszechstronny rozwój

Wnioski:

- **Kontynuować tematykę zawartą w programie, zarówno na zajęciach integracyjnych, jak również na prowadzonych przez nauczycieli zajęciach w poszczególnych zespołach**
- **Zorganizować szkolenie dla rodziców dotyczące wdrażania praktyk prozdrowotnych na terenie środowiska rodzinnego**
- **Zorganizować spotkanie, gdzie rodzice będą mogli obejrzeć pracę swoich dzieci**
- **Tworzyć ciekawe pomoce dydaktyczne**