

PLAN KONKURSU EKOLOGICZNO-PROZDROWOTNEGO: „Życ bezpiecznie i zdrowo”

Data: kwiecień 2016 r.

Prowadząca: Małgorzata B.

Wiek dzieci: 5-6 lat

Miejsce: Przedszkole nr 13 w Chorzowie

Cele konkursu:

- propagowanie od najmłodszych lat wiedzy prozdrowotnej;
- wiedzy na temat bezpiecznego poruszania się po drodze i przedszkolu;
- szerzenie zdrowego i higienicznego trybu życia;
- kształtowanie prawidłowych nawyków żywieniowych;
- wdrażanie do działań profilaktycznych na rzecz ochrony zdrowia i życia.

Kategorie pytań i zadań:

1. Bezpieczeństwo na drodze.
2. Bezpieczeństwo w przedszkolu.
3. Higiena.
4. Postawa ciała.
5. Ubiór a pogoda.
6. Odżywianie się.
7. Właściwy wypoczynek.

Stosowane formy: teoretyczne i praktyczne: pytania zamknięte i opisowe, rebusy, zagadki słowne i obrazkowe, zadania dydaktyczne i plastyczne, historyjki obrazkowe, łamigłówki;

Realizacja konkursu: 2 etapy: I etap – 12 osób (po 3 z każdej grupy dzieci 5-cio i 6-letnich), do II-go przechodzi 5 dzieci z najlepszymi wynikami (etap bardziej praktyczny);

PRZEBIEG KONKURSU:

ETAP I:

Dział I: BEZPIECZEŃSTWO:

a) PYTANIA:

1. Gdzie należy przechodzić przez ulicę (w jakich miejscach)?
2. Kiedy i jak możemy przejść przez jezdnię (sygnalizacja, pasy)?
3. Którędy poruszają się piesi, a po czym pojazdy?
4. Czego nie należy robić w pobliżu jezdni?
5. Czy dzieci chodzące do przedszkola mogą same przekraczać ulicę?
6. Co oznaczają poszczególne kolory sygnalizacji świetlnej?
7. Gdzie należy grać w piłkę?
8. Dlaczego dzieci nie mogą same korzystać z urządzeń technicznych?
9. Co zrobisz, jak nieznane zwierzę zbliży się do ciebie?
10. Wymień 3 pojazdy, które w razie potrzeby mogą jechać na sygnale.
11. Po kogo należy zadzwonić, gdy komuś dzieje się krzywda, ktoś nas okrada?
12. Na czym polega praca strażaka? Jaki jest kolor wozu strażackiego?

b) PYTANIA ZAMKNIĘTE: tak-nie:

1. Czy można brać od osób nieznajomych słodycze?
2. Czy można dotykać nieznane zwierzęta? Dlaczego?
3. Czy można się bawić w opuszczonych budynkach i na placu budowy?
4. Czy można wsiadać do samochodu nieznanej nam osoby?
5. Czy można otwierać drzwi nieznajomemu lub rozmawiać z nim na ulicy?
6. Czy można kąpać się w basenie i na plaży, gdy w pobliżu znajduje się ratownik?
7. Czy można dotykać urządzeń elektrycznych mokrymi rękami?
8. Czy małe dzieci mogą używać samodzielnie noży? Dlaczego?
9. Czy można zbiegać po schodach?
10. Czy w czasie silnego słońca należy osłaniać głowę i dlaczego?
11. Czy przy obiedzie i zajęciach można huśtać się na krzeselkach?
12. Czy dzieci mogą same włączać czajnik, by ugotować sobie wodę?

c) ZADANIA, REBUSY, ZAGADKI:

1. Pokoloruj światła sygnalizatora wg postępowania kotka (zad. 1)

Dział II: HIGIENA (i ochrona środowiska):

a) PYTANIA:

1. Jak często należy się myć?
2. Ile razy dziennie powinno się myć zęby? Kiedy i jak czyścić zęby, by były zdrowe?
3. O czym należy pamiętać przed jedzeniem?
4. Jedząc owoce i warzywa musimy pamiętać, żeby...
5. Co musimy zawsze zrobić, po skorzystaniu z ubikacji?
6. Wymień 3 rzeczy, jakie wrzucimy do pojemnika z napisem: PAPIER;
7. Co jest potrzebne do mycia zębów?
8. Wymień 4 przedmioty, które służą do porannej lub wieczornej higieny ciała.
9. Dlaczego brud jest groźny?
10. Kto to jest przyjaciel przyrody?
11. Co należy zrobić ze śmieciami, będąc na wycieczce w lesie, nad jeziorem?
12. Czego nie wrzucisz do pojemnika na metal?

b) PYTANIA ZAMKNIĘTE: tak-nie:

1. Czy wolno łamać gałęzie drzew?
2. Czy wolno myć samochody w rzece?
3. Czy powietrze zanieczyszczają kominy, fabryki i zakłady przemysłowe?
4. Czy powietrze zanieczyszcza jazda rowerem i tramwajem?
5. Mydło, szczotka, grzebień, gąbka to przedmioty niezbędne do utrzymania prawidłowej higieny ciała.
6. Należy myć zęby tylko z przodu.
7. Spożywamy posiłki brudnymi rękami.
8. O czystość środowiska muszą dbać tylko dorośli.
9. Naszej planecie nie szkodzi wzrastająca ilość śmieci.
10. Włosy wystarczy czesać i myć raz na tydzień.
11. Do pojemnika z napisem PAPIER wrzucamy butelki.
12. Papier wykonuje się z drzewa.

c) ZAGADKI:

1. Schowała się w tubie,
Używać jej lubię,
A i mała szczotka
Chętnie się z nią spotka.
2. Dobra gotowana, dobra i surowa.
Choć nie pomarańcza, lecz pomarańczowa.
Kiedy za zielony pociągniesz warkoczyk,
Wnet z ziemi wyskoczy.
3. Z kranu srebrną strugą
Biegła bardzo długo.
Napełniła pół wanny,
Będzie kąpiel dla Anny.
4. Przyjemnie pachnie,
Łanie się pieni,
A brudne ręce
W czyste zamieni.
5. Jedna czyści zęby, a druga ubrania.
Wiesz, co się nadaje do tego zdania?
6. Do suchej nitki moknie nieraz,
Gdy po kąpieli ciało wycierasz.
7. Leży sobie cicho w zaciszu łazienki, ale gdy się kąpiesz, ucieka ci z ręki;
8. Na półeczce w twej łazience, obok mydła oraz gąbki czeka, aby umyć twoje ząbki;
9. Kiedy już umyłś głowę i wytarłeś jak należy, ona swe zęby plastikowe do czupryny twojej szczyrzy.
10. Wisi w łazience, wycierasz nim ręce.
11. Bardzo proszę grzeczne dzieci, niech wrzucają do nas śmieci;
12. Chłupie w rzece i w jeziorze, statki po niej puszczają możesz. Jest w kałuży i w fontannie, oraz gdy się kąpiesz w wannie.

d) ZADANIA:

1. Zaznacz, co jest związane z wiosną (zad. 2).
2. Otocz pętlą, co znajdziemy w lesie (zad. 3).

Dział III: ZDROWIE:

a) PYTANIA:

1. Wymień przynajmniej 3 napoje, które są zdrowe i należy je pić.
2. Kto pracuje w szpitalu i co robi?
3. Jak bada nas lekarz?
4. Co może zrobić lekarz ze złamaną ręką?
5. Jak nazywają się składniki zawarte w warzywach i owocach, ważne dla naszego zdrowia?
6. Dzięki jakiemu organowi człowiek oddycha? Czym oddycha człowiek?
7. Co usztynia ciało człowieka, ale łatwo się łamie?
8. Co robimy, żeby nie chorować?
9. Jak nazywa się narząd odpowiedzialny za myślenie?
10. Ile posiłków w ciągu dnia należy spożywać i podaj ich nazwy.
11. Jakiego ptaka nazywamy lekarzem drzew i dlaczego?
12. Co to jest węż, za co odpowiada?

b) PYTANIA ZAMKNIĘTE: tak-nie:

1. Czy dzieci, które są chore mogą chodzić do przedszkola/szkoły?
2. Jedzenie słodczy bardzo korzystnie wpływa na nasze zęby.
3. Mleko jest ważne dla wzrostu naszych kości.
4. Człowiek jest ssakiem, to znaczy, że ssie lizaki.
5. Czy hałas jest szkodliwy dla zdrowia?
6. Czy ludzie mogą zjeść grzyby trujące?
7. Czy jest zdrowo jeść brudnymi rękami?
8. Czy trzeba myć zęby po jedzeniu?
9. Czy owoce i warzywa są zdrowe?
10. Czy należy jeść surówki?
11. Czy to prawda, że soki mają witaminy?
12. Ubieram się odpowiednio do pogody.
13. Biegam po kałużach w sandałach.
14. Jem dużo słodczy i chipsów.
15. Po przedszkolu dużo czasu spędzam na świeżym powietrzu.
16. Popołudnie spędzam przed TV.
17. Codziennie piję mleko lub jem przetwory mleczne.
18. Kładę się spać po dobranocce.
19. Słodczy dbają o ładny, zdrowy wygląd naszych zębów.
20. Brak witamin sprzyja zdrowiu.
21. Ruch to zdrowie.
22. Nawet, gdy nas zęby nie boją, należy odwiedzić dentystę, by sprawdzić, czy wszystkie są zdrowe.
23. Potrawy z warzyw i owoców zawierają dużo witamin.
24. Czy serce znajduje się po prawej stronie naszego ciała?

c) ZADANIA, REBUSY, ZAGADKI (obrazkowe):

1. Nakryj do stołu i narysuj, co może zjeść dziewczynka dobrego na obiad (zad. 4).

ETAP II

Dział I: BEZPIECZEŃSTWO:

a) PYTANIA TRUDNE:

1. Jaki znaczek zapewni nam widoczność wieczorem lub nocą?
2. Wymień przyczyny wypadków drogowych.
3. Podaj numery telefonów pogotowia ratunkowego, straży pożarnej, policji.
4. Co znaczy ten znak?
5. Co zrobisz, gdy się zgubisz?
6. Co musi zrobić kierowca, gdy wsiądzie do samochodu?

b) ZADANIA, REBUSY, ZAGADKI:

1. Kogo trzeba powiadomić?:

- Kasia pomyliła swoje ulubione cukierki z kolorowymi tabletkami mamy. Zjadła wszystkie. Po pewnym czasie poczuła się źle. Z pracy wróciła mama i zastała leżącą Kasię.
- Jarek wracając ze szkoły zauważył kłęby dymu wydobywające się z mieszkania na drugim piętrze.
- Mama gotowała kompot. Garnek z gorącym kompotem postawiła na podłodze. Mały Piotruś wpadł do garnka z gorącym kompotem.

- Jacek wracając ze szkoły, zauważył grupę bijących się chłopców, wyglądało to groźnie. Jeden z nich użył noża.
- Podmuch wiatru przerzucił płomień świecy na firankę. Firanka pali się. Zauważyła to bieżąca po podwórku Ania.

c) INNE

1. Pokoloruj znaki drogowe (zad. 5)
2. Skreśl sytuacje zagrażające bezpieczeństwu dzieci (zad. 6).

Dział II: HIGIENA (i ochrona środowiska):

a) PYTANIA TRUDNE:

1. Co to znaczy segregacja śmieci?
2. Jak można wykorzystać śmieci?
3. Co szkodzi naszej przyrodzie – przyczyny i źródła zanieczyszczeń.
4. Wymień 3 rodzaje pojemników do segregowania śmieci.
5. Co zanieczyszcza nasze powietrze?
6. A co wodę?
7. Jak można ograniczyć ilość śmieci i zanieczyszczeń?
8. Co się robi z pustymi puszkami i butelkami, przed wyrzuceniem?
9. Na czym polega segregacja odpadów?
10. Czym grozi pozostawienie szklanej butelki w lesie?
11. Co to są surowce wtórne?
12. Jak postąpisz z zużytą baterią?
13. Dlaczego śmieci to problem?
14. Dbamy o ilość zużywanej wody kąpiąc się: w wannie pełnej wody czy pod prysznicem?
15. W czym powinno się robić zakupy? W reklamówkach foliowych czy w torbach z materiału?

b) ZADANIA, REBUSY, ZAGADKI (obrazkowe):

1. Zaznacz obrazki, na których ludzie dbają o czystość środowiska, a na których nie;
2. Pokoloruj rzeczy, które kojarzą ci się z przyjemnym zapachem.
3. Znajdź i zaznacz różnice w obrazkach (6).

c) HISTORYJKI:

1. Marek bawi się na podwórku. Nagle mama zawołała go na obiad. Chłopiec wbiega do domu i siada do stołu. Czy chłopiec właściwie się zachował?
2. Zosia w czasie przerwy pije soczek. Koleżanka prosi ją, aby dała jej się napić. Jak powinna postąpić Zosia?
3. Mama kupiła piękne, czerwone jabłka. Kasia chciałaby zjeść jabłko tuż po wyjściu ze sklepu. Czy może?
4. Pasją Kubę jest komputer. Spędza przed nim cały swój czas wolny. Czy Kuba postępuje właściwie?
5. Dzieci siedzą w dusznej, nagrzanej sali. Jarek jest dyżurnym. Co powinien zrobić podczas przerwy?

c) ZADANIA:

1. Zaznacz różnice w obrazkach (zad. 7)
2. Posegreguj obrazki pokazujące zmiany w pogodzie (zad. 8)

Dział III: ZDROWIE:

a) PYTANIA TRUDNE:

1. Powiedz, czym zajmuje się laryngolog/logopeda, jakie części ciała leczy?
2. Do jakiego lekarza uda się dziecko, które ma problem z uczuleniami?
3. Jak nazywa się przedmiot, którym lekarz słucha naszego serca?
4. Kto pracuje w karetce pogotowia?
5. Co to jest jama ustna?
6. Jakie znasz witaminy, które powinniśmy jadać?
7. W jakich produktach są witaminy?
8. Najlepiej jeść mało, ale często.
9. Kardiolog to lekarz zajmujący się chorobami serca.
10. Chirurg wykonuje operacje.

b) ZADANIA, REBUSY, ZAGADKI (obrazkowe):

1. Coś ci dolega? Boli cię głowa?
Wtedy go strząsasz i pod pachą chowasz.
2. W dzień i w nocy pracuje,
Chorym leki przepisuje.
3. Noszę biały czepek i biały fartuszek,
Żebyś był zdrowy, czasem ukłuć muszę.
4. W białym fartuchu sprzedaje nam z półek
Buteleczki, tubki, torebki pigułek.
5. Służą do gryzienia, powinieneś je myć przynajmniej 2 razy dziennie.

c) Pokoloruj właściwie fragmenty rysunków 2 warzyw. Jakie to warzywa? (zad. 9)