

**Projekty podpory zdravia :  
„Evička a deti“ a „ Adamko  
hravo – zdravo“**

**PhDr. Dagmar Magurová  
PhDr. Silvia Cibříková**

**Prešovská univerzita v Prešove,  
Fakulta zdravotníctva**

# Kto je Evička?

- *Evička chodí do materskej školy, má rovnaké vlastnosti, radosti a starosti ako malí škôlkari*
- *Evička je fiktívna kamarátka detí*
- *odovzdáva det'om zábavným a predovšetkým poučným spôsobom všetky spomenuté prvky*



# Ciel' projektu

*Upriamit' pozornost' detí:*

➤ *na možnosti prevencie*

➤ *na svoje zdravie a jeho  
upevňovanie*

➤ *na prvú pomoc pri rôznych  
poraneniach, v rôznych  
modelových situáciách*

➤ *na odbúranie paniky a strachu z choroby*

➤ *viest' ich k spolupatričnosti, humanite, empatii, tolerancii a solidarite*

➤ *stimulovat' ich, aby komunikovali, nadväzovali a udržiavali dobré kamarátske vzťahy*

# Pravidlá úspešnosti projektu:

- *hovorí vždy len jeden*
- *deti posmeľujeme, motivujeme, vytvárame blízky vzťah*
- *otázky štylizujeme vždy v druhej osobe jednotného čísla*
- *počas jednotlivých stretnutí navodzujeme humorné situácie*

- *vytvárame neustále priateľskú atmosféru*
- *pri každej tematike využívame obrázkovú prílohu*
- *uplatňujeme aj metódu demonštrácie – deti predvádzajú celý postup praktických modelových činností*

# Neustále dodržiavame dôležité zásady:

- *deti neučíme, ale im vysvetľujeme a prakticky sprístupňujeme problematiku*
- *nikdy nehovoríme o vedomostiach, ale o zručnostiach*
- *neustále používame obrazovú prílohu a súbor pomôcok na praktické precvičovanie*
- *nikdy nezabúdame na pohybové hry a básničky*

# Tematická rôznorodosť stretnutí

September: *Evička je zdravá*

*Evičku uštipla osa*

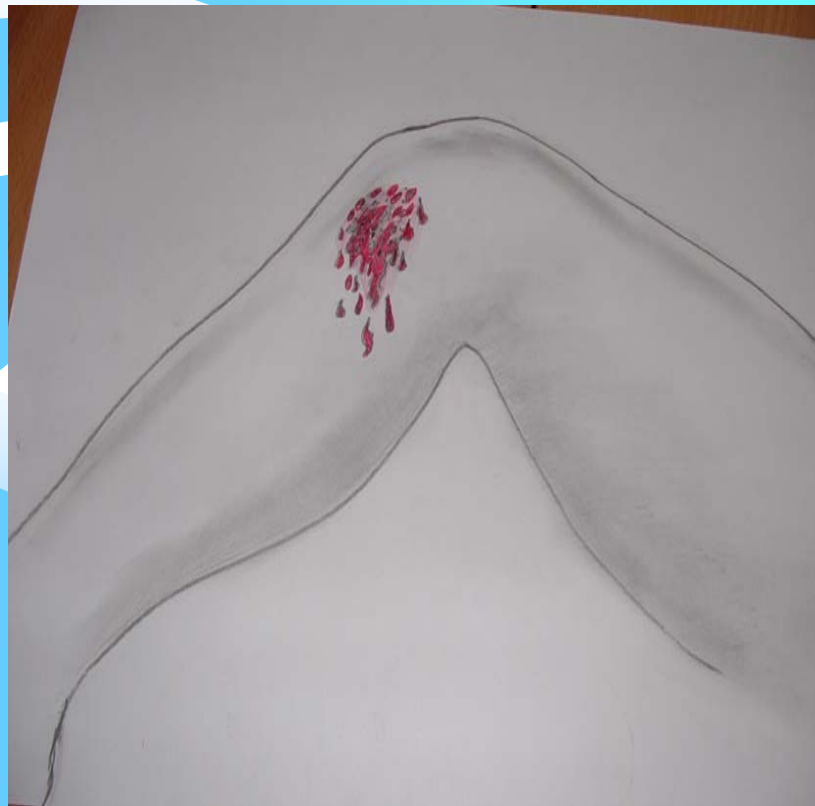




# Október: *Evička si popálila prst*



# ***Evička si na preliezke odrela lakť a koleno***



November: *Evička prechladla*

*Evičke spadlo niečo do oka*



**December: Zima je tu**

**Evičku bolí brucho**

**Január: Darcovstvo krvi a  
telefonovanie na  
stanicu rýchlej  
zdravotníckej pomoci**



Február: *Evička má dobrých kamarátov*



Marec: *Stretnutie s drogou, ako reagovať, ako odmietnuť*

**Apríl: *Mesiac lesov a bezpečnosti***  
***na cestách***

**Máj: *Súhrnné opakovanie***  
***formou súťaže***



**Jún:**

***Spoločná branno - zdravotná  
vychádzka, „Cesta rozprávkovým  
lesom“,***

***Evička pamätaj na nebezpečenstvá***

# Záverečné stretnutie

- ❖ *Deti sú rozdelené do skupín a formou súťaží si preverujú svoje zručnosti*
- ❖ *Deťom sa udeľujú diplomy a materským školám sa prepožičiava certifikát*





## CERTIFIKÁT MLÁDEŽE SČK

Týmto potvrdzujeme, že

XI. Materská škola *Masarykova 30*  
v *Michalovce*

spolupracuje  
s Mládežou Slovenského Červeného kríža na projekte

“EVIČKA A DETI”,

ktorý je Ministerstvom školstva Slovenskej republiky hodnotený ako  
kvalitný a užitočný pre prácu s deťmi predškolského veku.

Materská škola disponujúca týmto osvedčením podporuje vo výchovnom procese  
u dieťaťa predškolského veku rozvoj poznatkov a zručností v oblasti starostlivosti  
o vlastné zdravie, podporuje rozvoj schopností dieťaťa primerane reagovať na situácie  
vyskytujúce sa v bežnom živote a v neposlednom rade podporuje  
formovanie osobnosti dieťaťa v zmysle myšlienok a humanitárneho posolania  
Medzinárodného Hnutia Červeného kríža a Červeného polmesiaca.

Materská škola spolupracujúca s Mládežou Slovenského Červeného kríža poskytuje mladým  
ľuďom možnosť získať skúsenosti z oblasti pedagogicko-psychologického pôsobenia  
na deti, čo možno považovať za formu výchovy mládeže k rodičovstvu, ktorá dáva  
okrem iného pozitívnu skúsenosť.

*Grady Hájek*  
Prezident

V Bratislave, *21.5.2001*

Mládeže Slovenského Červeného kríža



Týmto potvrdzujeme, že  
**Vanesa Bačenková**

sa zúčastnil (a) projektu  
Mládeže Slovenského Červeného kríža „Evička a deti“  
a na základe vyhlásenia poroty je schopný (á)  
postarať sa o svoje zdravie adekvátne svojmu veku.



*M. Bačenková*  
Mládež Slovenského Červeného kríža



# **Prínos pre študentky FZ PU**

- *Získanie pedagogicko-psychologických skúsenosti pri práci s deťmi*
- *Pozitívna skúsenosť v oblasti podpory zdravia a primárnej prevencie*

***ADAMKO***

***hravo a zdravo***



# ***Kto je ADAMKO?***

- ***Adamko je učebná pomôcka v prevedení bábk***
- ***je to kamarát, pomocník, poradca detí***
- ***je iniciátor činnosti a sprostredkovateľ informácií týkajúcich sa zdravia***

# **ADAMKO hravo a zdravo**

- *Upriamuje pozornosť na zdravotnú výchovu detí v materských školách a základných školách- 1. stupeň ZŠ*
- *Venuje sa rôznym tematickým okruhom zdravotnej výchovy*
- *Inšpiračný projekt podpory zdravia*
- *Využíva hravé pracovné zošity a mnoho ďalších zaujímavých a motivačných pomôcok*

## OTUŽOVANIE



Aby mal aj za troch sily,  
snaží sa byť otužilý.  
S ním si vírus neporadí!  
Nato sú tie jeho rady!

## PESTRÁ STRAVA



Adamko si pozor dáva  
na to, čo je zdravá strava.  
Pohodu pri jedení  
jeho telo ocení.



## HYGIENA



Rozmýšľajme o tom všetci:  
Či k čistote patria veci  
ako hrebeň, kefka, mydlo?  
Veď to vie aj motovidlo!

# ***Ciele projektu***

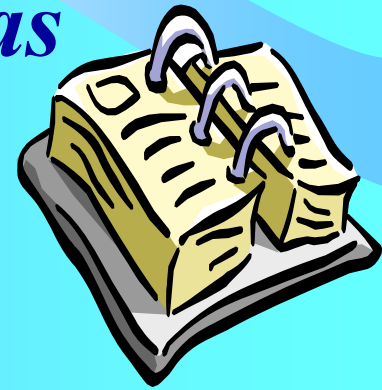
- ***Skvalitnenie života detí a rodín kreatívnym akceptovaním zásad podpory a rozvoja zdravia / fyzického a psychického/***
- ***Pozitívna zmena správania sa detí v predškolskom veku a žiakov 1. - 2. ročníka ZŠ k zdravotne oslabeným rovesníkom, vrátane dlhodobo chorých či zdravotne postihnutých***

- ***Učenie sa prevencii z hľadiska budovania zdravého životného štýlu***
- ***Utváranie základov správnych psycho - hygienických návykov, zásad poskytovania prvej pomoci***
- ***Rozvoj myslenia, komunikačných schopností, tvorivosti, morálno- vôľových vlastností***
- ***Rozvoj vnímania k sebe samým, k iným ,k svojmu okoliu a prírode***

# **12 Kociek =**

## **12 zásad podpory zdravého života**

- 1. Pestrá strava**
- 2. Hygiena**
- 3. Pohyb a šport**
- 4. Spánok**
- 5. Čistý vzduch**
- 6. Otužovanie**
- 7. Krása prírody**
- 8. Hra a tvorivosť**
- 9. Denný poriadok**
- 10. Ochrana prírody**
- 11. Voľný čas**
- 12. Rodina**



Adela Pribeľová – Ľudmila Pavolová

# Adamkocky zdravia

PROJEKT PODPORY ZDRAVIA PRE PREDŠKOLÁKOV (5 – 6 ročných)



EXPERIMENTÁLNY PRACOVNÝ ZOŠIT  
1. časť – jeseň

**Ďakujeme za pozornosť**

