**Przedszkole Promujące Zdrowie**

**- plan działań na rok szkolny 2023/2024**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Lp.** | **Tematyka** | **Adresaci** | **Realizatorzy** | **Termin realizacji**  | **Uwagi**  |
| 1. | Opracowanie planu działania na rok 2023/2024  | Pracownicy, rodzice | Zespół ds. PPZ | 10.2023 |  |
| 2. | Tworzenie gazetki dla rodziców dotyczącej zdrowego stylu życia i wartości aktywności fizycznej | Rodzice | Pielęgniarka Rodzice  | Cały rok  |  |
| 3.  | Ustalenie harmonogramu obchodu dni kolorów i dni specjalnych:* Światowy Dzień Pierwszej Pomocy
* Sprzątanie Świata
* powitanie jesieni i dzień jabłka – kolor czerwony;
* Światowy Dzień Mycia Rąk;
* Dzień Dyni – kolor pomarańczowy;
* Dzień Zdrowego Śniadania;
* Powitanie zimy – dzień biały;
* Bezpieczne zabawy;
* Walentynki – dzień czerwony;
* Światowy Dzień Zdrowia Jamy Ustnej;
* Światowy dzień Dzieci z Zespołem Downa;
* Powitanie wiosny – kolor zielony;
* Dzień Wody – kolor niebieski;
* Dzień Marchewki – kolor pomarańczowy;
* Dzień Zdrowia;
* Dzień Lesnika;
* Spartakiada Przedszkolna;
* Światowy Dzień Ziemi;
* Międzynarodowy Dzień Strażaka;
* Bezpieczeństwo latem;
* Powitanie lata – kolor żółty;
 | Dzieci | Nauczyciele, pielęgniarka  | 10.2023 oraz cały rok09.202309.202309.202310.202310.202311.202312.202301.202402.202403.202403.202403.202403.202404.202404.202404.202404.202404.202405.202406.202406.2024 |  |
| 4. | Kąciki owocowo – warzywne  | Dzieci, rodzice | Nauczyciele, dzieci  | Cały rok  |  |
| 5. | Założenie ogródka przedszkolnego * wybranie miejsca, plan uprawy, zakup i wysiew nasion;
* pielęgnacja przez grupę 5 – latków;
* obserwacja przez grupy młodsze;
* dokumentowanie
 | Dzieci  | p. Mieczkowska Pielęgniarka,5 – latki, nauczyciele  | 10.2023 – 06.2024  |  |
| 6. | Kontynuacja wdrażania dzieci do zjadania przygotowanych potraw w kuchni  | Dzieci  | Intendentka,kucharki,nauczyciele,pomoce nauczyciela  | Cały rok |  |
| 7. | Kontynuowanie podawania do śniadania herbat ziołowych (Rooibos, mięta) | Dzieci  | Intendentka, kucharki  | Cały rok |  |
| 8. | Kontynuacja nie spożywania słodyczy  | Dzieci  | Intendentka,kucharki, nauczyciele, pomoce nauczyciela  | Cały rok |  |
| 9. | Kontynuacja podawania cukru trzcinowego lub miodu do herbaty, kawy z mlekiem oraz kompotów | Dzieci  | Intendentka, kucharki | Cały rok  |  |
| 10. | Komponowanie zdrowej kanapki  | Dzieci | Dzieci, nauczyciele, pomoce nauczyciela  | 10.202304.2024 |  |
| 11. | Kontynuacja podawania ciemnego pieczywa | Dzieci | Intendentka, kucharki | Cały rok |  |
| 12. | Kontynuacja stosowania jednoskładnikowych przypraw  | Dzieci | Intendentka, kucharki | Cały rok |  |
| 13. | Kontynuacja niestosowania sztucznych sosów, zup jako smakowych dodatków | Dzieci | Intendentka, kucharki | Cały rok |  |
| 14. | Kontynuacja stosowania mąki razowej do potraw | Dzieci | Intendentka, kucharki | Cały rok |  |
| 15. | Kontynuacja podawania koktajlów owocowych na bazie jogurtu naturalnego  | Dzieci | Intendentka, kucharka | Cały rok |  |
| 16. | Kontynuacja podawania cyklicznie sałatek owocowych do jadłospisu  | Dzieci | Intendentka, kucharki | Cały rok |  |
| 17. | Kontynuacja podawania codziennie świeżych owoców i warzyw | Dzieci  | Intendentka, kucharki | Cały rok |  |
| 18. | Komponowanie szaszłyków z owoców i warzyw | Dzieci | Intendentka, nauczyciele, pomoce nauczyciela  | Wg harmonogramu nauczycieli  |  |
| 19. | Kontynuacja stosowania ryżu brązowego, różnych kasz, ciemnego makaronu, płatków owsianych | Dzieci  | Intendentka, kucharki | Cały rok  |  |
| 20. | Kontynuacja podawania podwieczorków zjadanych w przedszkolu | Dzieci  | Intendentka, kucharki, pomoc nauczyciela  | Cały rok |  |
| 21. | Kontynuacja stosowania do potraw soli morskiej | Dzieci | Intendentka, kucharki, | Cały rok |  |
| 22. | Wymiana zdrowych przepisów świątecznych  | Rodzice, pracownicy  | Rodzice, nauczyciele, pracownicy niepedagogiczni  | Okres Wielkanocy oraz Bożego Narodzenia  |  |
| 23.  | Spotkania rodziców ze specjalistami | Rodzice  | Zaproszeni specjaliści  | 1 x na semestr  |  |
| 24. | Pieczenie zdrowych ciasteczek | Dzieci | Intendentka, kucharki | Cały rok |  |
| 25. | Kształtowanie prawidłowych oraz kulturalnych zachowań przy stole podczas spożywania posiłków | Dzieci  | Nauczyciele, pomoc nauczyciela  | Cały rok  |  |
| 26. | Organizacja spotkań z pracownikami w celu wymianu doświadczeń  | Pracownicy  | Zespół ds. PPZ | 1 x na semestr |  |
| 27. | Udział w ogólnopolskiej Innowacji Krainy Zmysłów pt. „Sensoryczne i TUS-owe zabawy sensorkowe” | Dzieci | p. Mieczkowska | 09.2023 – 06.2024 |  |
| 28. | Udział w programie „Czyściochowo” | Dzieci | p. Sikorska p. pielęgniarka chętni nauczyciele | 09.2023 – 06.2024 |  |
| 29.  | Udział w Innowacji pedagogicznej pt. „Z darami natury świat nie jest ponury” | Dzieci  | p. Sikorska  | 09.2023 – 06.2024 |  |
| 30. | Aktywność ruchowa prowadzona w przedszkolu * ćwiczenia poranne oraz ćwiczenia gimnastyczne;
* spacery oraz aktywność ruchowa na świeżym powietrzu;
 | Dzieci  | Nauczyciele  | Cały rok   |  |
| 31. | Prowadzenie edukacji wśród rodziców na temat znaczenia zdrowego odżywiania oraz aktywności fizycznej wśród dzieci  | Dzieci  | Pielęgniarka  | 1 x na semestr |  |
| 32. | Integracja społeczności przedszkola poprzez sport* „Spartakiada”
 | Dzieci  | p. Mieczkowska, p. Bielska,p. Rutkowska  | 04.2024 |  |
| 33. | Korygowanie wad postawy* ćwiczenia pokazowe dla utrzymania prawidłowej postawy ciała;
* rozmowy;
 | Dzieci | Pielęgniarka  | 11.2023 – 02.2024 |  |
| 34. | Integracja środowiska przedszkolnego z rodzicami* zajęcia otwarte dla rodziców;
* konsultacje;
* zebrania z rodzicami;
* uroczystości przedszkolne ujęte w kalendarzu pracy przedszkola (Pasowanie na Przedszkolaka, Jasełka, Dzień Babci i Dziadka, Dzień Mamy i Taty, Festyn rodzinny);
 | Rodzice  | Pracownicy, rodzice  | Wg harmonogramu  |  |
| 35. | Kształtowanie pozytywnych postaw wobec drugiego człowieka, wychowanie do wartości* kształtowanie pozytywnych postaw wobec kolegów, osób z niepełnosprawnościami, osób starszych, rodziców, pracowników placówki, a także zwierząt (Dzień Nauczyciela, Sprzątanie Świata, Dzień Zwierząt, Dzień Kundelka, Dzień Babci i Dziadka, Światowy Dzień Dzieci z Zespołem Downa);
* utworzenie i przestrzeganie kodeksu grupowego;
* kształtowanie postaw patriotycznych (11 listopada, 1-3 maja);
* udział w akcjach charytatywnych;
* podtrzymywanie tradycji i obyczajowości (Mikołajki, Jasełka, Dzień Kobiet, Dzień Dziecka);
* nawiązanie współpracy z Uniwersytetem Trzeciego Wieku;
 | Dzieci | Nauczyciele  | Wg harmonogramu  |  |
| 36. | Bajkoterapia – wdrażanie do uważnego słuchania bajek;  | Dzieci  | Nauczyciele, zaproszeni goście  | Cały rok  |  |
| 37.  | Udział w „Narodowym Programie Rozwoju Czytelnictwa 2.0” | Dzieci  | Nauczyciele  | Cały rok  |  |
| 38. | Agresja – omawianie tematu agresji; | Dzieci  | Nauczyciele, psycholog,  | Cały rok |  |
|  39. | Rozwijanie zdolności rozpoznawania emocji własnych i innych osób* rozmowy, zajęcia dotyczące rozpoznawania i nazywania uczuć i emocji;
* poznawanie sposobów radzenia sobie z emocjami;
* nauka relaksacji i wyciszenia;
 | Dzieci  | Nauczyciele, psycholog | Cały rok |  |
| 40. | Kształtowanie umiejętności komunikacyjnych * organizowanie sytuacji wychowawczych, a także wykorzystywanie naturalnych sytuacji w celu ćwiczenia umiejętności komunikacji;
* tworzenie warunków do uważnego słuchania siebie nawzajem, pozytywnej komunikacji;
* specjalistyczna pomoc i opieka logopedy;
 | Dzieci  | Nauczyciele, logopeda | Cały rok |  |
| 41.  | Udział w autorskiej innowacji pedagogicznej pt. „Oddycham nosem cały rok” | Dzieci  | Logopeda | 10.2023 – 06.2024  |  |
| 42. | Udział w projekcie pt. „Paluszkowe maluchy” | Dzieci  | Logopeda  | 10.2023 – 06.2024  |  |
| 43. | Ochrona i pomnażanie zasobów zdrowia psychospołecznego poprzez realizację w codziennych kontaktach* bezpieczeństwa fizycznego i psychospołecznego;
* poczucie akceptacji (m. in. równoprawna pozycja w grupie);
* potrzeby doświadczania opieki, a także pozytywnych relacji z najbliższymi osobami;
* poczucie sprawiedliwości;
* potrzeby indywidualnego podejścia, także w procesie wspomagania rozwoju i edukacji;
* potrzeby ruchu i pobytu w naturalnym środowisku, a także potrzeby higieny życia codziennego, systematyczności i przewidywalności codziennych zajęć, zapewnienie czasu na zabawę i odpoczynek;
 | Dzieci  | Nauczyciele | Cały rok |  |
| 44. | Udział w innowacji pedagogicznej „Emocje farbką malowane”; | Dzieci | p. Rutkowska | 09.2023 – 06.2024 |  |
| 45. | Udział w projekcie edukacyjnym „Klasa w terenie”; | Dzieci | p. Rutkowska | 09.2023 – 06.2024 |  |
| 46. | Udział w programie „Mamo! Tato! Wolę wodę!” | Dzieci  | p. Sikorska chętni nauczyciele | 09.2023 – 06.2024 |  |
| 47. | Organizacja „Rajdu po zdrowie” – propagowanie zdrowego stylu życia poprzez udział w zajęciach ruchowych oraz spożywanie warzyw i owoców. | Dzieci | p. Sikorska | 31.05.2024 |  |