**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 rok  09.2023  09.2023  09.2023  10.2023  10.2023  11.2023  12.2023  01.2024  02.2024  03.2024  03.2024  03.2024  03.2024  04.2024  04.2024  04.2024  04.2024  04.2024  05.2024  06.2024  06.2024 |  |
| 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 | 10.2023  04.2024 |  |
| 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 |  |