



Śląska Sieć Przedszkoli i Szkół Promujących Zdrowie



Przedszkole z Oddziałami
Integracyjnymi nr 24 w Zabrze

Sprawozdanie z realizacji
programu „Na zdrowie”
za rok szkolny 2021/2022

ODŻYWIAM SIĘ ZDROWO

- kontynuacja akcji „Mamo, tato wolę wodę” – w salach dzieci mają na bieżąco dostęp do dystrybutorów z wodą, dzięki czemu wdrażają się do zaspakajania pragnienia poprzez picie wody, rezygnując z napojów słodkich, gazowanych itp.
- zwiększenie ilości warzyw na śniadanie oraz nabiału w jadłospisie
- organizacja zajęć na temat zdrowego odżywiania.
- tworzenie piramidy zdrowia.
- wykorzystanie w pracy z dziećmi gier i zabaw edukacyjnych, utrwalających wiedzę na temat zdrowego odżywiania np. owocowa wieża.
- wdrażanie dzieci do pełnienia dyżurów w czasie posiłków –doskonalenie umiejętności poprawnego nakrywania do stołu.
- tworzenie w czasie posiłków atmosfery sprzyjającej kulturalnemu zachowaniu przy stole.
- organizacja zajęć na temat wartości produktu, a reklamą.
- przeprowadzenie zajęć na temat zdrowych produktów, składników pokarmowych.
- uwrażliwienie dzieci na język reklamy, wyposażenie w wiedzę, gdzie szukać rzetelnej wiedzy na temat wartości odżywczej produktów–etykiety, nie reklamy.
- warsztaty w przedszkolu organizowane przez studentów Akademii Medycznej w Zabrze
- działania w ramach akcji „Klub zdrowego przedszkolaka” promowanie prawidłowego odżywiania się
- dzień pszczoły – walory odżywcze miodu i produktów odpszczelich

Efekty

Dzieci:

- wybierają wodę i soki w celu zaspokojenia pragnienia
- komponują zdrowe kanapki, chętnie sięgają po warzywa
- wymieniają zdrowe produkty
- znają piramidę zdrowia
- aktywnie i chętnie uczestniczą w zajęciach poruszających temat zdrowego odżywiania
- włączają się w nakrywanie do stołów i sprzątają po sobie
- współtworzą atmosferę sprzyjającą kulturalnemu spożywaniu posiłków
- czerpią informację o produkcie na podstawie informacji dostarczonej przez dorosłego z etykiety
- wymieniają grupy produktów (5 i 6 –latki)
- uczestniczą aktywnie w zajęciach organizowanych przez studentów Akademii Medycznej
- spożywają mleko jako pełnowartościowe źródło białka
- są otwarte na nowe smaki
- przekonują o konieczności ograniczenia spożywania słodczy
- wymieniają walory odżywcze miodu i innych produktów odpszczelich

Rodzice:

- wspierają dzieci w codziennych wyborach, w celu wyrobienia prawidłowych nawyków żywieniowych

Bezpieczeństwo swoje i innych

- o oglądanie filmów edukacyjnych na temat bezpiecznego poruszania się po drogach
- o organizowanie zabaw organizacyjno - porządkowych w trakcie których dzieci mogły utrwalają reakcję na sygnały świetlne
- o realizacja zajęć na temat bezpiecznego poruszania się po drogach
- o nauka piosenek o bezpieczeństwie drogowym
- o zajęcia na temat bezpiecznego korzystania z urządzeń elektrycznych, uwrażliwienie na zakaz używania ich bez nadzoru osoby dorosłej
- o zajęcia poruszające temat zagrożeń ze strony osób poznawanych przez internet.
- o organizacja kącików aktywności, pozwalających dzieciom podejmowanie zabaw tematycznych, odgrywanie ról
- o spotkanie z ratownikami medycznymi – zapoznanie dzieci z zasadami udzielania pierwszej pomocy
- o wspólne ustalanie norm regulujących zachowanie w grupie, redagowanie zasad kontraktów grupowych
- o promowanie w różnych sytuacjach pozytywnych zachowań, współpracy, współdziałania, empatii
- o realizacja Projektu „Kulturalny Przedszkolak”

Efekty

Dzieci:

- o biorą aktywny udział w zajęciach na temat bezpiecznego poruszania się po ulicy
- o wypowiadają się na temat bezpieczeństwa w ruchu drogowym na podstawie opowiadań, filmów edukacyjnych oraz własnych doświadczeń
- o aktywnie uczestniczą w zabawach ruchowych i dramowych
- o reagują na sygnał umowny
- o prezentują i omawiają treść piosenek o tematyce związanej z bezpieczeństwem na drodze
- o wypowiadają się na temat bezpiecznego korzystania z urządzeń elektrycznych
- o odróżniają prawidłowe i niebezpieczne zachowania przedstawione na ilustracjach, uzasadniają swój wybór, oceniają zachowania bohaterów przedstawionych sytuacji
- o odgrywają w zabawie powierzone role
- o wymieniają numery alarmowe
- o w codziennych sytuacjach odwołują się do zasad zawartych w kontrakcie grupowym
- o dokonują samooceny własnego zachowania, potrafią przeprosić za złe zachowanie
- o znają zwroty grzecznościowe, wskazują sytuacje w których należy ich użyć
- o rozpoznają na ilustracjach prawidłowe i nieprawidłowe zachowania
- o nakrywają do stołu zgodnie z przyjętymi zasadami
- o witają się przy wejściu do pomieszczenia (6 latki)
- o aktywnie uczestniczą w spotkaniu z ratownikami medycznymi
- o podejmują próby ćwiczenia udzielania pierwszej pomocy przedmedycznej

Rodzice:

- o utrwalają zasady bezpieczeństwa w codziennych sytuacjach

Dbamy o czystość swojego ciała

- o zajęcia na temat higieny osobistej
- o codzienne wdrażanie do mycia rąk po przyjściu do przedszkola, przed posiłkami, po skorzystaniu z toalety, po przyjściu z podwórka
- o udostępnienie płynów dezynfekujących rodzicom i osobom przychodzącym do placówki
- o wykorzystanie literatury dla dzieci w uwrażliwianiu na estetyczny wygląd i dbałość o higienę osobistą
- o uwrażliwianie na schludny wygląd – mycie rąk, twarzy po posiłkach
- o wdrażanie dzieci do prawidłowego czyszczenia nosa, korzystania z chusteczek higienicznych
- o zajęcia na temat źródeł zakażeń – wirusy i bakterie oraz wskazanie sposobów walki z nimi
- o dostosowanie sal i placu zabaw do obowiązujących zaleceń MZ, GiS i MEiN dotyczących funkcjonowania przedszkola w czasie stanu epidemicznego.
- o organizacja zajęć na temat higieny jamy ustnej
- o nauka piosenek poruszających temat higieny.
- o zachęcanie rodziców do ubioru dzieci na cebulkę, by mogły dobrać strój do temperatury otoczenia
- o wyrabianie umiejętności dostosowywania stroju do okazji: strój sportowy, galowy, gimnastyczny, poprzez przykład własny i współpracę z rodzicami.
- o realizacja działań w ramach akcji „Czyściochowe Przedszkole” kształtowanie i utrwalenie nawyków higienicznych, w szczególności dbanie o czystość.

Efekty

Dzieci:

- myją ręce po przyjściu do przedszkola, przed posiłkami, po skorzystaniu z toalety, po przyjściu z podwórka
- wypowiadają się na temat utrzymywania higieny osobistej w oparciu o prezentowane przez nauczycieli utwory literatury dziecięcej oraz własne doświadczenia
- włączają się w porządkowanie sali po skończonej zabawie, odkładają przybory na swoje miejsca
- samodzielnie korzystają z chusteczek higienicznych
- wskazują związek między wirusami i bakteriami, a chorobami
- uczestniczą w seansach filmów edukacyjnych, wypowiadają się na ich temat, omawiają poruszany w nich temat
- wypowiadają się na temat higieny jamy ustnej, opowiadają o swoich doświadczeniach np. wizycie u stomatologa
- dopasowują ubiór do temperatury otoczenia, dbając o swój komfort termiczny
- tworzą plakaty zachęcające do częstego mycia rąk
- wymieniają sposoby walki z chorobami zakaźnymi, ze szczególnym uwzględnieniem szczepień ochronnych

Rodzice:

- stosują się do obowiązujących zasad reżimu sanitarnego
- korzystają z punktów dezynfekcji rąk
- zachęcają dzieci do częstego mycia rąk
- dbają o odpowiedni ubiór
- zachęcają do zwracania uwagi na schludny wygląd

Lubię aktywnie spędzać czas

- monitorowanie stanu powietrza i dostosowanie aktywności do warunków pogodowych i poziomu zanieczyszczenia powietrza –zabawy na przedszkolnym placu zabaw tylko w dniach gdy jakość powietrza jest dobra i bardzo dobra
- codzienne aktualizowanie informacji o jakości powietrza na tablicy przy sekretariacie
- zabawy ruchowe w salach, sali gimnastycznej z wykorzystaniem przyborów sportowych oraz dmuchanego toru przeszkód
- uwzględnienie w ramowych planach dnia różnych form aktywności: zabawy, spacer, zajęcia na placach zabaw, zabawy na Sali gimnastycznej, relaksacja
- organizacja miejskiego konkursu fotograficznego „Zielone zakątki Zabrze”
- udział w akcji „Zdrowo i sportowo
- XI dzień Optymizmu–działania w ramach ogólnopolskiej akcji.
- działania w ramach akcji „Klub zdrowego przedszkolaka” promowanie aktywności fizycznej,
- działania w ramach akcji „Zamień piec na kaloryfer”
- Sportowa nocka- nocleg w przedszkolu dla starszaków z grami i zabawami ruchowymi.
- zajęcia w ramach kółek sportowych, tanecznych
- organizacja wycieczki rodzinnej w góry, krzewienie turystyki pieszej
- wycieczki grupowe do mini zoo, nadleśnictwa Brynek
- Dzień dziecka na sportowo – uroczystość przedszkolna

Efekty

Dzieci:

- o odczytują dane o stanie jakości powietrza z tablicy przed sekretariatem
- o aktywnie uczestniczą w zabawach ruchowych
- o korzystają z sali gimnastycznej, przyborów, placu zabaw zachowując zasady bezpieczeństwa
- o słuchają muzyki relaksacyjnej, kołysanek, opowiadań i bajek w celu wyciszenia
- o łączą aktywność fizyczną z aktywnością poznawczą
- o eksplorują otaczający świat w celu poszerzenia wiedzy
- o podejmują proponowane aktywności, nie zniechęcają się niepowodzeniami, podejmują kolejne próby w celu osiągnięcia celu
- o Rozwijają zainteresowania i uzdolnienia uczestnicząc w zajęciach kółek zainteresowań
- o czerpią radość z obcowania z przyrodą i pieszych wędrówek
- o aktywnie uczestniczą w wycieczkach, spacerach
- o aktywnie

Rodzice:

- o ubierają dzieci na cebulkę
- o dostarczają dzieciom okazji do aktywności fizyczne, proponując spacer i dodatkowe zajęcia sportowe, taneczne itp.
- o uczestniczą z dziećmi w wycieczkach w góry
- o własną postawą wzmacniają radość z aktywnego spędzania czasu

Dbam o moje otoczenie –środoowisko

- dbam o moje otoczenie –środoowisko
- zajęcia w różnych porach roku na temat ekosystemów i zmian w nich zachodzących wraz ze zmianą pór roku
- wykorzystanie zajęć w j.angielskim w eksploracji otaczającego świata przyrody
- porządkowanie zabawek po zabawie
- pełnienie dyżurów przez dzieci
- utrzymywanie porządku w swojej szafce
- segregowanie odpadów w sali
- realizacja programów ekologicznych „Przyjaciele przyrody”, „Segregujemy, nie marnujemy!”
- realizacja programu „Kubusiowi przyjaciele natury”
- udział w kolejnej edycji kampanii informacyjno -edukacyjnej Urzędu Marszałkowskiego Województwa Śląskiego „MOGĘ! Zatrzymać ŚMOG – Przedszkolaku złap oddech”
- założenie kącików przyrodniczych
- prowadzenie hodowli fasoli, słonecznika, rzeżuchy
- prowadzenie obserwacji przyrody i pogody
- biorą udział w sensorycznej ścieżce, przygotowanej z materiałów przyrodniczych

Efekty

Dzieci:

- obserwują przyrodę, wyciągają wnioski, opisują zaobserwowane zmiany
- porządkują salę po skończonej zabawie
- dbają o swoje przybory
- wywiązują się z powierzonych obowiązków
- wrzucają odpady do odpowiednich pojemników
- wypowiadają się na temat roli drzew i lasu dla człowieka
- wyjaśniają co to jest smog, wymieniają jego szkodliwe działanie
- obserwują zwierzęta, stosują się do zasad przedstawionych przez prowadzącego, by nie zakłócić dobrostanu i poczucia bezpieczeństwa prezentowanych okazów
- opowiadają o znaczeniu owadów w przyrodzie
- wykonują prace plastyczne z wykorzystaniem materiału przyrodniczego
- sieją rośliny, obserwują ich rozwój, wyciągają wnioski z przeprowadzonej obserwacji
- biorą aktywny udział w zabawie z wykorzystaniem ścieżki sensorycznej