

PLAN DZIAŁAŃ W RAMACH – PRZEDSZKOLE PROMUJĄCE ZDROWIE

W LATACH 2019/2022

MIEJSKIE PRZEDSZKOLE NR 2 IM. JANA BRZECHWY W KNUROWIE

Problemy priorytetowe: - Znaczna liczba dzieci nie potrafi samodzielnie przygotować zdrowych kanapek.

- Rodzice uważają, że w przedszkolu dzieci mają za duży kontakt ze słodyczami.
- Duża liczba dzieci niechętnie bierze udział w organizowanych zajęciach sportowych.
- Rodzice wraz z dziećmi nie spędzają wolnego czasu aktywnie.

Cele:

- ✓ Zwiększenie świadomości stosowania zasad zdrowego żywienia wśród dzieci, rodziców, nauczycieli i obsługi przedszkola.
- ✓ Pobudzenie satysfakcji z udziału w różnorodnych formach aktywności fizycznej.
- ✓ Budowanie związku pomiędzy edukacją przedszkolną a promocją zdrowia w całym środowisku przedszkola.
- ✓ Podejmowanie wspólnych działań dla poprawy zdrowia i samopoczucia całej społeczności przedszkolnej.
- ✓ Edukowanie przedszkolaków, rodziców i pracowników, jak zdrowiej i lepiej żyć oraz zachęcanie innych własnym przykładem do podobnych działań.
- ✓ Spędzanie wolnego czasu w sposób aktywny we współpracy z rodzicami.
- ✓ Zapoznanie rodziców z działaniami przedszkola promującymi zdrowie.

Zadania	Procedury	Efekty	Osoby odpowiedzialne	Termin wykonania
1. Stwarzanie sytuacji edukacyjnych pozwalających Rodzicom poznać się, uczestniczyć i wspólnie z przedszkolem dążyć do poprawy zdrowia.	Jadłospis – współtworzenie wspólnie z dziećmi i personelem przedszkola jadłospisu. Gromadzenie ciekawych, sprawdzonych przepisów zaproponowanych przez Rodziców.	Rodzice chętnie uczestniczą w tworzeniu jadłospisu dla dzieci. Wydanie przedszkolnej książki kucharskiej z propozycjami przepisów Rodziców	Koordynatorzy ds. promocji zdrowia Koordynatorzy ds. promocji zdrowia Rodzice	Cały okres trwania programu 2019/2022 2019/2020

	Zdrowe Urodzinki – wprowadzenie owoców, warzyw, orzechów i nasion zamiast słodczy. „Woda zdrowia doda” – wyposażenie sal w wodę na żądanie dzieci. Prelekcje dla Rodziców (warsztaty). Akcje o tematyce kulinarnej i prozdrowotnej: • „Zdrowo wędrujące misie”, • „Zdrowe i kolorowe” – warsztaty malarskie z lokalnym artystą, • „Książka pełna witamin”, • „Literatura i zdrowie”.	Rodzice świadomie i aktywnie uczestniczą w przygotowaniu zdrowego poczęstunku urodzinowego dla dzieci. Stały dostęp do wody mineralnej dla chętnych dzieci, utrwalanie zdrowych nawyków, rozwijanie samodzielności. Zainteresowani Rodzice podnoszą swoją wiedzę na tematy związane ze zdrowiem i zdrowym żywieniem dzieci w wieku przedszkolnym. Książka kulinarna z przepisami Rodziców. Okładki „Książek pełnych witamin”. Prace konkursowe dzieci, wystawa w MBP. Filmy konkursowe.	Nauczyciele Rodzice Nauczyciele Prelegenci Nauczyciele Rodzice Dzieci	2019/2020 2020/2021 2020/2021
--	---	--	--	--

2. Przygotowanie dzieci do podejmowania działań służących poprawie wszystkich aspektów zdrowia psychicznego, fizycznego, społecznego i duchowego.	„Zdrowe urodzinki” – zastąpienie słodyczy zdrowymi przekąskami. Realizacja zajęć o tematyce zdrowotnej.	Dzieci rozumieją konieczność ograniczenia słodyczy dla zdrowia. Dzieci pogłębiają wiedzę na temat postaw prozdrowotnych, uczą się zdrowych nawyków.	Nauczyciele Dzieci Rodzice	Cały okres trwania programu 2019/2022
3. Aktywne uczestnictwo przedszkolaków w procesie edukacyjnym wspartym działaniami rodziców z wykorzystaniem metod aktywizujących.	„Owocowa sałatka” – samodzielne przygotowanie i degustacja sałatki. „Wiosenna kanapka” – samodzielne przygotowanie i degustacja kanapek z wykorzystaniem pierwszych wiosennych warzyw.	Dzieci uczestniczą w przygotowaniu wybranych potraw. Dzieci rozumieją potrzebę spożywania dużej ilości owoców i warzyw.	Nauczyciele Rodzice Dzieci	Cały okres trwania programu 2019/2022
4. Budowanie klimatu społecznego opartego na współtworzeniu prozdrowotnej polityki przedszkola.	Organizacja „dni tematycznych”	Rodzice współpracują z Nauczycielkami przy organizacji „dni tematycznych”. Dzieci poszerzają wiedzę o grupach warzyw i owoców według podziału na kolory.	Nauczyciele Dzieci Rodzice	Cały okres trwania programu 2019/2022
5. Promowanie edukacji zdrowotnej jako podstawowego prawa każdego dziecka.	Strona internetowa – zakładka „Promocja Zdrowia” - zamieszczenie materiałów dla rodziców: 3-letni plan pracy na lata 2019/2022 PPZ	Stworzenie załączki związanej z promocją zdrowia, informowanie o planowanych zadaniach do realizacji.	Koordynatorzy ds. promocji zdrowia	Cały okres trwania programu 2019/2022

	- Plan działań na rok 2019/2020 - Plan działań na rok 2020/2021 - Plan działań na rok 2021/2022 Tablica informacyjna na korytarzu.	Stworzenie stałego kąca eksponującego zdrowy styl życia (plakaty, gazetki, ulotki), relacje z wydarzeń o tematyce zdrowotnej.	Koordynatorzy ds. promocji zdrowia. Wychowawcy	
6. Przygotowanie dzieci do podejmowania działań służących poprawie wszystkich aspektów zdrowia psychicznego, fizycznego i społecznego.	Organizacja „Kolorowych dni”. Udział dzieci w konkursach o tematyce zdrowotnej we współpracy z Miejską Biblioteką Publiczną w Knurowie, szkołkami piłkarskimi i innymi lokalnymi instytucjami. Udział przedszkolaków w programie „Sport&Kids”.	Realizacja zadań wg. harmonogramu programu. - Dzień marchewki - Dzień owoców - Dzień warzyw - Dzień picia wody - Dzień soków, etc. Aktywny udział w konkursach. Wykonywanie ćwiczeń porannych, gimnastycznych, różnych zadań oraz wyzwań sportowych.	Nauczyciele Rodzice Nauczyciele Rodzice	Cały okres trwania programu 2019/2022

	Współpraca z MOSiR, APN, Concoridią Knurów, Klub fitness NJN – lokalnymi instytucjami o charakterze sportowym. Zabawy sportowe na Oriku.	Aktywny dział dzieci (z grupą lub z rodzicami) w zajęciach, czerpanie radości ze wspólnych ćwiczeń. Udział w Olimpiadzie Przedszkolaków, Festynach Sportowych, konkursie na film promujący zdrowie.	Koordynatorzy ds. promocji zdrowia Nauczyciele Rodzice	
	Organizacja wyjazdu 5-latków na zimowisko do Rabki Zdrój.	Realizacja programu „Mały kolonista”, aktywny wypoczynek na świeżym powietrzu, wzbudzanie zainteresowania turystyką górską.	Dyrektor Nauczyciele	
	„Dzień Dziecka na sportowo”.	Aktywne spędzanie czasu w ogrodzie przedszkolnym, rozwijanie sprawności fizycznej poprzez udział w grach, zabawach, torach przeszkód.	Nauczyciele	
	„Przedszkolaki wiedzą jak pomagać” – cykliczne spotkania dotyczące zasad udzielania	Kształtowanie wiedzy na temat udzielania pomocy, unikania i zapobiegania niebezpiecznym sytuacjom.	Koordynatorzy ds. promocji zdrowia Nauczyciele	

	pierwszej pomocy przedmedycznej – współpraca z Fundacją GRAM KIBICUJĘ POMAGAM		Przedstawiciele Fundacji Lekarz	
7. Stwarzanie warunków do rozwoju sprawności fizycznej dzieci.	„W zdrowym ciele zdrowy duch”: - organizowanie zabaw i gier sportowych w ogrodzie przedszkolnym; - organizowanie zabaw ruchowych, terenowych badawczych w ogrodzie przedszkolnym; - organizowanie ćwiczeń porannych i gimnastycznych; - organizowanie zabaw i ćwiczeń relaksacyjnych; - kształtowanie zamiłowania do wycieczek i sportu jako źródła zdrowia i radości poprzez organizację spacerów i wycieczek rekreacyjnych, dydaktycznych itp.	Zachęcanie do podejmowania różnego rodzaju aktywności fizycznej. Cykliczne wycieczki do lasu lub ogrodu botanicznego w poszukiwaniu jesieni.	Nauczyciele Dzieci Rodzice	
8. Działania wychowawcze pracowników przedszkola są jednolite i spójne.	Estetyczne przygotowanie posiłków. Kulturalne zachowanie się na stołówce obsługi.	Podawanie posiłków w ustalony sposób, ze szczególnym uwzględnieniem ich estetyki.	Obsługa	Cały okres trwania programu 2019/2022

9. Działania pracowników oparte są na zasadach uczestnictwa, partnerstwa i współdziałania wszystkich członków.	Dbanie o czystość podczas posiłków i wymiany grup.	Przestrzeganie diet dzieci. Zachęcanie dyżurnych do sprzątania po posiłkach. Pilnowanie harmonogramu stołówek (czasu posiłków)	Obsługa Nauczyciele	Cały okres trwania programu 2019/2022
--	--	--	---------------------	---------------------------------------