PLAN PRACY ZSP- PRZEDSZKOLA W BUDZISŁAWIU KOŚCIELNYM W ZAKRESIE PROMOCJI ZDROWIA

ROK SZKOLNY 2026/2027

„ Warto żyć zdrowo”

W bieżącym roku szkolnym wybraliśmy do realizacji dwa cele priorytetowe:

1. Promowanie zdrowego stylu życia, aktywności ruchowej, pierwszej pomocy oraz zachowań prozdrowotnych

2. Profilaktyka i zdrowie psychiczne

1.Higiena

lp	**Zadania**	**Metody realizacji**	**Osoby odpowiedzialne**	**Termin**
1. .	Opracowanie zasad nawyków higienicznych umieszczenie w kąciku promującym zdrowie	Materiały informacyjne w sali	Wszyscy nauczyciele	wrzesień
2	Higiena rąk, bezpieczny pobyt w przedszkolu.	Pogadanka, instruktaż dotyczący zachowania zasad higieny	Wszyscy nauczyciele	Cały rok

3.	Obchody Światowego Dnia Mycia Rąk.	Zajęcia o tematyce mycia rąk	Wszyscy nauczyciele	Październik
4.	Literatura dziecięca dotyczącą nawyków higienicznych	Propagowanie postaw dbałości o higienę	Wszyscy nauczyciele	Cały rok

2. Promowanie zasad zdrowego odżywiania

L.p	**Zadania**	**Metody realizacji**	**Osoby odpowiedzialne**	**Termin**
1.	1.Promowanie zdrowego stylu życia i zdrowego odżywiania się poprzez kontakt dzieci z literaturą dziecięcą: opowiadaniami, bajkami, wierszami poruszającymi tematykę zdrowego odżywiania się. Przykłady: „Na straganie” J. Brzechwa, „Dla każdego coś zdrowego” W. Karaszewski, "Warzywa" K. Roguski	zajęcia związane z tematyka promocji zdrowia	Wszyscy nauczyciele	cały rok

	2.Obchody wybranych świąt z kalendarza świat nietypowych, których celem jest ukazanie wartości zdrowego odżywiania się np. Dzień marchewki – 4 kwiecień, Dzień mleka – 25 maj, Dzień jabłka – 28 wrzesień			
2.	Zapoznanie dzieci z piramidą zdrowego żywienia. Analiza piramidy zdrowia.	Wspólne opracowanie plakatu i wyeksponowanie w sali lub na korytarzu przedszkolnym.	A.Maślińska	W ciągu roku szkolnego
3.	Spotkanie z intendentką przedszkolną	Pogadanka na temat żywienia dzieci		II półrocze
4.	Śniadanie daje moc.	Przygotowanie Śniadania składającego się ze zdrowych produktów	Wszyscy nauczyciele	listopad
5.	Zdrowo jem- więcej wiem.Eko –żywność Zorganizowanie kącika z przetworami „Nasza spiżarnia”	Stworzenie w Sali kącika eksponującego zdrową żywność . „Eko – żywność, domowe przetwory. Omówienie bogactwa jesiennych darów pól i sadów oraz uświadomienie dzieciom w jaki	A.Maślińska	Kwiecień listopad

		sposób i dlaczego ważne jest przygotowywanie zapasów na zimę.		
6.	Światowy Dzień Wody.	Omówienie w czasie zajęć z dziećmi znaczenia wody w przyrodzie, konieczności jej oszczędzania oraz wyrabiania nawyków picia wody zamiast napojów gazowanych.	wszyscy nauczyciele	marzec
7.	Światowy Dzień Zdrowia	plakaty, pogadanki	wszyscy nauczyciele	7 kwietnia
8.	Zorganizowanie w każdej grupie kącików do prowadzenia obserwacji i doświadczeń przyrodniczych związanych z hodowlą różnych roślin: fasoli, zbóż, ziół.	Kąciki w salach	Wszyscy nauczyciele	Cały rok
9.	Przeprowadzenie warsztatów kulinarnych - samodzielne przygotowywanie zdrowych posiłków przez dzieci. Zachęcanie dzieci do zjadania warzyw, przypominanie o ich znaczeniu dla zdrowia, pobudzanie zmysłu	- kolorowe kanapki - sałatka owocowa	Wszyscy nauczyciele	W ciągu roku szkolnego

	smaku, węchu, wzroku przez samodzielne przygotowywanie i zjadanie ich.			
10.	Kulinarna podróż do..	Wykonanie wybranej potrawy ze świata		W ciągu roku szkolnego
11	Kształtowanie u przedszkolaków nawyków spożywania zdrowej żywności, przezwyciężanie niechęci do nieznanych potraw.	Wprowadzenie na stałe możliwości samodzielnego komponowania przez przedszkolaków śniadań np. w pierwszy poniedziałek miesiąca		W ciągu roku szkolnego

3. Rozpowszechnianie aktywnego trybu życia

1	Promowanie zdrowego stylu życia dzieci poprzez rozbudzanie zamiłowania do aktywności fizycznej - tematyka tygodniowa na temat aktywności fizycznej/sportu w każdej grupie.	Wszyscy nauczyciele	W ciągu roku szkolnego
2	Codzienne ćwiczenia poranne i zabawy ruchowe z wykorzystaniem różnorodnych przyborów do ćwiczeń gimnastycznych inspirujących dzieci do twórczej aktywności ruchowej.	Wszyscy nauczyciele	W ciągu roku szkolnego
3	Wykorzystywanie różnorodnych metod służących zdobywaniu doświadczeń twórczych w zakresie ruchu, m.in: Ruch Rozwijający W. Sherborne, EPR D. Dziamskiej, edukacja kinezjologiczna P. Denisona, metoda M. Ch. Knillów.	Wszyscy nauczyciele	W ciągu roku szkolnego
4	Tworzenie warunków sprzyjających aktywności ruchowej i pobytowi na świeżym powietrzu:-organizowanie spacerów i wycieczek (zgodnie z aktualnymi wytycznymi GIS)	Wszyscy nauczyciele	W ciągu roku szkolnego

5	Zamieszczanie w kącikach informacyjnych dla rodziców artykułów ukazujących różne formy aktywności ruchowej na właściwy rozwój dziecka	Wszyscy nauczyciele	czerwiec

4. Dbałość o zdrowie psychiczne

L.p	Zadania	Osoby odpowiedzialne	Termin
1.	Dbałość o zdrowie psychiczne dzieci poprzez organizowanie zabaw relaksacyjnych i wyciszających, wprowadzenie elementów bajkoterapii, muzykoterapii, czytanie dzieciom literatury terapeutycznej, zorganizowanie Strefy Relaksu w salach przedszkolnych	wszyscy nauczyciele	wrzesień
2.	Rozpoznanie sytuacji domowej wychowanków oraz diagnozowanie jej pod kątem potencjalnych zagrożeń dla zdrowia fizycznego i psychicznego dziecka	wszyscy nauczyciele	W ciagu roku szkolnego
3.	Rozwijanie postawy asertywności wśród dzieci oraz umiejętności szukania pomocy w sytuacjach trudnych	Wszyscy nauczyciele	W ciągu roku szkolnego
4.	Przestrzeganie zasad warunkujących bezpieczeństwo w kontaktach z nieznajomymi. Zapoznanie ze sposobami radzenia sobie w sytuacjach trudnych i niebezpiecznych	wszyscy nauczyciele	W ciągu roku szkolnego
5.	Tydzień Budowania Relacji-Wzmacnianie więzi i rozwijanie umiejętności społecznych u najmłodszych dzieci.	Wszyscy nauczyciele	Wrzesień/październik
6	Pedagogizacja rodziców-Jak wspierać odporność psychiczną dziecka w domu .	Wszyscy nauczyciele	Zebrania z rodzicami

W roku szkolnym 20262027planowana jest realizacja programów edukacyjnych i akcji PSSE w Koninie:

Program „Mamo, Tato - co Wy na to?”,

Program „Skąd się biorą produkty ekologiczne”,

Program profilaktyki nikotynowej:

a) „Czyste powietrze wokół nas”,

- 19 listopada - trzeci czwartek listopada - ogólnopolska akcja „Rzuć palenie razem z nami”,

- „31 maja - Światowy Dzień bez Tytoniu” - akcja.

Kwiecień Miesiącem Zdrowia - 7 kwietnia - Światowy Dzień Zdrowia - akcja.

Innowacja Pedagogiczna w grupie dzieci 6- letnich "Zdrowy Przedszkolak"