

Plan działań Przedszkola Samorządowego Nr 35 w Kielcach

w ramach Przedszkola Promującego Zdrowie

na rok szkolny 2022/2023

Problem priorytetowy:

Nieduża liczba członków społeczności przedszkolnej przejawia zachowania zgodne z zasadami racjonalnego żywienia i aktywnym spędzaniem czasu wolnego.

Opis problemu:

Na początku roku szkolnego 2022/2023 przeprowadzona będzie diagnoza stosując metodę obserwacji, wywiad z dorosłymi członkami społeczności przedszkolnej (nauczyciele, pracownicy niepedagogiczni, rodzice dzieci w tym nowo przyjętych) oraz rozmowy z dziećmi. Na podstawie uzyskanych wyników stwierdzimy, czy zachowania zdrowotne i styl życia badanych wymaga podjęcia działań w celu zmian.

Posiłki spożywane przez dzieci w domu czasami nie odpowiadają normom zdrowego żywienia. Dzieci często spożywają potrawy przetworzone, gotowe, nieposiadające zbyt wielu wartości odżywczych. W nagrodę prowadzone są do Mc'Donalds'a, pizzerii, barów szybkiej obsługi. Słodycze, słodkie drożdżówki dość często stanowią ich pierwszy posiłek, zbyt rzadko zdarza się przygotowywać posiłki wspólnie z rodzicami i spożywać je przy wspólnym stole. Słodycze często goszczą również w przedszkolu, jako upominek urodzinowy (solenizant częstuje dzieci z grupy).

Naszym celem jest poprawa stylu życia społeczności z myślą o prawidłowym rozwoju dzieci.

Problem został wybrany przez zespół promocji zdrowia poszerzony przez wychowawczynie poszczególnych grup i zaakceptowany na posiedzeniu rady pedagogicznej. Uważamy, że kształtowanie zdrowego stylu życia winno odbywać się od najmłodszych lat w ścisłej współpracy z rodzicami, co daje szansę, na ujednolicenie oddziaływań i wpłynie na skuteczność.

Przyczyny główne istnienia problemu:

- niehigieniczny tryb życia
- brak umiejętności organizowania wolnego czasu
- nieprawidłowe nawyki wyniesione z domu
- czerpanie nieodpowiednich wzorców z otoczenia
- uleganie wpływom reklamy
- brak tradycji wspólnego z rodzicami opracowywania i realizacji projektów
- brak wiedzy na temat zdrowego stylu życia
- brak nawyków przygotowywania posiłków w domu wspólnie z dziećmi
- brak systemowych rozwiązań z zakresu włączania rodziny i społeczności lokalnej do działań promujących zdrowy styl życia

Rozwiązania dla usunięcia przyczyny problemu:

- opracowanie wspólnie z rodzicami (i dziadkami) wychowanków i realizacja projektów związanych z promowaniem zdrowego stylu życia
- opracowanie i realizacja projektu włączania środowiska lokalnego do działań z zakresu promocji zdrowia prowadzonych w przedszkolu
- prowadzenie edukacji rodziców i pracowników przedszkola
- wypracowanie systemowych działań
- prowadzenie edukacji dzieci
- organizowanie działań związanych z aktywnością ruchową

Zadania:

Nazwa zadania	Kryterium sukcesu	Sposób realizacji	Okres/termin realizacji	Wykonawca/osoba odpowiedzialna	Środki/zasoby	Sposób sprawdzenia wykonania zadania
1. Dokonanie wstępnej diagnozy przez zespół ds. promocji zdrowia.	Z każdym dzieckiem i rodzicem dziecka przeprowadzona zostanie rozmowa.	Spotkanie zespołu ds. promocji zdrowia, rozmowy.	Wrzesień 2022	Zespół Promocji Zdrowia, nauczyciele poszczególnych grup.	Papier, środki biurowe.	Obserwacja, arkusz karty rozmów.
2. Opracowanie planu działań.	Opracowany plan.	Spotkanie Zespołu Promocji Zdrowia. Zapisanie planu.	Wrzesień 2022	Zespół Promocji Zdrowia.	Materiały piśmiennicze.	Opracowany plan działań.
3. Zapoznanie rodziców ze szczególnym naciskiem na rodziców nowo przyjętych dzieci z ideą Przedszkola Promującego Zdrowie.	Rodzice na bieżąco będą zapoznawali się z informacjami na gazetce w holu przedszkola.	Przygotowanie gazetki dotyczącej idei Przedszkoli Promujących Zdrowie. Przedstawienie definicji, modelu i standardów PPZ przyjętych w Polsce.	Wrzesień 2022	Zespół Promocji Zdrowia.	Plakat informacyjny, tablica korkowa.	Nadzór Dyrektora placówki.
4. Zapoznanie Rady Pedagogicznej, rodziców oraz pracowników niepedagogicznych planem pracy Przedszkola Promującego Zdrowie na rok szkolny 2022/2023.	100 % nauczycieli i 70% rodziców weźmie udział w spotkaniu.	Przedstawienie planu na posiedzeniu Rady Pedagogicznej. Przedstawienie planów na spotkaniu z rodzicami w poszczególnych grupach, umieszczenie planu na stronie internetowej przedszkola.	Wrzesień 2022	Zespół Promocji Zdrowia, nauczyciele wszystkich grup.	Papier ksero.	Listy obecności, strona internetowa przedszkola.
5. Powiązanie tematyki realizacji zadań promocji zdrowia z dziećmi w roku szkolnym 2022/2023.	Wybór tematyki.	Dyskusja w gronie wszystkich członków Zespołu Promocji Zdrowia.	Listopad 2022	Dyrektor, Zespół Promocji Zdrowia, koordynator.	Środki biurowe.	Zapis zagadnień do realizacji z dziećmi, zapis tematyki szkoleń w roku szkolnym 2020/2021.

6. Zorganizowanie i aktualizacja kącika zdrowia, który znajdzie się w holu przedszkola. Zawierał będzie publikacje, czasopisma, kolorowanki dla dzieci o tematyce zdrowia i bezpieczeństwa. Adresatami jest cała społeczność przedszkolna (dzieci, rodzice, nauczyciele, pracownicy placówki).	Udostępnienie co najmniej kilkunastu pozycji dla dzieci i kilkunastu pozycji dla dorosłych.	Wypożyczenie kącika w książki o tematyce prozdrowotnej, ulotek i czasopism edukacyjnych promujących zdrowie oraz kolorowanek dla dzieci.	Cały rok 2022/2023	Zespół Promocji Zdrowia.	Pozycje książek, ulotek i czasopism o tematyce prozdrowotnej.	Zdjęcia na stronie internetowej w zakładce promocja zdrowia.
7. Zorganizowanie spotkań z dietetykiem, lekarzem oraz stomatologiem na temat zdrowego odżywiania.	Udział w spotkaniach dzieci, rodziców oraz pracowników przedszkola.	Przygotowanie odpowiedniej dekoracji, plakatów, broszur na temat zdrowego odżywiania, prezentacja piramidy żywieniowej.	Listopad-Kwiecień 2022	Dyrektor, Zespół Promocji Zdrowia, nauczyciele.	Środki biurowe, materiały plastyczne, dyplomy i podziękowania.	Zdjęcia na stronie internetowej przedszkola, ewidencja placówek biorących udział.
8. Zorganizowanie akcji „Aktywnie do przedszkola” mającej na celu zachęcanie rodziców do pokonywania drogi do i z przedszkola w sposób aktywny.	Zaangażowanie dzieci, rodziców i pracowników przedszkola w akcję.	Zachęcenie do aktywnego pokonywania drogi do i z przedszkola poprzez informację na stronie internetowej, plakat w holu przedszkola. Wręczenie uczestnikom dyplomów „Aktywnego przedszkolaka”.	Cały rok 2022/2023 Maj 2023	Zespół Promocji Zdrowia, nauczyciele.	Plakat, komputer, internet, środki biurowe, folia do laminowania.	Zdjęcia na stronie internetowej przedszkola.
9. Zorganizowanie rodzinnego konkursu plastycznego o tematyce prozdrowotnej.	Zaangażowanie dzieci, rodziców.	Zorganizowanie rodzinnego konkursu plastycznego „Mamy uśmiechnięte minki, bo zjadamy witaminki”. Umieszczenie w holu przedszkola plakatu z	Listopad 2022	Dyrektor, Zespół Promocji Zdrowia.	Plakat, komputer, internet, środki biurowe, folia do laminowania.	Zdjęcia na stronie internetowej przedszkola.

		regulaminem konkursu. Zorganizowanie wystawy pokonkursowej. Wręczenie nagród i dyplomów.				
10. „Kolorowe przedszkole” - dni danego koloru (fioletowy, czerwony, pomarańczowy, biały, zielony, niebieski, itp.) powiązane z nietypowymi świętami (Dzień Śliwki, Święto Jabłka, Dzień Dyni, Dzień Warzyw, Dzień Sportów Zimowych, Dzień Wody, Dzień Owoców, itp.), promujące określoną aktywność prozdrowotną (jedzenie warzyw, owoców, picie wody, ruch fizyczny, sporty).	Zaangażowanie dzieci, rodziców i nauczycieli.	W każdym miesiącu odbędzie się jeden dzień ze wskazaniem koloru. Rodzice zostaną poproszeni o ubranie dzieci w dany kolor. W każdej grupie odbędą się zajęcia dotyczące danego dnia, wspólne robienie soków, kanapek, surówek, smoothie, itp. W holu przedszkola powstanie dekoracja i informacje dotyczące zdrowego stylu życia powiązane z przyjętym tematem.	Cały rok 2022/2023	Zespół Promocji Zdrowia, nauczyciele.	Środki biurowe, materiały plastyczne, dyplomy.	Zdjęcia na stronie internetowej przedszkola.
11. Wykonanie ewaluacji działań w roku szkolnym 2021/2022	Rozmowa z rodzicami i pracownikami przedszkola, rozmowa z dziećmi.	Przeprowadzenie rozmów wśród nauczycieli, pracowników niepedagogicznych oraz rodziców, ankiety, rysunki dzieci, analiza wyników, opracowanie sprawozdania.	Czerwiec 2023	Zespół Promocji Zdrowia	Papier ksero, materiały piśmiennicze.	Sprawozdanie z działań w roku szkolnym 2021/2022.

Ponadto, przez cały okres:

- codzienne przebywanie na świeżym powietrzu (przy sprzyjających warunkach);
- organizowanie zajęć mających na celu promowanie zdrowych produktów żywnościowych;
- systematyczne przeprowadzanie przez nauczycieli poszczególnych grup ćwiczeń porannych, zajęć gimnastycznych, zabaw i gier na świeżym powietrzu;
- systematyczne spacerowanie w celu dostarczenia dzieciom dawki witaminy D;
- śpiewanie piosenek, recytacje wierszy, krótkie inscenizacje o tematyce zdrowotnej;
- wykorzystywanie zagadek, rymowanek na temat zdrowia;
- organizowanie w salach kąpoków o tematyce zdrowotnej - książki, ulotki, sadzenie ziół, nowalijek;
- wycieczki do sadu, ogrodu, gospodarstwa agroturystycznego, sklepu owocowo-warzywnego;
- pedagogizacja rodziców w zakresie zdrowego żywienia, poprzez: gazetka w holu, rozmowy, prelekcje przy spotkaniach okolicznościowych;
- ograniczenie słodczy w przedszkolu- zastąpienie cukierków urodzinowych owocami bądź zdrowymi przekąskami.