**ROCZNY PLAN PRACY PRZEDSZKOLA 2023/2024**

**“W zdrowym ciele - zdrowy duch “–**

**sprawność ruchowa warunkiem wszechstronnego rozwoju dziecka**

Cele:

· Kształtowanie nawyków i przyzwyczajeń higieniczno-zdrowotnych.

· Propagowanie zdrowego stylu życia.

· Rozwijanie sprawności ruchowych.

· Kształtowanie umiejętności zapobiegania i radzenia sobie w sytuacjach trudnych, bezpieczeństwo w życiu codziennym.

· Zapoznanie z podstawowymi wiadomościami dotyczącymi zdrowia, zapoznanie z tym co sprzyja, a co zagraża zdrowiu.

· Kształtowanie właściwych relacji między członkami rodziny i społeczności.

· Pobudzanie wyobraźni twórczej w aktywnym przeżywaniu ruchu poprzez eksperymentowanie i wyrażanie własnej indywidualności.

· Kształtowanie właściwej postawy wobec otaczającego środowiska.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Lp** | ***Sposoby i środki realizacji*** | ***Termin realizacji*** | ***Osoby odpowiedzialne*** | ***Uwagi o realizacji*** |
| 1 | Wprowadzenie w grupach Kodeksu Dobrego Zachowania | wrzesień | Wszystkie nauczycielki. |  |
| 2 | Wprowadzenie kodeksu „Bezpieczny Przedszkolak”. Omówienie zagadnień: bezpieczna zabawa w przedszkolu, bezpieczne zachowania w domu, bezpieczne na drodze. | wrzesień | Wszystkie nauczycielki. |  |
| 3 | Udział w akcji „Sprzątanie świata” | wrzesień | Nauczycielki grup starszych. |  |
| 4 | Roztańczone przedszkolaki - zajęcia pokazowe Ozo – Dance. | Wrzesień | Wszystkie nauczycielki. |  |
| 5 | Próbny alarm przeciwpożarowy. | Wrzesień | M. KałużnaDyrektor |  |
| 6 | Spotkanie z policjantem.  | Wrzesień | M. Bednarska |  |
| 7 | Ogólnopolski Projekt Edukacyjny“ Zabawa sztuką”. | Cały rok - według harmonogramu | A. TomczakK. Stokwiszewska |  |
| 8 | Projekt Edukacyjny “ Z pętelką po zdrowie”. | Cały rok - według harmonogramu | E. KarpiakJ. Kanicka |  |
| 9 | Spotkanie z strażakiem. | Październik | M. Kałużna |  |
| 10 | Kolorowy Dzień Warzyw i Owoców - Bal Jesieni | 19 Październik | E. KarpiakM. BednarskaA. TomczakA. Pierzgalska |  |
| 11 | Szkolenie rady pedagogicznej Ludmiła Fabiszewska. | Październik | Dyrektor placówki PM4 |  |
| 12 | Trzymaj formę - codzienne ćwiczenia poranne z wykorzystaniem różnych przyborów do ćwiczeń gimnastycznych. | Cały rok-według harmonogramu | Wszystkie nauczycielki. |  |
| 13 | Gimnastyczne zajęcia otwarte dla rodziców. | Raz w roku, według harmonogramu. | Jedna nauczycielka z grupy. |  |
| 14 | Akademia małego sportowca – poznajemy różne dyscypliny sportowe, wystawa. | I semestr | M. PiseraM. Bednarska |  |
| 15 | Projekt edukacyjny Kreatywne dni nietypowe: * Dzień jabłka
* Dzień zdrowego śniadania
* Dzień buraka
* Dzień marchewki
* Dzień wody
 | 28.09.202308.11.202324.11. 202304.03.202422.03.2024 | Wszystkie nauczycielki. |  |
| 16 | Konkurs plastyczno – techniczny dla dzieci i rodziców „Ulubiony sport”. | Listopad | Monika Kałużna  |  |
| 17 | Przedszkolny konkurs recytatorski“Sport i zdrowie w wierszu”. | Listopad | A. PierzgalskaK.StokwieszewskaB. Kolasa |  |
| 18 | Ogólnopolski Projekt Edukacyjno-Społeczny “ Łączymy pokolenia”* Zorganizowanie warsztatów ogrodniczych w DPS bądź zajęcia otwarte z dziadkami.
* Międzyprzedszkolny konkurs fotograficzny - “ Z dziadkami chodzę na spacery”
* Zabawy muzyczno – taneczne, gry i zabawy z dawnych lat, wspólne ‘’gotowanie” z okazji Dnia Babci i Dziadka,
 | Według harmonogramuMarzec | M. BednarskaA. TomczakA.TomczakJ. KanickaE. KarpiakWszystkie nauczycielki. |  |
| 19 | Jemy zdrowo i kolorowo:* Dzień czerwony
* Dzień biały
* Dzień zielony
* Dzień żółty
 | 22 Wrzesień21 Grudzień21 Marzec21 Czerwiec | 1. Kubiak
 |  |
| 20 | Kurs/szkolenie/ Stop agresji! Ruch, rytm, taniec i muzyka jako forma odreagowania napięć psychoruchowych. Bliżej Przedszkola? |  | M. Pisera |  |
| 21 | Bal karnawałowy | Styczeń | J. Kanicka – Firma Fotograficzna |  |
| 22 | Zielony korowód na powitanie wiosny | 21 Marzec | A. TomczakA. Pierzgalska |  |
| 23 | Pokaz mody sportowej - Dzień Sportu. | 5 Kwiecień | K. StokwiszewskaE. Karpiak |  |
| 24 | Obchody Dnia Ziemi- gra terenowa dla 6-latków z ozorkowskich przedszkoli. | 22 Kwiecień | K. StokwiszewskaA. KubiakM. Kałużna |  |
| 25 | Sportowy Festyn Rodzinny | Maj | Rada Rodziców  |  |
| 26 | Spartakiada Sportowa- Dzień Dziecka ( tylko dla przedszkolaków) | Czerwiec | A.PierzgalskaA. TomczakE. KarpiakM. Bednarska |  |
| 27 | Pogadanka na temat zdrowego stylu życia - spotkanie z dietetykiem. | 1 raz w semestrze - według harmonogramu | 1. Kubiak
 |  |
| 28 | Organizowanie teatrzyków, inscenizacji, bajek lub opowiadań promujących bezpieczne i sportowe podejście do życia. | Według harmonogramu. | M. BłaszczykJ. KanickaM. BednarskaA. Pierzgalska |  |
| 29 | Spotkania ze sportowcami różnych dyscyplin: karate, boks, siatkówka, taniec, piłka nożna itp. | Cały rok - według harmonogramu | Wszystkie nauczycielki. |  |
| 30 | Piękna Nasza Polska Cała | Według harmonogramu | M. BednarskaA. Tomczak |  |
| 31 | Warsztaty kulinarne dla dzieci „Wiem co jem i aktywnie spędzam dzień” mających na celu rozbudzenie zmysłów: węchu, smaku, wzroku, dotyku. Podejmowanie działań mających na celu wspólne przygotowania zdrowych, sezonowych posiłków, przekąsek, deserów. | Cały rok, według harmonogramu | Wszystkie nauczycielki |  |
| 32 | Wyjścia do różnych kompleksów sportowych: stadion, siłownia, Orlik, hala sportowa, boisko w lasku miejskim, zewnętrzne place zabaw. | Cały rokWedług harmonogramu | Nauczycielki grup starszych |  |
| 33 | Wzbogacenie zasobów biblioteki dla nauczycieli o publikację pt. “Ruch plus muzyka = matematyka” Z. Jastrzębskiej - Krajewskiej.  | Według harmonogramu | M. PiseraM. Kałużna |  |
| 34 | Zajęcia ruchowe z elementami jogi dla dzieci | Cały rokWedług harmonogramu | A.Kubiak |  |

|  |
| --- |
| ***Zagadnienia ogólne realizowane przez cały rok przez wszystkie nauczycielki:****=Dbanie o bezpieczeństwo dzieci podczas zabaw w sali i placu przedszkolnym:*· Przegląd bezpiecznego użytkowania sprzętu sportowego i zabawek w salach i na placu przedszkolnym,=Wykorzystanie różnorodnych metod, form i środków do zdobywania doświadczeń twórczych w zakresie ruchu:· wykorzystanie zbiorów płyt CD, prezentacji multimedialnych oraz materiałów warsztatowych oraz scenariuszy do zabaw z dziećmi, wykorzystanie naturalnej potrzeby ruchu dziecka w ćwiczeniach i zabawach opartych na metodach:Wykorzystanie metod rozwijajacych sprawność ruchową u dzieci: * Metoda zabawowo - naśladowcza
* Metoda bezpośredniej celowości ruchu
* Opowieść ruchowa Thulina
* Gimnastyka twórcza Labana ( improwizacja ruchowa)
* Metoda Kniesów
* Carla Orffa
* - Weroniki Sherborne
* Metoda stacyjna
* Ścieżki zdrowia
* Aerobic
* Medytacja
* Joga

 =Stworzenie w salach kącików tematycznych: relaksacyjny, lekarski, sportowy, apteka= Prowadzenie zajęć, zabaw, z zakresu zasad udzielania pierwszej pomocy, jak zachować się w sytuacjach zagrożenia, gdzie można otrzymać pomoc,*=Organizowanie działań sprzyjających zdrowiu fizycznemu i psychicznemu poprzez:*· Organizowanie spacerów i wycieczek w połączeniu z formami ruchu na świeżym powietrzu,· Odbywanie zajęć o charakterze prozdrowotnym,· Przeprowadzanie zajęć ruchowych z muzyką w połączeniu z metodami twórczymi, aktywizującymi dzieci,*=Tworzenie warunków sprzyjających spontanicznej i zorganizowanej aktywności ruchowej:*· Różnorodność stosowanych metod i form pracy z dziećmi,· Samodzielne wykonywanie i stosowanie atrakcyjnych rekwizytów,· Zorganizowanie kącika sportowego i akcentów w dekoracji przedszkola o charakterze sportowym (gazetka, plansze),*= Sukcesywne wzbogacanie bazy materialnej:*· Pozyskiwanie sponsorów i zakup różnorodnych przyborów do ćwiczeń gimnastycznych inspirujących dzieci do twórczej aktywności ruchowej,*=Propagowanie zdrowego stylu życia wśród dzieci i ich rodziców poprzez:*· Przekazywanie wiedzy o zdrowym stylu życia na popołudniowych zajęciach oraz umieszczając informacje na tablicach grupowych,· Prowadzenie różnych zabaw i ćwiczeń stymulujący rozwój dzieci,· Stosowanie profilaktyki zdrowotnej,*=Kształtowanie przekonania o konieczności stosowania zasad higieny osobistej i przestrzeganie higieny otoczenia:*· Prawidłowe mycie rąk,· Higiena jamy ustnej, włosów i paznokci,· Samodzielne korzystanie z toalety, mycie rąk po wyjściu z toalety,*=Ukazanie wartości zdrowia jako potencjału, którym dysponujemy:*· Zdawanie sobie sprawy z konieczności zwracania się o pomoc do osób zajmujących się ochroną zdrowia: lekarz, pielęgniarka,*· Poznanie przyczyn wybranych chorób i możliwości chronienia się przed zarażeniem:*· Przyswajanie nawyku zasłaniania nosa i ust podczas kichania i kaszlu,· Nie korzystanie z przedmiotów osobistego użytku należących do innych (grzebień, szczoteczka do zębów, ręcznik)*=Nabywanie podstawowych wiadomości dotyczących zdrowia, zapoznanie z tym co sprzyja a co zagraża zdrowiu:*· Kształtowanie nawyku zdrowego odżywiania się poprzez codzienną analizę jadłospisu w przedszkolu i tym co zjadamy w domu,· zachęcanie dzieci do zjadania nieznanych potraw oraz warzy i owoców,· Kształtowanie nawyku codziennej gimnastyki w podczas zajęć z dziećmi,· Rozumienie szkodliwości przebywania w zadymionym środowisku, w pomieszczeniach oraz szkodliwości palenia papierosów dla zdrowia człowieka.*=Stwarzanie sytuacji edukacyjnych pozwalających przyswoić dzieciom zasady kulturalnego zachowania się przy stole:*· Posługiwanie się sztućcami,· Przyjmowanie poprawnej postawy podczas siedzenia przy stole,· Zachowanie estetyki jedzenia podczas posiłków,· Używanie zwrotów grzecznościowych,· Kulturalne zachowanie przy stole,*= Wdrażanie zasad w zakresie postaw i nawyków:*· Rozumienie negatywnego wpływu hałasu na zdrowie człowieka,· Korzystanie z kącika relaksacyjnego,· Systematyczne wdrażanie zasady mówienia umiarkowanym głosem,· Rozumienie konieczności odpoczynku podczas dnia,· Wdrażanie do korzystania z zabawek w sposób nie wywołujący hałasu,= Promowanie zdrowia i zdrowego stylu życia poprzez poznawanie wierszy, piosenek, bajek, opowiadań.= Wprowadzenie elementów gry w piłkę: mini koszykówka, mini piłka ręczna, piłka nożną.= Rozumienie potrzeby spożywania zdrowych roślin jako źródła witamin zwłaszcza w okresie zimy- ,,Zielone hodowle w kąciku przyrody’’.= Wykonanie samodzielne rekwizytów do zabaw ruchowych i ich stosowanie.*= Kształtowanie zainteresowań krajoznawczo – turystycznych:*- Odkrywanie świata poprzez wycieczki w bliższe i dalszej okolicy.- Promowanie zdrowego stylu życia zamiast biernego wypoczynku.- Czynny pobyt na świeżym powietrzu.- Aktywne poznawanie otoczenia, konfrontacja z poznanymi zjawiskami i wzbudzanie w dziecku ciekawości i zainteresowania. |

|  |
| --- |
| ***Współpraca z rodzicami*** |
| Angażowanie rodziców w organizację prozdrowotnych przedsięwzięć przedszkolnych.Zachęcanie rodziców do aktywnego spędzania czasu z dziećmi.Udostępnianie i promowanie zajęć sportowych na terenie miasta i najbliższej okolicy.Ciągłe udoskonalanie i uaktualnianie strony internetowej naszego przedszkola.Spotkania psychologiem i logopedą. |