**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. Kałużna  Dyrektor |  |
| 6 | Spotkanie z policjantem. | Wrzesień | M. Bednarska |  |
| 7 | Ogólnopolski Projekt Edukacyjny  “ Zabawa sztuką”. | Cały rok - według harmonogramu | A. Tomczak  K. Stokwiszewska |  |
| 8 | Projekt Edukacyjny “ Z pętelką po zdrowie”. | Cały rok - według harmonogramu | E. Karpiak  J. Kanicka |  |
| 9 | Spotkanie z strażakiem. | Październik | M. Kałużna |  |
| 10 | Kolorowy Dzień Warzyw i Owoców - Bal Jesieni | 19 Październik | E. Karpiak  M. Bednarska  A. Tomczak  A. 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. Pisera  M. Bednarska |  |
| 15 | Projekt edukacyjny Kreatywne dni nietypowe:   * Dzień jabłka * Dzień zdrowego śniadania * Dzień buraka * Dzień marchewki * Dzień wody | 28.09.2023  08.11.2023  24.11. 2023  04.03.2024  22.03.2024 | 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. Pierzgalska  K.Stokwieszewska  B. 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 harmonogramu  Marzec | M. Bednarska  A. Tomczak  A.Tomczak  J. Kanicka  E. Karpiak  Wszystkie nauczycielki. |  |
| 19 | Jemy zdrowo i kolorowo:   * Dzień czerwony * Dzień biały * Dzień zielony * Dzień żółty | 22 Wrzesień  21 Grudzień  21 Marzec  21 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. Tomczak  A. Pierzgalska |  |
| 23 | Pokaz mody sportowej - Dzień Sportu. | 5 Kwiecień | K. Stokwiszewska  E. Karpiak |  |
| 24 | Obchody Dnia Ziemi- gra terenowa dla 6-latków z ozorkowskich przedszkoli. | 22 Kwiecień | K. Stokwiszewska  A. Kubiak  M. Kałużna |  |
| 25 | Sportowy Festyn Rodzinny | Maj | Rada Rodziców |  |
| 26 | Spartakiada Sportowa- Dzień Dziecka ( tylko dla przedszkolaków) | Czerwiec | A.Pierzgalska  A. Tomczak  E. Karpiak  M. 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. Błaszczyk  J. Kanicka  M. Bednarska  A. 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. Bednarska  A. 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 rok  Według harmonogramu | Nauczycielki grup starszych |  |
| 33 | Wzbogacenie zasobów biblioteki dla nauczycieli o publikację pt. “Ruch plus muzyka = matematyka” Z. Jastrzębskiej - Krajewskiej. | Według harmonogramu | M. Pisera  M. Kałużna |  |
| 34 | Zajęcia ruchowe z elementami jogi dla dzieci | Cały rok  Według 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. |