**PLAN DZIAŁAŃ**

**PLACÓWKI PROMUJĄCEJ ZDROWIE**

**w roku szkolnym 2023/2024**

**Przedszkole Nr 1**

**z Oddziałami Integracyjnymi w Łapach**

**Część wstępna planu**

1. **Problem priorytetowy do rozwiązania:** Niewielka część wychowanków społeczności przedszkolnej stosuje w praktyce zasady zdrowego, racjonalnego żywienia.

* **Opis problemu:**

Na początku roku szkolnego przeprowadziliśmy diagnozę stosując metodę obserwacji, rozmowę z nauczycielami oraz rozmowy z rodzicami i dziećmi. Na podstawie uzyskanych wyników stwierdziliśmy, że w dalszym ciągu należy pracować nad tym, aby wprowadzać zdrowe nawyki żywieniowe u dzieci poprzez propagowanie wartościowych produktów (owoce, warzywa, nabiał, woda).

* **Uzasadnienie wyboru problemu:**

Prawidłowe żywienie jest jednym z najważniejszych czynników wpływających na rozwój człowieka i utrzymanie przez niego dobrego stanu zdrowia. Ma ono ogromne znaczenie zwłaszcza w przypadku dzieci. W okresie wzrostu i rozwoju organizmu wpływa nie tylko na samopoczucie, stan zdrowia, funkcje poznawcze, lecz także pomaga chronić organizm przed wieloma poważnymi konsekwencjami zdrowotnymi w późniejszych etapach życia. Znaczenie dla zdrowia mają również prawidłowe nawyki i zwyczaje żywieniowe, które najczęściej kształtują się właśnie w młodym wieku.

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.

1. **Przyczyny istnienia problemu:**

* zbyt niska świadomość dorosłych dotycząca zdrowego odżywiania się
* brak nawyków przygotowywania posiłków w domu wspólnie z dziećmi
* tempo życia
* reklamy telewizyjne promujące słodycze i fast-foody

1. **Rozwiązania prowadzące do usunięcia problemu:**

* Wzięcie udziału w obchodach „Światowego Dnia Zdrowia”.
* Zorganizowanie „Cyklu zajęć o charakterze prozdrowotnym” – opracowanie i realizacja projektów edukacyjnych.
* „Ogródek na parapecie” – założenie hodowli ziół i przypraw w salach przedszkolnych.
* Zorganizowanie wycieczki do ogródków działkowych ROD „Sosenka”.
* Zorganizowanie spotkania z pielęgniarką – pogadanka na temat zdrowego stylu życia.
* Zorganizowanie przedstawienia teatralnego „Nauczyciele – dzieciom” o tematyce zdrowego żywienia.
* „Zdrowie na start” – zorganizowanie konkursu fotograficznego rodzic-dziecko przedstawiającego zdrowy posiłek na talerzu.
* „Zdrowe urodziny” – zorganizowanie w grupach uroczystego dnia urodzin wykorzystując zdrowe przekąski.
* Zorganizowanie cyklicznych zajęć „Soki owocowo–warzywne – Eko-soki”.

**Plan działań**

**1. Cel:** Podniesienie świadomości całej społeczności przedszkolnej dotyczącej zagrożeń wynikających z niewłaściwego żywienia np. próchnica, otyłość, cukrzyca itp.

**Kryterium sukcesu:** 95% wychowanków społeczności przedszkolnej, rodziców i personelu jest świadoma zagrożeń wynikających z niewłaściwego odżywania się.

**Sposób sprawdzenia, czy osiągnięto cel (sukces):**

**a. Co wskaże, że osiągnięto cel?** Wyniki ankiety przeprowadzonej wśród rodziców, obserwacje nauczycieli.

**b. Jak sprawdzimy, czy osiągnięto cel?** Wnioski z rozmów z rodzicami, obserwacja nauczycieli.

**c. Kto i kiedy sprawdzi, czy osiągnięto cel?** Wskazani członkowie zespołu promocji zdrowia, koordynator zespołu, czerwiec 2024.

**2. Zadania**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Zadanie** | **Kryterium sukcesu** | **Sposób realizacji** | **Okres/termin realizacji** | **Wykonawcy/**  **osoba odpowiedzialna** | **Potrzebne środki/zasoby** | **Sposób sprawdzania wykonania zadania** |
| • Dokonanie wstępnej diagnozy przez zespół ds. promocji zdrowia | • 100% nauczycieli uczestniczy we wstępnej diagnozie | • Spotkanie zespołu ds. promocji zdrowia | VIII.2023r. | • zespół ds. promocji zdrowia  • wszyscy nauczyciele | Papier | Protokół spotkania |
| • Opracowanie planu działań | • opracowany plan | • Spotkanie zespołu ds. promocji zdrowia | IX.2022r. | • zespół ds. promocji zdrowia | Papier, drukarka | Protokół spotkania |
| •Zorganizowanie zebrań z rodzicami | • 100% rodziców zostanie zapoznana z planem działań  • 100% rodziców zaakceptuje przedstawiony działania | •Zebranie z rodzicami  - zapoznanie z planem działań na rok szkolny 2023/2024 | IX.2023r. | •wszyscy nauczyciele  • dyrektor | Materiały biurowe, plan pracy | Lista obecności rodziców, zapisy w arkuszach w teczce grupy. |
| • Wzięcie udziału w obchodach „Światowego Dnia Zdrowia” | • 100% dzieci weźmie udział w obchodach „Światowego Dnia Zdrowia” | • Zapoznanie z tematem przewodnim Światowego Dnia Zdrowia. | IV.2024r. | • Izabela Witkowska  •Justyna Gąsowska |  | Fotorelacje na stronie internetowej przedszkola, |
| • Zorganizowanie „Cyklu zajęć o charakterze prozdrowotnym” – opracowanie i realizacja projektów edukacyjnych | • 100% nauczycieli i dzieci weźmie udział w realizowanych projektach edukacyjnych | • Zorganizowanie „Cyklu zajęć o charakterze prozdrowotnym” – opracowanie i realizacja projektów edukacyjnych. Kształtowanie postawy prozdrowotnej i zdrowego stylu życia | Cały rok | • Nauczyciele wszystkich grup |  | Fotorelacje na stronie internetowej przedszkola |
| • „Ogródek na parapecie” – założenie hodowli ziół i przypraw w salach przedszkolnych | •100% nauczycielek utworzy w sali kącik „Hodowla ziół i przypraw” | • Założenie w salach na parapecie” hodowli ziół i przypraw. | Cały rok | • Nauczyciele wszystkich grup |  | Fotorelacje na stronie internetowej przedszkola |
| • Zorganizowanie wycieczki do ogródków działkowych ROD „Sosenka” | • 100%dzieci weźmie udział w zorganizowanej wycieczce | • Zorganizowanie wycieczki do ogródków działkowych ROD „Sosenka”. Poznanie zdrowych produktów wychodowanych w ogrodzie. | V-VI.2024r. | • Agata Kamińska  • Joanna Onichimiuk  • Marcelina Łupińska | Papier, gazeta, artykuły piśmiennicze | Fotorelacje na stronie internetowej przedszkola |
| •Zorganizowanie spotkania z pielęgniarką – pogadanka na temat zdrowego stylu życia | •100% dzieci i weźmie udział w spotkaniu | •Zorganizowanie spotkania z pielęgniarką na temat zdrowego stylu życia. |  | • Urszula Płońska  • Elżbieta Gregorczuk |  | Fotorelacje na stronie internetowej przedszkola, prace dzieci |
| •Zorganizowanie przedstawienia teatralnego „Zdrowie” | • 100% nauczycielek i dzieci weźmie udział w przedstawieniu teatralnym | •Zorganizowanie przedstawienia teatralnego „Nauczyciele – dzieciom” o tematyce zdrowego żywienia i zdrowego stylu życia. |  | • Magdalena Sankowska  • Karolina Sobieraj  •Bogumiła Łapińska | Materiały biurowe, artykuły piśmiennicze | Fotorelacje na stronie internetowej przedszkola |
| •„Zdrowie na start” – zorganizowanie konkursu fotograficznego rodzic-dziecko przedstawiającego zdrowy posiłek na talerzu | •100% nauczycieli, rodziców i dzieci weźmie udział w zorganizowanymkonkursie | • Zorganizowanie konkursu fotograficznego z udziałem rodziców „Zdrowie na start”. |  | • Mariola Łapińska  • Katarzyna Falkowska  • Hanna Dąbrowska | Aparat fotograficzny, zdjęcia, produkty spożywcze, artykuły kuchenne | Fotorelacje na stronie internetowej przedszkola |
| •„Zdrowe urodziny”– owocowy poczęstunek” zorganizowanie w grupach uroczystego dnia urodzin wykorzystując zdrowe przekąski | •100% nauczycieli, rodziców i dzieci weźmie udział w organizowanych urodzinach | • Zorganizowanie dzieciom „Zdrowych urodzin- owocowy poczęstunek” wykorzystując do tego zdrowe przekąski. | Cały rok | • Nauczyciele wszystkich grup | Zdrowe przekąski- owocowy poczęstunek | Fotorelacje na stronie internetowej przedszkola |
| • Zorganizowanie cyklicznych zajęć „Soki owocowo–warzywne – Eko-soki” | •100% dzieci weźmie udział w zorganizowanych zajęciach | • Zorganizowanie samodzielnego przygotowywania soków przez dzieci. Uświadomienie znaczenia picia świeżo wyciśniętych soków dla zdrowia. | Raz w miesiącu wg ustalonego harmonogramu | •Nauczyciele wszystkich grup  • Agata Kamińska  • Elżbieta Piszczatowska | Produkty spożywcze, artykuły kuchenne | Fotorelacje na stronie internetowej przedszkola |