**PLAN DZIAŁAŃ**

**PLACÓWKI PROMUJĄCEJ ZDROWIE**

**w roku szkolnym 2023/2024**

**Przedszkole Samorządowe nr 14 im. M. Kownackiej w Kielcach**

**Część wstępna planu**

1. **Problem priorytetowy do rozwiązania:** Część wychowanków społeczności przedszkolnej jest nieświadoma zagrożeń wynikających z braku aktywności fizycznej.
* **Opis problemu:**

Na początku roku szkolnego przeprowadziliśmy diagnozę, stosując metodę obserwacji oraz rozmowy z rodzicami, nauczycielami i dziećmi. Na podstawie wyników z przeprowadzonych badań, stwierdzamy, iż nadal należy podejmować działania propagowania aktywności ruchowej. Ruch jest naturalną potrzebą wieku dziecięcego, nie należy go tłumić, a dążyć do tego, by dzieci jak najwięcej czasu spędzały w ruchu,  rozwijając swoją  sprawność. Dziecko ruszając się,  uaktywnia zmysły, dzięki którym poznaje otaczający go świat. Aktywizacja ruchowa dzieci to zwiększenie ich pewności siebie, poprawa pamięci i koncentracji.

* **Uzasadnienie wyboru problemu:**

Dziecko rozwija się w ruchu, czas wolny więcej niż 30 minut spędzony przed telewizorem, tabletem, komputerem, powoduje bezruch, silne napięcia mięśniowe, wady postawy, nadpobudliwość. Rodzice i nauczyciele muszą dać przykład właściwego spędzania czasu wolnego, poprzez gry i zabawy ruchowe, które przyczyniają się do prawidłowego rozwoju fizycznego i emocjonalnego. Problem został wybrany przez zespół promocji zdrowia, poszerzony przez wychowawczynie poszczególnych grup i zaakceptowany na posiedzeniu Rady Pedagogicznej. Uważamy, że kształtowanie zdrowego stylu życia powinno odbywać się cyklicznie od najmłodszych lat w ścisłej współpracy z rodzicami, co daje szansę na ujednolicenie oddziaływań i wpłynie na skuteczność podejmowanych działań każdego roku począwszy od najmłodszej grupy wiekowej.

Mamy świadomość, że sprawność fizyczna ściśle wiąże się odżywieniem. Wiemy, że nauka zdrowego odżywiania się to długotrwały proces, który wymaga wielu bodźców nie tylko ze strony środowiska przedszkolnego, ale i domowego. Dlatego zadania, które zostały zaplanowane i zrealizowane w roku szkolnym 2022/2023, a dotyczyły zachęcania dzieci do zdrowego odżywiania się, będą kontynuowane w kolejnym roku szkolnym. Obchody np. Dnia Marchewki, Dnia Szpinaku itp. staną się dla poszczególnym grup powodem do tego, aby po raz kolejny sięgnąć po zdrowe warzywa i owoce, z których przedszkolaki wykonają pyszne soki, koktajle itp. Dodatkowo zaplanowano udział w Ogólnopolskim Projekcie Edukacyjnym „Pyszny sposób na nudę… czyli przedszkolna książka kucharska”.

1. **Przyczyny istnienia problemu:**
* zbyt niska świadomość dorosłych dotycząca znaczenia ruchu dla rozwoju dziecka
* brak umiejętności organizowania wolnego czasu dla dzieci
* zbyt mała aktywność ruchowa w domu
* preferowanie biernych form odpoczynku, lekceważenie zagrożeń związanych z brakiem ruchu
1. **Rozwiązania prowadzące do usunięcia problemu:**
* organizowanie spacerów w połączeniu z  określonymi formami ruchu na świeżym powietrzu,
* prowadzenie zajęć ruchowych przy muzyce,
* systematyczne prowadzenie zajęć gimnastycznych,
* obchody IX edycji Europejskiego Tygodnia Sportu – XXXII Przedszkolne Igrzyska Sportowe,
* udział w II Świętokrzyskiej Olimpiadzie Przedszkolaka,
* zamieszczanie artykułów propagujących zdrowy styl życia, dla rodziców na tablicy „Mamo, tato popatrz na to” -rozbudzenie zamiłowania do wspólnych zabaw z dziećmi i aktywności ruchowej ,
* udział w ogólnopolskiej akcji „Zdrowo i sportowo”,
* organizowanie międzygrupowych zawodów sportowych pod hasłem „Kto pierwszy”,
* udział starszych dzieci w imprezach sportowych dla przedszkolaków organizowanych na terenie Miasta Kielce,
* wykorzystywanie podczas zabaw ruchowych, ćwiczeń porannych, ćwiczeń gimnastycznych dostępnych na terenie placówki instrumentów muzycznych oraz przyborów sportowych,
* udział społeczności przedszkolnej w Festynie Rodzinnym pod hasłem „ Na sportowo ”,
* udział w Ogólnopolskim Projekcie Edukacyjnym „Pyszny sposób na nudę… czyli przedszkolna książka kucharska”.

**Plan działań**

**1. Cel:** Podniesienie świadomości całej społeczności przedszkolnej dotyczącej zagrożeń powodowanych zbyt małą aktywnością ruchową.

**Kryterium sukcesu:** 80% wychowanków, rodziców i personelu jest świadoma zagrożeń wynikających z braku aktywności fizycznej, 95 % dzieci bierze udział w aktywnościach fizycznych organizowanych przez nauczycieli

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

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

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Nazwa zadania** | **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.2023r. | • zespół ds. promocji zdrowia | Papier, drukarka | Protokół spotkania |
| •Zorganizowanie zebrań z rodzicami | • 70% rodziców zostanie zapoznana z planem działań • 70% rodziców zaakceptuje przedstawione 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. |
| • Działania promujące aktywność ruchową wśród rodziców | • 100% rodziców zapozna się artykułami propagujących zdrowy styl życia zamieszczonymi na tablicy „Mamo, tato popatrz na to”  | •Zamieszczanie artykułów propagujących zdrowy styl życia, dla rodziców na tablicy „Mamo, tato popatrz na to” -rozbudzenie zamiłowania do wspólnych zabaw z dziećmi i aktywności ruchowej  | Cały rok | • zespół ds. promocji zdrowia | Papier, gazeta, artykuły piśmiennicze | Tablica „Mamo, tato popatrz na to” w holu przedszkola. |
| • Działania promujące aktywność ruchową; promowanie aktywnego spędzania czasu wolnego | • 100% dzieci uczestniczy w spacerach na świeżym powietrzu• 100% dzieci weźmie udział w prowadzonych zajęciach ruchowych przy muzyce• 100% dzieci weźmie udział w prowadzonych zajęciach gimnastycznych• 100% dzieci weźmie udział w obchodach IX edycji Europejskiego Tygodnia Sportu – XXXII Przedszkolne Igrzyska Sportowe• 100% dzieci weźmie udział w prowadzonych zajęciach sportowych • 100% dzieci weźmie udział w prowadzonych zawodach sportowych 100% dzieci weźmie udział w zajęciach ze znanym sportowcem Przedstawiciele grup ( zgodnie z regulaminem turnieju) wezmą udział w zmaganiach sportowych organizowanych na terenie Miasta Kielce50% dzieci weźmie udział w konkursie100% dzieci wykorzysta sprzęt sportowy 100% dzieci wykorzysta sprzęt sportowy  | *•*  Organizowanie spacerów w połączeniu z  formami ruchu na świeżym powietrzu*•*  Prowadzenie zajęć ruchowych przy muzyce *•* Systematyczne prowadzenie zajęć gimnastycznych w ogrodzie przedszkolnym ( przy sprzyjających warunkach pogodowych) z wykorzystaniem przyborów, torów przeszkód.*•* Udział we wrześniowych zawodach sportowych• Udział w Ogólnopolskiej akcji „Zdrowo i sportowo”• Udział w międzygrupowych zawodach sportowych pod hasłem „Kto pierwszy”• Udział w pokazowych zajęciach sportowych• Udział we w zawodach sportowych Zorganizowanie w ogrodzie przedszkolnym zawodów sportowych z udziałem dzieci ze SP nr 31 ( - 6-7 – latki) Przygotowanie na terenie ogrodu przedszkolnego bramek do gry w piłkę nożną.Zakup przyborów do ćwiczeń gimnastycznych | Cały rokCały rokCały rokIX. 2023r.Cały rokCały rokV-VI 2024r.Wg harmonogramu imprezV 2024 IV 2024IV 2024 | • Nauczyciele wszystkich grup• Nauczyciele wszystkich grup• Nauczyciele wszystkich grup• Nauczyciele wszystkich grup• Nauczyciele wszystkich grup• Nauczyciele wszystkich grup• zespół ds. promocji zdrowia• Nauczyciele najstarszych grup• Nauczyciele najstarszych grup• dyrektor• dyrektor | Terenowy sprzęt stały, sprzęt sportowy, kamizelki odblaskoweSprzęt sportowy, odtwarzacz muzyki, płyty, pendriveTerenowy sprzęt stały, sprzęt sportowy, przybory gimnastyczneSprzęt sportowy, przybory gimnastyczneSprzęt sportowy, przybory gimnastyczneSprzęt sportowy, przybory gimnastyczneSprzęt sportowy, przybory gimnastyczneSprzęt sportowy, przybory gimnastyczneSprzęt sportowy, przybory gimnastyczneBramki Gumy, skakanki, piłki, hula hop i inne  | Fotorelacje na stronie internetowej przedszkolaFotorelacje na stronie internetowej przedszkola |
| • Działania zmierzające do zwiększenia kompetencji we współpracy z rodzicami | • 25% dzieci i rodziców weźmie udział w pokazie• 80% dzieci i rodziców weźmie udział w Festynie rodzinnym | • Zorganizowanie wewnątrz przedszkolnego pokazu dziecięcej mody sportowej ( we współpracy z rodzicami).• udział w Festynie Rodzinnym „ Na sportowo”.  | II-III 2024r.VI 2024r. | • Dorota Pacek-Styś• Dyrektor, Zespół Promocji Zdrowia, nauczyciele, pracownicy niepedagogiczni. | Materiały biurowe, artykuły piśmienniczeSprzęt nagłaśniający, sprzęt sportowy, przybory gimnastyczne |  Fotorelacje na stronie internetowej przedszkola, prace dzieciFotorelacje na stronie internetowej przedszkola, |
| • Kontynuacja 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 np. hulajnogą poprzez informację na stronie internetowej, plakat w holu przedszkola. Wręczenie uczestnikom dyplomów „Aktywnego przedszkolaka”.Wykorzystanie stojaków na rowery i hulajnogi przed budynkiem przedszkola. Zorganizowanie spotkania z policjantem nt. bezpiecznego poruszania się po drodze, przemieszczania się rowerkiem, hulajnogą. | V-VI 2024r. | Dyrektor,Zespół Promocji Zdrowia, nauczyciele. | Plakat, środki biurowe,  | Fotorelacje na stronie internetowej przedszkola, |
| • Wspieranie rodziców w kształtowaniu u dzieci nawyku zdrowego odżywiania. Prowadzenie działań z zakresu promocji zdrowego odżywiania. | Aktywne uczestnictwo dzieci w aktywnościach proponowanych przez nauczycielki. | • Samodzielne komponowanie kanapek przez dzieci z przygotowanych produktów. • Obchody dni warzyw i owoców.• Ogólnopolski Projekt Edukacyjny „Pyszny sposób na nudę…, czyli przedszkolna książka kucharska” | Cały rok2023/2024Zgodnie z kalendarzem imprezIX 2023- V2024 | -Pracownicy kuchni, -nauczycielki, -pomoce-Nauczycielki- Dorota Pacek-Styś | -materiały wgpotrzeb- materiały i scenariusze zajęć wg potrzeb-materiały i scenariusze zajęć wg potrzeb | -obserwacja- zdjęcia na stronie internetowej przedszkola- zdjęcia na stronie internetowej przedszkola |