

Realizacja ogólnopolskiego projektu edukacyjnego „Covidowe zdrowe love” w Przedszkolu Miejskim Nr 10 w Jaśle.

Przedszkole Miejskie NR10 w Jaśle, realizowało ogólnopolski projekt edukacyjny „Covidowe zdrowe love” w roku szkolnym 2021/2022. Projekt jest zgodny z obowiązującą podstawą programową wychowania przedszkolnego oraz z kierunkami realizacji polityki oświatowej 2021/2022. Celem głównym projektu było kształtowanie świadomości dzieci w zakresie zdrowia fizycznego i psychicznego. W miesiącu wrześniu zebrano zgody uczestnictwa od rodziców na wykorzystanie wizerunku dzieci. Wydrukowano i powieszono w placówce plakat projektowy. Zdzania realizowano w trzech modułach.

Moduł I : „Zdrowo jemy i świetnie się czujemy” wybrano następujące zadania:

1. **Nietypowe święto ogrodowe- Dzień Marchewki.** Przedszkolaki poznały wartości odżywcze marchwi. Miały okazję spróbować soku , który same wyprodukowały.
2. **Na szczyt się wspinamy gdy o zdrowie dbamy.** Dzieci wykonały piramidę zdrowego żywienia . Promowano aktywny styl życia oraz kształcono nawyki zdrowego odżywiania, a także odpowiedzialności za własne życie.
3. **Chcę coś smacznego , ale i zdrowego .** Niezdrowe jedzenie w zdrowej odświeżeniu. Przedszkolaki wspólnie z nauczycielem przygotowały frytki z jarmużu.
4. **Szaszłyki zdrowe i sałatki kolorowe.** Dzieci wykonały kolorowe szaszłyki z owoców, które najpierw umyły a następnie osuszyły. Poznały wartości i korzyści spożycia owoców zamiast słodczy.
5. **Co miesiąc gratka – pyszna kanapka.** W przedszkolu raz w miesiącu dzieci na śniadanie same robiły sobie kanapki. Kształtowano właściwe nawyki żywieniowe, wdrażano do spożywania różnorodnego pieczywa, nabiału, wędlin, warzyw. Pogłębiano wiedzę na temat zdrowego odżywiania.
6. **Kąciak zdrowy warzywno-owocowy.** Uświadomiono przedszkolakom znaczenie spożywania warzyw i owoców dla zdrowia. Dzieci poznały zdrowy styl odżywiania się. Wyrobiono nawyk higienicznego spożywania pokarmów.
7. **Zdrowe urodziny dla chłopaka i dziewczyny.** Wprowadzono zwyczaj przynoszenia do przedszkola w dniu urodzin owoców zamiast słodczy. Uświadomiono dzieciom, że jedzenie słodczy prowadzi do otyłości.
8. **Szejki , smoothie i koktajle dla urody całkiem fajne.** Celem zajęć było , zachęcenie dzieci do spożywania witamin i zapoznanie z możliwością spożywania owoców w innej postaci.
9. **Zamiast w przedszkolu , w sadzie lub w polu.** Wycieczka przedszkolaków na ogródki działkowe. Dzieci obserwowały przyrodę, oraz zapoznały się z ekologiczną uprawą roślin.

Moduł II : Sport zdrowie, każdy Ci to powie! :

1. Mam, tato ja Wam powiem, że ten sport to jednak zdrowie! Przeprowadzono zabawę taneczną do nagrania „Taniec Mai” w ramach zajęcia otwartego dla rodziców „Ruch to zdrowie”. Dzieci rywalizowały ze sobą w ramach konkurencji sportowych:- rzuty woreczkami do pojemnika, bieg do wyznaczonego miejsca z nakładaniem krążków na stojaki; toczenie piłki do celu ;bramka, przejście do wyznaczonego miejsca z woreczkiem na głowie; strzelanie piłką do bramki. Dodatkowo rodzice obecni na warsztatach sportowych wykonywali konkurencje . Rodzice, którzy brali udział w rozgrywkach sportowych otrzymali plakietki sportowe. Zajęcie zakończono zabawą relaksacyjną przy muzyce ilustrowaną rytmicznym ruchem.

2. Zdrowy bal sportowy . Zorganizowano zabawę taneczną o tematyce sportowej . Dzieci, które zdobyły najwięcej punktów zyskały miano Mistrzów Sportu i wzięły udział w **Gali Mistrzów Sportu** z wręczeniem dyplomów.

3. Wyginam śmiało ciało. W miesiącu maju prowadzono cyklicznie zajęcia uproszczonego układu tanecznego **zumbi** dla wszystkich chętnych dzieci do nagrania Alma Gemela – Zumba Kids. Grupa wyuczony taniec zaprezentowała na Dzień Mamy i Taty – dzieci zostały nagrodzone gromkimi brawami przez rodziców oglądających prezentację.

4.Gimnastyka z patyka i guzika Przeprowadzono cykl zajęć dla dzieci z wykorzystaniem nietypowych rekwizytów. Gry nietypowe klasy, ćwiczenia z serwetkami.

5. Odlotowe zawody biegowe. Zorganizowano wewnątrzgrupowe zawody biegowe, których celem była promocja zdrowego stylu życia i aktywnego spędzania czasu na ogrodzie.

6 . Aerobik ważna sprawa , dla dzieciaka to zabawa. Prowadzono cykl tygodniowych zajęć z elementami aerobiku w ramach porannej gimnastyki.

7. Kwietniowe zabawy sportowe. Zorganizowano zabawy sportowe z zaprzyjaźnionym Przedszkolem Nr 6 w Jaśle. Wdrażano dzieci do przestrzegania reguł w zawodach sportowych. Zapoznano z właściwym stosowaniem zasad dopingu sportowego.

8. Medal dostaje kto zdrowym się staje- przeprowadzenie pracy plastycznej. W grupie przedszkolonej przeprowadzono konkurs plastyczny. Wzbogacono wiedzę dzieci na temat żywności ekologicznej.

Moduł III : W nas jest bardzo wielka siła, chcemy żeby zwyciężyła:

1. O tym jak kropka mała okazała się być wspaniała. W miesiącu wrześniu przeprowadzono zajęcia w ramach w ramach Międzynarodowego Dnia kropki. Przedszkolaki obejrzały animację „The dot”, która uświadomiła dzieciom ich nieograniczone możliwości oraz stworzenie pejzażu z wykorzystaniem kropek.

2. To nie tylko święto wiosny , ale ważny dzień radosny. Dnia 21 marca bieżącego roku, odbył w grupie dzieci starszych konkurs plastyczny „Kolorowa skarpetka” który miał na celu, wyrażanie tolerancji, zrozumienie i wsparcie dla osób chorych.

3. Cały tydzień z emocjami, rozwiń wiedzę razem z nami. Przedszkolaki przez cały tydzień realizowały zagadnienia poświęcone emocjom. Rozpoznawały i nazywały towarzyszące im emocje. Poznały różne sposoby wyrażania **emocji** (ruch, mimika, słowa).

4. **Sympatyczny przedszkolak empatyczny.** Dzień empatii i uśmiechu został zorganizowany w dniu przyścia do przedszkola nowych dzieci z Ukrainy. Zaangażowano dzieci, do poznawania i rozwijania umiejętności społecznych.
5. **Z nieśmiałością sobie radzę , w życiu sobie też poradzę!** W naszym przedszkolu odbył się Dzień Osób Nieśmiałych. Budowano pozytywną samoocenę i poczucie własnej wartości u dzieci oraz kształtowano umiejętności rozpoznawania swoich mocnych stron.
6. **Interaktywna plansza z emocjami- zrób ją razem z nami!** . Stworzono termometr uczuć , który pomagał w zauważaniu emocji, kiedy te nie były jeszcze tak intensywne. Jeżeli dziecko czuło w sobie delikatną frustrację to można było zawczasu zacząć działać.
7. **Emocję kontroluję więc dobrze się czuję.** W każdej sali przedszkolnej zorganizowano kąciak emocji, dostępny dla każdego potrzebującego dziecka. Wyposażono go w gniotki , butelki sensoryczne, gumowe piłeczki, woreczki z grochem.
8. **Piękna mandala spokój wyzwala.** Dzieci na ogrodzie przedszkolnym wykonały mandalę z darów przyrody.
9. **Słoik dobrych chwil zasil w parę chwil.** Przedszkolaki na kolorowych karteczkach rysowały pozytywne momenty z życia grupy, następnie wypełniały nimi „słoik dobrych chwil”.
10. **Kiedy rysuję to się relaksuję .** Przeprowadzono zajęcia terapeutyczne „Edukacja przez ruch” z wykorzystaniem metody D. Dziańskiej”. Ćwiczenie – doskonaliło poszczególne funkcje organizmu: kreślenie, tupanie, skakanie.









