



PRZEDSZKOLE NR 7
Z ODDZIAŁAMI INTEGRACYJNYMI
W KROTOSZYŃCU

Akademia Zdrowego Przedszkolaka

Sprawozdanie z akcji

"Odporność wzmacniamy, bo o
zdrowe żywienie i higienę
dbamy".



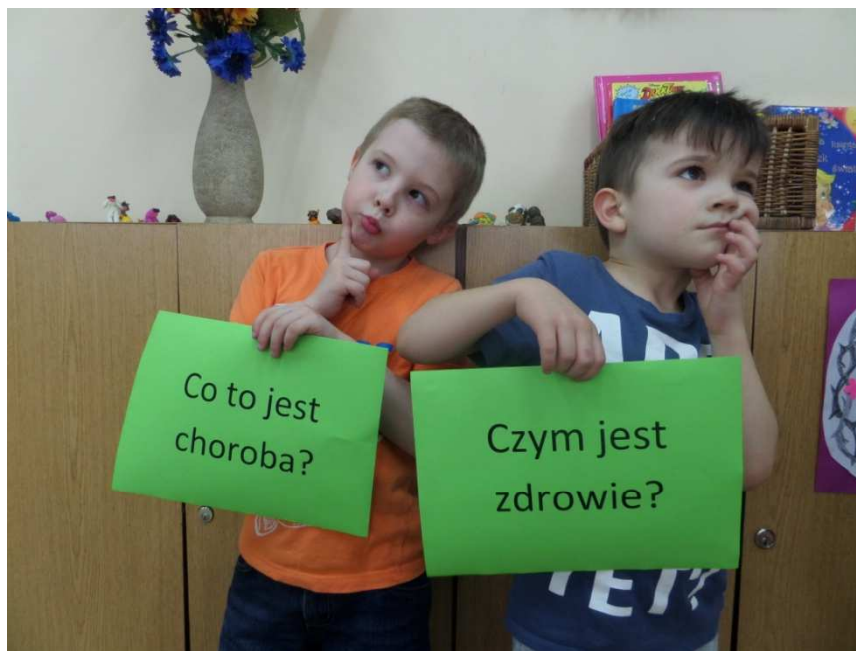
Kolejna akcja...

- Początek nowego roku poświęciliśmy tematyce zdrowotnej, przystępując do kolejnej akcji Akademii Zdrowego Przedszkolaka.
- W akcji wzięło udział 5 oddziałów
 - dzieci 3 letnie
 - dzieci 4 letnie
 - dzieci 5 letnie
 - dzieci 6 letnie

Realizacja...

- Poniższe slajdy prezentują realizację założeń Akademii przyjętych w scenariuszach nadesłanych przez organizatorów.
- Nauczycielki ze wszystkich oddziałów przedstawiły dzieciom treści zawarte w scenariuszach realizując tym samym cele ustanowione przez organizatora.
- W większości oddziałów nauczycielki wzbogaciły treść proponowanych zajęć o własne pomysły i metody wynikające, także z realizacji założeń podstawy programowej oraz planów pracy.

Czym jest zdrowie?



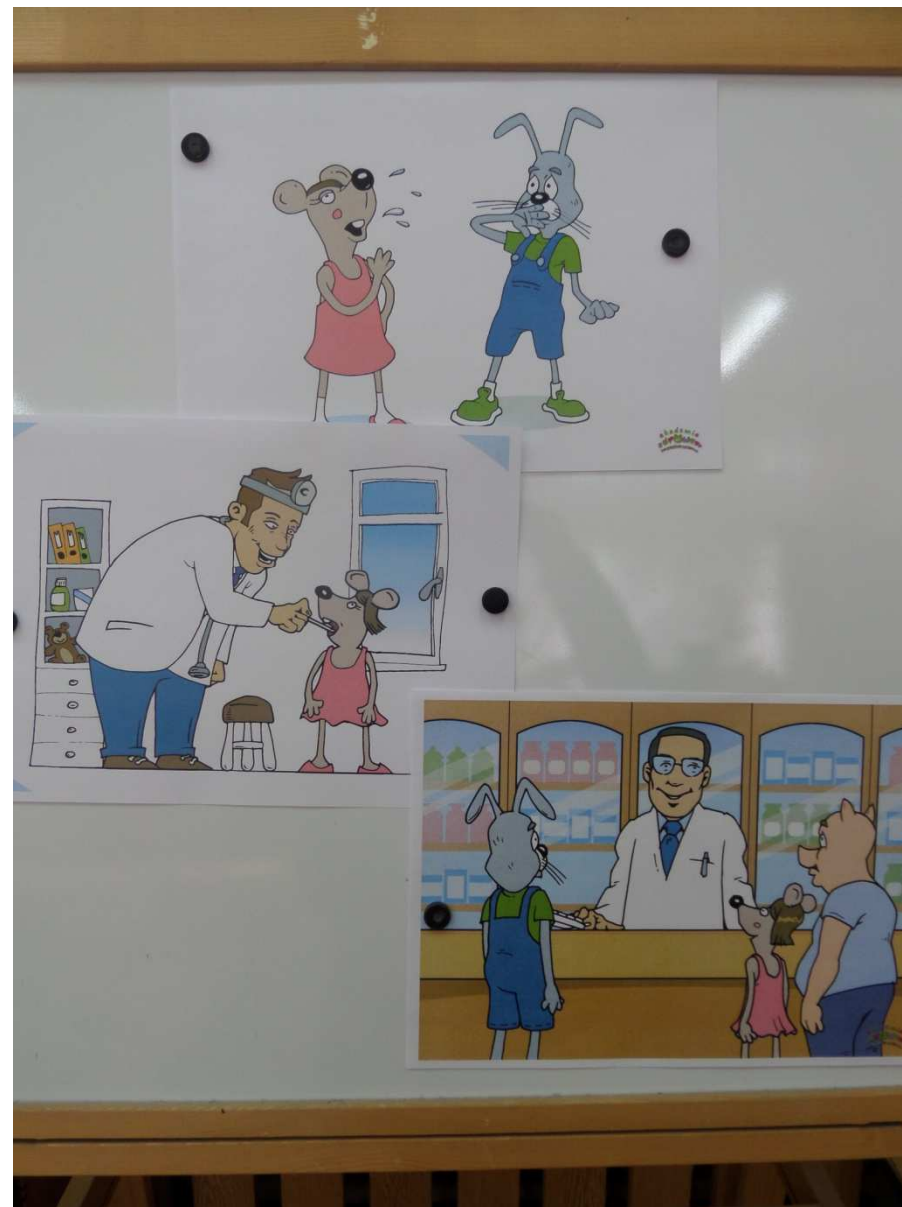
- Zdrowotną przygodę rozpoczęliśmy od wyjaśnienia czym jest zdrowie, a czym choroba? Czym są bakterie i wirusy i czy można się z nimi „kolegować”? Jeżeli nie to jak ich unikać i pilnować, aby nasze zdrowie było na piątkę z plusem.

Metodą burzy mózgów zebraliśmy
wszystkie prozdrowotne zachowania.



W odnalezieniu odpowiedzi na te podstawowe pytania pomogli nam po raz kolejny bohaterowie ze Zdrowego Zakątka. Dzieci dowiedziały się w jaki sposób można zachorować na grypę oraz jak należy wówczas postępować. Skutkiem choroby jest nieunikniona wizyta u lekarza, która dla wielu dzieci w wieku przedszkolnym związana jest ze strachem. I w tej sytuacji bajka o Zwierzątках ze Zdrowego Zakątka znalazła swoje zastosowanie.

Dzieci
wysłuchując bajki
dowiedziały się
dlaczego nie
należy bać się
lekarzy.



Dzieci w naszym przedszkolu wiedzą, że zdrowie jest bardzo ważne dlatego bardzo aktywnie brały udział w proponowanych zajęciach. W ramach współpracy z rodzicami zaprosiliśmy do przedszkola mamę jednego dziecka, która na co dzień pracuje w zawodzie lekarza, aby jeszcze dokładniej zgłębić się w pracę lekarzy.



Dzieci miały okazję dotknąć prawdziwy stetoskop a nawet zabawić się w małego lekarza słuchając swojego bicia serca. Podsumowaniem rozmów na temat pracy lekarza we wszystkich grupach było pokolorowanie ilustracji do bajek oraz zabawy ruchowe proponowane w scenariuszu.



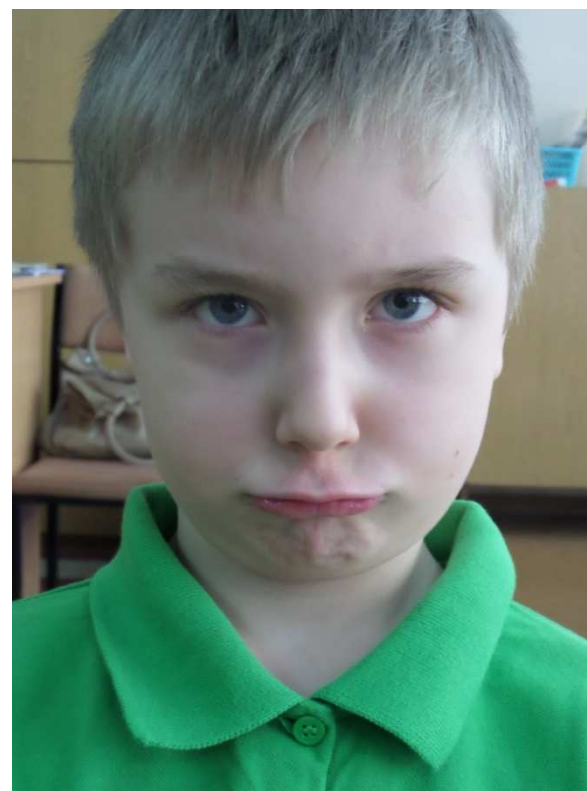
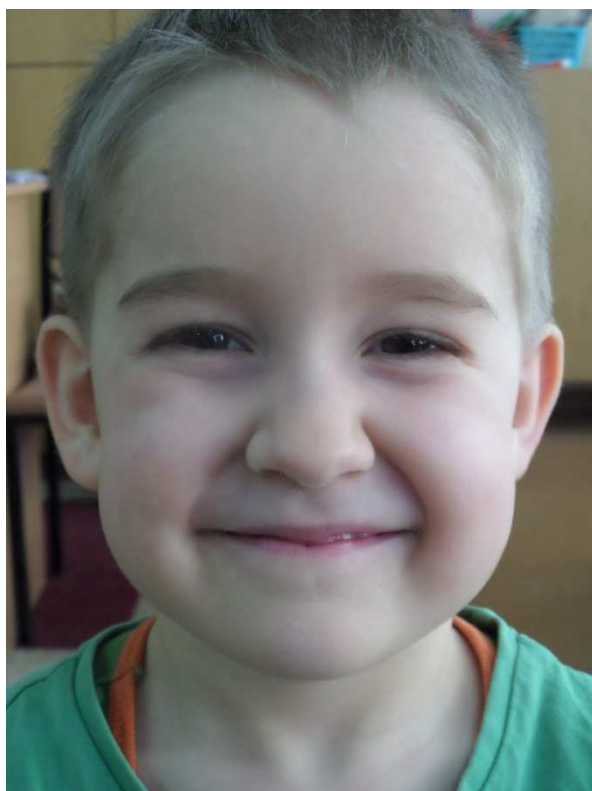
Zabawa ruchowa- „Dzieci chore i dzieci zdrowe”



Wstępem do zabawy była krótka pogadanka na temat związku naszego nastroju ze stanem zdrowia.

Dzieci doskonale wiedziały, że kiedy męczy nas choroba jesteśmy smutni.

Natomiast uśmiech na twarzy zapewnia tylko pełnia zdrowia.



Uszczegółowieniem informacji na temat przyczyn atakujących nas chorób było przyjrzenie się z bliska wirusom i bakteriom.



W tym samym tygodniu omówiliśmy także zagadnienie dotyczące powstawania leków. Nauczycielki odczytując dzieciom bajkę pt. Z wizytą w aptece, poszerzyły temat zdrowia i choroby o wiedzę na temat leków. Dzieci wiedzą, że leki kupuje się w aptece i że stosować je można tylko za zgodą i wiedzą dorosłych.



Numery alarmowe...

- Będąc przy temacie bezpieczeństwa zdrowotnego nauczycielki na oddziałach utrwały z dziećmi numery alarmowe oraz przypomniały sytuację, w których należy z nich skorzystać.



Zabawa ruchowa- „Jedzie karetka”



Omawiając tematykę związaną ze zdrowiem nie można zapomnieć o kwestii higieny. W naszym przedszkolu na co dzień wyrabiamy u dzieci dbałość o higienę osobistą nieustannie przypominając o systematycznym myciu rąk po zabawie i przed posiłkami o myciu zębów oraz zamykaniu buzi podczas kichania i kaszlu. Wobec czego realizacja programu Akademii pomogła nam jeszcze bardziej uwrażliwić dzieci na konieczność wykonywania powyższych czynności higienicznych.



W przedszkolu każde dziecko posiada swój własny kubeczek, szczoteczkę oraz ręcznik. Utrwaleniem wiedzy, iż należy korzystać tylko z własnego zestawu do higieny nauczycielki uczyniły pogadankę na temat bakterii przenoszonych przy użyciu szczoteczki swojego kolegi oraz wykonaniem pracy plastycznej, podczas której dzieci samodzielnie wykleiły przybory higieniczne.



Zabawa ruchowa



Dieta...

Kolejnym aspektem w kwestii wzmacniania odporności jest odpowiednio zbilansowana dieta o której dzieci bardzo dobrze wiedziały. Bez problemu wskazały produkty, których należy unikać oraz te których wartości odżywcze są dla naszego zdrowia bardzo ważne.

Zdrowo się odżywiamy...

W naszym przedszkolu cyklicznie odbywa się dzień zdrowego żywienia, w którym dzieci przygotowują sobie samodzielnie zdrowe kanapki.

Tym razem takie wydarzenie stanowiło nie tylko doskonalenie umiejętności samodzielnego przygotowania kanapki, ale także samodzielny wybór produktów i smaczną lekcję zasad zdrowego odżywiania.



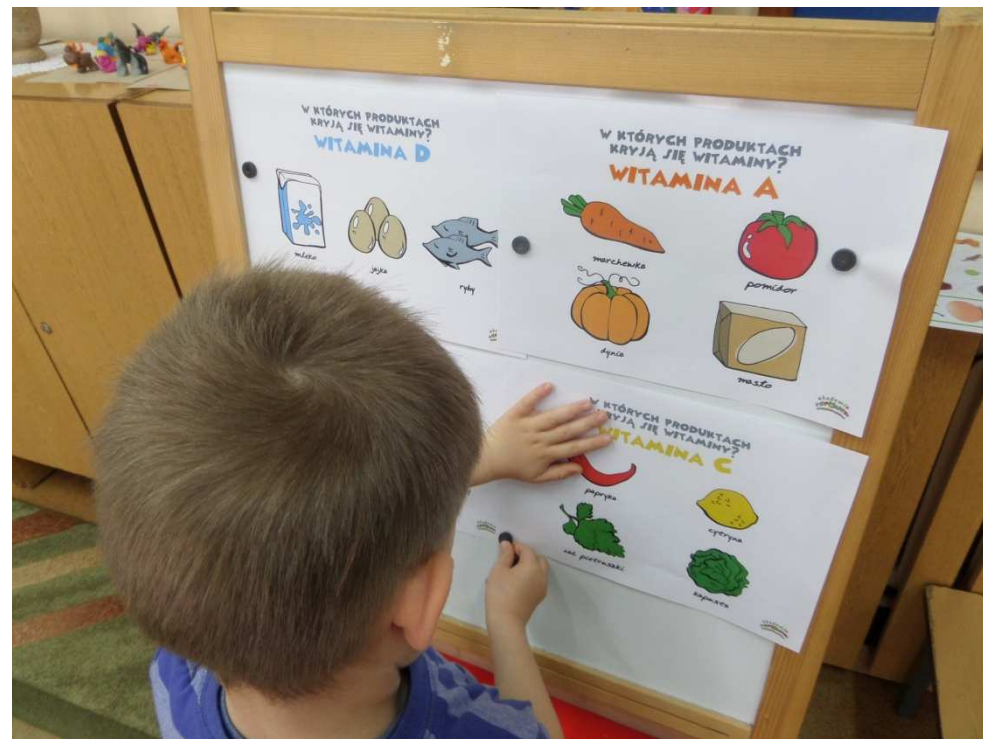
Zabawa ruchowa – „Ogrodnicy i marchewki”

- W wielu grupach ta propozycja stała się ulubioną zabawą dzieci.



Witaminy...

- Przy omawianiu tematyki zdrowego odżywiania nie sposób nie wspomnieć o witaminach. Przypomnieliśmy zatem jakie znamy witaminy oraz w jakich produktach się one znajdują.



Witaminy- dla chłopczyka i dziewczyny...

Utrwaleniem pochodzenia najważniejszych witamin było wykonanie pracy plastycznej w formie kolażu.



Czy jedzenie może być lekarstwem?



Moc witamin...

- W dalszej rozmowie na temat wartości witamin, nauczycielki wyjaśniły dzieciom, że niektóre produkty spożywcze mogą zastąpić nam lekarstwa podawane w tabletkach lub syropach.



„Maciusiowy sok”

- Podsumowaniem zdobytych informacji na temat mocy warzyw i owoców stanowiło wykonanie pysznego soku z marchewki oraz surówki.



Aktywność fizyczna

- Ostatnim realizowanym tematem a zarazem warunkiem jaki należy spełnić, aby cieszyć się pełnią zdrowia jest aktywność fizyczna a zwłaszcza pobyt na świeżym powietrzu.
- Omówienie tej tematyki było bardzo proste i stanowiło tylko utrwalenie posiadanej już przez dzieci wiedzy.

Aktywność ruchowa jest podstawowym czynnikiem stymulującym rozwój dziecka, utrzymującym wewnętrzną równowagę jego organizmu, hartującym oraz kształtującym postawę ciała. Jest formą działalności charakterystyczną dla wieku przedszkolnego, najbardziej odpowiadającą potrzebom dziecka, wynikającą z właściwości rozwojowych. Dlatego też bardzo staramy się, aby ruch towarzyszył naszym podopiecznym każdego dnia. Nauczycielki wszystkich oddziałów bardzo przykładają się do tego, aby ta aktywność ruchowa była jak najbardziej zróżnicowana.

Wobec czego realizację ostatniego aspektu Akademii poszerzyliśmy o wizytę w Szkole Podstawowej na sali gimnastycznej, a także w klubie fitness, gdzie dzieci miały okazję ćwiczyć pod czujnym okiem trenera.



Gimnastyka...



Na placu zabaw...



Ćwiczą z nami nawet rodzice...

Poszerzając współpracę z rodzicami nauczycielka z oddziału I zaprosiła do wspólnych ćwiczeń rodziców dzieci.





PRZEDSZKOLE NR 7
Z ODDZIAŁAMI INTEGRACYJNYMI
W KROTOSZYŃCU

Wiedza zdobyta podczas realizacji powyższych treści ponownie obfitowała w mnóstwo ciekawych zabaw i zajęć sprawiając dzieciom wiele przyjemności.

Przygotowany konspekt po raz kolejny w jasny sposób precyzował określone działania, także realizacja programu była

bardzo przyjemna. Podsumowując cały przebieg stwierdza się, iż założone przez Akademię cele zostały w pełni zrealizowane.

Barbara Zimmermann
Katarzyna Krysmalska