

SPRAWOZDANIE Z DZIAŁAŃ ZESPOŁU DS. PROMOCJI ZDROWIA 2020/2021

Przebywając w przedszkolu wiele godzin, dziecko „zdobywa podstawowe informacje i umiejętności niezbędne do wzmacniania zdrowia w sposób naturalny, w powiązaniu z zabawą, posiłkami, zabiegami higienicznymi i wypoczynkiem. To nie tylko przekazywanie wiedzy o tym, co jest korzystne bądź szkodliwe dla zdrowia, lecz także rozwijanie umiejętności oraz nawyków, które pomogą skutecznie wykorzystywać tę wiedzę.

Podstawowymi i zasadniczymi celami edukacji zdrowotnej dzieci w wieku przedszkolnym są: kształtowanie lub modyfikowanie zachowań dziecka oraz jego rodziców w dziedzinach, które zapewniają zdrowie w aspekcie biopsychospołecznego rozwoju oraz przygotowanie dziecka do podjęcia podstawowych czynności dla ochrony oraz kształtowania lokalnego środowiska przyjaznego zdrowiu oraz życiu własnemu i innych.

Bogacenie wiedzy dziecka o zdrowiu własnym, jak i innych, tworzenie warunków do promowania zdrowego stylu życia i nabywanie umiejętności dbania o zdrowie to podstawa edukacji zdrowotnej dziecka w przedszkolu. Poznanie możliwości własnego organizmu, czynników, które mu szkodzą bądź pomagają w rozwoju, to również lepsze poznanie otaczającej dziecko rzeczywistości.

Edukowanie zdrowotne dzieci poprzez działalność przedszkola stanowi znakomitą płaszczyznę integrującą wiele różnorodnych działań edukacyjnych wspomagających wszechstronny i harmonijny rozwój dziecka. Poprzez myślenie, poszukiwanie, działanie, uczenie się i doskonalenie dziecko przyjmuje odpowiedzialność za własne zdrowie i zaczyna rozumieć jego wagę. Najważniejszą rolę kierowanej aktywności zdrowotnej dziecka w wieku przedszkolnym jest wykształcenie ogólnej sprawności ruchowej jako jednego z czynników pozytywnego zdrowia. Poza tym istotne jest rozwijanie naturalnych predyspozycji dziecka, w zgodzie z wydolnością jego organizmu i kształtowaniem prawidłowej postawy ciała oraz wychowaniem do rekreacji. Należy zatem stworzyć dzieciom w przedszkolu oraz w domu sposobność do kształtowania postaw i wartości, które ułatwią im dokonywanie wyborów, mających znaczenie dla ich obecnego i przyszłego życia.

Efektem końcowym realizacji edukacji zdrowotnej w przedszkolu są podstawy zdrowotne, które wyrażają się w dostosowanej do wieku dzieci wiedzy zdrowotnej, uczuciach, umiejętnościach oraz działaniach zdrowotnych.

W roku szkolnym 2020/2021 tematem przewodnim wszystkich naszych działań z edukacji zdrowotnej było hasło propagujące zdrowy styl życia fizycznego oraz psychicznego:

„SZANUJ ZDROWIE – CIESZ SIĘ ŻYCIEM”

Doskonalenie procesu wychowawczego

1. Dzieci przypomniwały/zapoznały się z rozkładem pomieszczeń oraz poznały zasady bezpiecznego poruszania się w przedszkolu i poza nim - realizacja tematów kompleksowych, spacer po budynku, zabawy tematyczne, dydaktyczne, realizacja programu własnego „Zdrowy i bezpieczny Przedszkolak”, realizacja w grupach

starszych projektu edukacyjnego „Akademia Bezpiecznego Przedszkolaka”.
Stworzenie przez wszystkie grupy „Kodeksów grupy”.

2. Zapoznanie dzieci w dostępnym dla nich zakresie z zasadami bezpieczeństwa obowiązującymi w trakcie pandemii COVID-19 – pogadanki, filmy edukacyjne, realizacja w grupie najmłodszej programu edukacyjnego „Czyściochowe Przedszkole”, realizacja tematów kompleksowych w poszczególnych grupach wiekowych.
3. Realizacja we wszystkich grupach wiekowych projektu edukacyjnego „Przedszkolaki dla Klimatu” pod patronatem PK OMEP Polskiego Komitetu Światowej Organizacji Wychowania Przedszkolnego, poprzez różnorodną działalność dydaktyczną:

- organizacja konkursu fotograficznego dla całej społeczności przedszkolnej pod hasłem „Moja Rodzina tak ma, że o Klimat Planety Dbam”

- wykonanie tematycznego plakatu „O klimat dbamy, bo naszą planetę kochamy”

- praca konstrukcyjno-techniczna „makieta lasu”.

- mapa pojęć dotycząca klimatu w wykonaniu dzieci

- praktyczne działania dzieci – sadzenie drzewa w ogrodzie przedszkolnym i prace pielęgnacyjne w motylarni ogrodowej

- dzieci z naszego przedszkola są autorami opowiadania pt. „W poszukiwaniu czystego powietrza”. Do tego tekstu przedszkolaki z najstarszej grupy wykonały ilustrację tworząc w ten sposób książeczkę.

- fragment realizowanej w ciągu roku szkolnego innowacji pedagogicznej „W świat wartości z książką i teatrem” na podstawie książek „Ratujmy Ziemię” oraz „Śmieciogród”.

4. Organizowanie aktywności dzieci na zewnątrz, w ogrodzie poprzez bezpośrednią obserwację otoczenia i eksplorację zjawisk fizycznych w celu ich zrozumienia z poszanowaniem indywidualnych potrzeb i zainteresowań. Organizowanie zajęć i zabaw ruchowych, tanecznych, porządkowanie otoczenia przedszkola. Prowadzenie obserwacji przyrodniczych, doświadczeń, prowadzenie nasadzeń. Dostarczanie dzieciom materiałów oraz pomysłów do wieloaspektowego poznawania otaczającej rzeczywistości. Dostępność, bogactwo i różnorodność otoczenia dają możliwość rozwijania umiejętności w zakresie manipulacji i lokomocji, a w efekcie nabywania coraz bardziej złożonych kompetencji poznawczych i społecznych. Nauczycielki wspierały rozwój dzieci poprzez tworzenie okoliczności sprzyjających gromadzeniu wiedzy i nabywaniu umiejętności w sposób naturalny i spontaniczny w różnych sytuacjach, w których dzieci się znajdują.
5. Nauczycielki realizowały Programy własne: „Zdrowy i bezpieczny przedszkolak”, „Duża żaba nad sadzawką napotkała żuk”, „Ekologia już w przedszkolu” z częścią najnowszą pod hasłem „Smog na zje? O NIE, poprzez zajęcia zbiorowe – w ramach realizacji tematów, zajęcia grupowe, indywidualne, prace użyteczne, hodowlane oraz porządkowe. Realizacja ostatniego z wymienionych programów, polega na cyklicznej comiesięcznej realizacji powyższej tematyki. Dlatego świadomość ekologiczna, jak również z zakresu dbania o własne zdrowie naszych przedszkolaków jest coraz większa. Odzwierciedleniem realizowanej w naszej placówce tematyki rozwijającej

świadomość ekologiczną oraz zdrowotną dzieci są liczne wytwory plastyczne oraz udział naszych przedszkolaków w wielu konkursach.

6. Rodzice naszych wychowanków byli na bieżąco informowani o udziale placówki w projektach, akcjach i programach poprzez zamieszczanie aktualnych informacji w holu placówki, na stronie internetowej, w zakładkach grup oraz na Facebooku.
7. W celu rozwijania własnych kompetencji, tym samym podnoszenia jakości pracy i doskonalenia procesu wychowawczego nauczycielki brały udział w warsztatach oraz szkoleniach on-line.
8. W ramach realizacji Programu proorientacji zawodowej dzieci miały okazję poznać zwód leśnika, stomatologa, lekarza czy rolnika. Celem realizacji programu jest kształtowanie postawy motywacji do działania, pobudzanie i rozwijanie zainteresowań, czyli wykorzystanie mocnych stron dziecka i realizacja dziecięcych marzeń.
9. Ważnym elementem realizacji edukacji przyrodniczej jest wykorzystanie demonstratorów. Dzieci pielęgnowały i obserwowały wzrost roślin, poznawały ich nazwy. Dzieci chętnie odwiedzały też „stację pogodową” i obserwowały temperaturę powietrza – zwłaszcza w okresie zimowym, dzieci uczyły się również zapowiadać pogodę i poznały jej części składowe.
10. Nauczycielki wszystkich grup zrealizowały projekt o tematyce zdrowotnej „Mamo, Tato wolę wodę”. Celem projektu było uświadamianie dzieciom potrzeby racjonalnego i oszczędnego gospodarowania wodą w codziennych sytuacjach, oraz wykształcenie u dzieci prawidłowych nawyków żywieniowych, ze szczególnym podkreśleniem roli wody w codziennej diecie.
11. Realizacja przez wszystkie grupy wiekowe programu „Kubusiowi Przyjaciele Natury”; w celu rozwijania postaw i zachowań proekologicznych. Nauczycielki zachęcały najmłodszych do dbania o środowisko naturalne, uczyły szacunku dla przyrody, ale także kształciły dobre nawyki w zakresie odżywiania oraz aktywnego spędzania czasu i ruchu.
12. W bieżącym roku szkolnym w grupie dzieci pięcioletnich realizowano scenariusze zajęć dla dzieci w wieku przedszkolnym z zakresu profilaktyki przemocy i wykorzystywania seksualnego- „Chronimy Dzieci” , autorstwa Joanny Marszał-Kotas i Katarzyny Seidel z Fundacji Dajemy Dzieciom Siłę. Celem zajęć było przekazanie dzieciom wiedzy na temat zagrożeń oraz rozwijanie umiejętności ochrony w sytuacjach wystąpienia zagrożenia przemocą poprzez: wzmocnienie w dziecku przekonania, że ma prawo czuć się bezpiecznie, podniesienie umiejętności identyfikacji sytuacji niebezpiecznych i zagrażających, przekazanie dziecku informacji o konieczności mówienia o zagrażającej sytuacji, dostarczenie informacji dotyczących sposobów działania w trudnej sytuacji.
13. W ramach edukacji zdrowotnej nauczycielki przekazywały dzieciom wiedzę o zdrowiu, starały się kształtować postawy wobec zdrowia swojego i innych, umiejętności niezbędne dla kształtowania zachowań sprzyjających zdrowiu i radzeniu sobie z nowymi sytuacjami. W tym celu w ciągu całego roku szkolnego we wszystkich grupach wiekowych realizowane były liczne tematy kompleksowe

podejmujące powyższą tematykę, np. „Sport to zdrowie”; „Dbam o zdrowie”; „W zdrowym ciele zdrowy duch”; „Czyściochowe przedszkole”; „Dbamy o zęby”.

14. Biblioteka przedszkolna została wzbogacona o wartościowe i merytoryczne pozycje książkowe pomagające radzić sobie dzieciom z przeżywanymi emocjami, i wyznaczające nauczycielom właściwe kierunki pracy.

Rozwijanie więzi z najbliższym środowiskiem

W bieżącym roku szkolnym realizacja tej formy działań została bardzo mocno ograniczona z powodu pandemii. Z uwagi na sytuację epidemiczną kraju wiele działań nie zostało przeprowadzonych, w szczególności tych, które dotyczyły aktualnych wydarzeń lokalnych. Nie odbyły się zaplanowane wycieczki oraz zaplanowane na terenie Placówki spotkania. Nastąpiła istotna zmiana w formie organizacji współpracy z instytucjami środowiska lokalnego. Jednak i na tym polu zostało zrealizowanych wiele przedsięwzięć, chociaż w nieco zmienionej formule. Przedszkole wykorzystało nowoczesną technologię multimedialną w celu współpracy z najbliższym środowiskiem.

1. Zorganizowanie dla całej społeczności przedszkolnej konkursu fotograficznego pod hasłem „Moja rodzina tak ma, że o klimat planety dba”. Nadesłane prace zostały wywieszone w holu przedszkola a wszyscy uczestnicy zostali nagrodzeni.
2. Placówka nasza zorganizowała międzyprzedszkolny konkurs recytatorski pod hasłem „Wiosenne przebudzenie”. Konkurs cieszył się bardzo dużym zainteresowaniem, zgłoszono wielu uczestników z okolicznych placówek, a jednymi z laureatów zarówno w grupie dzieci starszych, jak i młodszych zostały wychowankowie z naszego przedszkola.
3. Przedszkolaki z dwóch najstarszych grup w ramach realizacji Kampani edukacyjnej realizowanej w ramach edukacji dla zrównoważonego rozwoju brały udział w konkursie plastycznym pod hasłem „Ekogzub nam pokazuje jak baterie się traktuje”, zdobywając wyróżnienie w swojej kategorii wiekowej.
4. Zdobyć wyróżnienia przez dzieci z grupy „Tygryski” w konkursie plastyczno – technicznym „Zwierzaki cudaki z recyklingu”.
5. Udział w konkursie organizowanym przez Przedszkole nr 65 „Przedszkolak mądrze reaguje, kiedy wirus atakuje” i zajęcie 2 miejsca.
6. Organizacja przez nasze Przedszkole Turnieju Piłkarskiego "inaczej" w myśl popularyzacji powiedzenia „ruch to zdrowie” oraz integrowania dzieci z placówek przedszkolnych wokół wspólnego zadania.
7. Zorganizowanie konkursu fotograficznego dla dzieci oraz rodziców pod hasłem: „Moja rodzina tak ma, że o klimat naszej Planety dba”, w celu zaangażowania całej społeczności przedszkolnej w działania sprzyjające dbałości o klimat naszej planety.

Wspieranie zdrowia emocjonalnego, psychicznego oraz moralnego wychowanków

Teraz bardziej niż kiedykolwiek oczywiste stało się to, że zdrowie emocjonalne jest integralną częścią naszego ogólnego stanu zdrowia. Zdrowie emocjonalne to umiejętność bycia w

harmonii z własnymi myślami, uczuciami i zachowaniami. Ważne jest, aby pamiętać, że bycie zdrowym emocjonalnie nie oznacza bycia nieustannie szczęśliwym – znaczy jedynie, że jesteśmy świadomi i jesteśmy w stanie poradzić sobie ze swoimi emocjami, niezależnie od tego, czy są one pozytywne, czy negatywne. I to właśnie w dostępny dla dzieci sposób staramy się uświadomić naszym wychowankom. Zdrowie emocjonalne przyczynia się do ogólnego stanu zdrowia. Ludzie zdrowi emocjonalnie czują się dobrze i zwykle tworzą zdrowe relacje. Zdrowie emocjonalne wpływa także na zdrowie fizyczne, dlatego tak ważne w pracy z małym dzieckiem jest dbanie i wspieranie pożądaných postaw i zachowań oraz wzbudzanie uczuć i przekonań moralnych.

1. Nauczycielki wszystkich grup wiekowych kontynuowały udział w akcji Cała Polska Czyta Dzieciom, doskonaląc wśród wychowanków umiejętność słuchania ze zrozumieniem, rozwijając i poszerzając wiedzę o świecie. Dzięki codziennym spotkaniom z książką rozbudzana jest dziecięca wyobraźnia. Za pośrednictwem literatury przekazywane są wartości moralne, dzieci poznają sposoby wyciszenia się i odreagowania trudnych emocji, uczą się nieagresywnych sposobów rozwiązywania problemów i konfliktów.
2. We wszystkich salach zostały zorganizowane stałe oraz okazjonalne ekspozycje kącików przyrody. Celem takich działań jest harmonijny i wszechstronny rozwój naszych dzieci - wychowanków, stąd świadomie zwracamy uwagę na zbliżenie ich do przyrody, co pomoże im w odkrywaniu jej piękna i znaczenia.
3. Proponowaliśmy naszym wychowankom „Spotkania z bajką i legendą” w wykonaniu profesjonalnych aktorów w formie on-line.
4. W grupie dzieci najmłodszych realizowana była innowacja pedagogiczna „Przyjaciele kolorowego Stworka”. Innowacja miała na celu prowadzenie różnorodnych zajęć dotyczących emocji dzieci, opartych na książce „Kolorowy potwór”. Dzięki spotkaniom z nim dzieci uczyły się nie tylko rozpoznawać emocje, ale o nich mówić i starać się je okazywać w społecznie akceptowalny sposób. Z punktu widzenia zdrowia psychicznego dzieci jest to niesamowicie ważna umiejętność, niezbędna do szczęśliwego i zrównoważonego życia.
5. W grupie dzieci pięcioletnich nauczycielki realizowały innowację pedagogiczną „W świat wartości - z książką i teatrem”. Zajęcia miały na celu utrwalanie właściwych postaw i zachowań w relacjach społecznych, budowanie w dzieciach pozytywnego obrazu świata i siebie samego, utwierdzanie dzieci w poczuciu sprawstwa (np. mogę, potrafię i chcę pomagać), rozwijanie empatii i wrażliwości, respektowanie praw i potrzeb innych oraz rozwijanie poczucia odpowiedzialności za własne czyny.
6. Raz w miesiącu wydawana była w formie on – line gazetka przedszkolna „Puchatkowe Nowiny”, w której prezentowane były artykuły wspierające rodziców w pracy opiekuńczo – wychowawczej, propozycje ciekawych zajęć, zabaw dla dzieci, jak również fotoreportaż z aktualnych wydarzeń w poszczególnych grupach wiekowych.

Współpraca z instytucjami.

Współpraca przedszkola z instytucjami i organizacjami ma duży wpływ na rozwój podopiecznych. Najważniejsze korzyści, jakie odnoszą dzieci dzięki współpracy przedszkola

z podmiotami działającymi w środowisku lokalnym, to kształtowanie postaw społecznych, odpowiedzialności za drugiego człowieka, tolerancji, empatii, uwrażliwienie na potrzeby innych i pomoc potrzebującym, rozwój zainteresowań i zdolności dzieci, otwartość w kontaktach z rówieśnikami i dorosłymi, prezentowanie umiejętności, wiedzy i osiągnięć, rozwijanie zainteresowań. Stąd też placówka nasza stara się realizować to zadanie w sposób bardzo szeroki, ale również zwłaszcza w obecnym czasie, w sposób bardzo świadomy i odpowiedzialny. Udało nam się w bieżącym roku szkolnym zrealizować następujące działania:

1. Kontynuowanie współpracy z Policją poprzez realizację w grupie III projektu edukacyjnego „Akademia Bezpiecznego Przedszkolaka”, którego współorganizatorem jest Komenda Miejska Policji w Poznaniu. Efektem realizacji projektu jest kształcenie postawy odpowiedzialności za własne bezpieczeństwo, utrwalenie zasad prawidłowego przechodzenia przez ulicę, poznanie zagrożeń płynących ze świata ludzi oraz zwierząt i ich unikanie, umiejętność zachowania się w sytuacji zagrożenia i zwracania się o pomoc.
2. W grupie dzieci najmłodszych realizowany był program „Czyściochowe Przedszkole”, którego organizatorem jest Rossmann Supermarkety Drogerijne Polska sp. z o.o. Maluchy rozwijały i kształtowały prawidłowe nawyki higieniczne. Poznały zasady ochrony innych osób przed rozprzestrzeniającymi się wirusami, utrwaliły najważniejsze zasady dotyczące higieny nosa, higieny rąk i całego ciała, zasady zachowania się podczas korzystania z toalety.
3. Udział wszystkich grup przedszkolnych w wyzwaniu z okazji Światowego Dnia Ziemi, organizowanym przez Wydział Gospodarki Komunalnej Urzędu Miasta Poznania. Przeprowadzenie zajęć poświęconych zagadnieniom szeroko rozumianej ochrony przyrody oraz zasobów naturalnych naszej planety. Wysianie przez dzieci drzew w ogrodzie przedszkola.
4. Udział dzieci i rodziców z grupy najstarszej w programie, którego organizatorem jest Powiatowa Stacja Sanitarno – Epidemiologiczna w Poznaniu „Mamo, Tato, – co wy na to?”. W ramach realizacji programu wzrósł poziom wiedzy rodziców i opiekunów na temat wybranych elementów rozwoju emocjonalnego, psychicznego i społecznego dzieci 5-6 letnich.
5. Realizacja w grupie dzieci sześciolletnich programu „Czyste Powietrze Wokół Nas” w ramach współpracy z Powiatową Stacją Sanitarno – Epidemiologiczną w Poznaniu. Dzięki realizacji programu rozwija się u dzieci świadoma umiejętność radzenia sobie w sytuacjach, w których inne osoby palą przy nich papierosy oraz wzrastają kompetencje rodziców w zakresie ochrony dzieci przed ekspozycją na dym tytoniowy.
6. Realizacja we wszystkich grupach wiekowych projektu edukacyjnego „Kubusiowi Przyjaciele Natury”. Poprzez program dzieci rozwijały kreatywność i samodzielne myślenie oraz przyswajały wiedzę poprzez zabawę. Efektem realizacji programu jest: rozwijanie postaw i zachowań proekologicznych, wzbogacenie wiadomości na temat zachowań zagrażających i sprzyjających zdrowiu, nabywanie wiedzy i umiejętności dbania o najbliższe środowisko - niezaśmiecanie go, segregowanie odpadów, pielęgnowanie roślin, dbanie o zwierzęta oraz rozwijanie wiedzy na temat dbania o aktywność fizyczną.

7. Kontynuowana była współpraca z Poradnią Psychologiczno – Pedagogiczną, w ramach której zarówno dzieci, jak i nauczyciele otrzymują wsparcie merytoryczne w trudnych niejednokrotnie sytuacjach. Poza tym nauczycielki naszej placówki korzystały z ofert poszerzając własne kompetencje, korzystając z ofert szkoleń i warsztatów proponowanych przez poradnię.
8. Poprzez udział w licznych konkursach plastycznych nauczycielki kontynuowały współpracę z wieloma instytucjami: Wydział Działalności Gospodarczej i Rolnictwa Urzędu Miasta Poznania, Poznański Oddział OMEP, Komenda Miejska Policji, Ogród Jordanowski nr 2 w Poznaniu.

Niestety dwa bardzo ważne elementy planu z zakresu promocji zdrowia: promowanie zdrowego i bezpiecznego stylu życia wśród rodziców oraz realizacja imprez promujących zdrowie wśród przedszkolaków udało nam się zrealizować w niewielkim stopniu. Ze względu na panujący okres pandemii zrezygnować musieliśmy z organizacji rodzinnych festynów w ogrodzie przedszkola, z organizacji wycieczek integracyjnych dla dzieci i ich bliskich. Nie mogliśmy także zapraszanie rodziców na wspólne zajęcia promujące zdrowy styl życia.

Również przedsięwzięcia, których celem, były wspólne spotkania wszystkich przedszkolaków, jak również Letnia Spartakiada Sportowa dla dzieci o różnych potrzebach edukacyjnych „I Ty Możesz Zostać Olimpijczykiem” zaplanowana jak co roku we współpracy z Przedszkolem nr 8, nie mogła zostać zrealizowana.