

**PLAN ROCZNY
PRZEDSZKOLA NR 190
NA ROK SZKOLNY 2023/2024**



Smacznie i kolorowo – odżywiam się zdrowo!

Opracowanie:
Katarzyna Widera

CELE:

- Upowszechnianie zdrowego odżywiania.
- Zapoznanie dzieci z piramidą żywienia i zasadami zdrowego odżywiania.
- Rozbudzanie zainteresowań dotyczących uprawy roślin, przygotowywania zdrowych posiłków, itp.
- Zaangażowanie rodziców w promocję zdrowego odżywiania, we wspólne spędzanie czasu z dziećmi: wspólne przyrządzanie posiłków, robienie zakupów, przetworów, pieczenie, itp.
- Kształtowanie postaw ukierunkowanych na wypracowywanie zdrowych nawyków żywieniowych.

CELE SZCZEGÓŁOWE:

- Systematycznie poznaje kolejne owoce i warzywa, produkty spożywcze takie jak chleb, mleko, ser, miód oraz ich właściwości, a także źródła pozyskiwania i sposoby produkcji;
- Realizuje podstawę programową wychowania przedszkolnego;
- Współpracuje z rówieśnikami podczas realizacji zadań;
- Dostrzega i rozróżnia zachowania prozdrowotne i szkodliwe dla zdrowia;
- Wyrabia prawidłowe nawyki żywieniowe;
- Doskonali umiejętność komunikowania się, w tym posługiwania się pełnymi zdaniami i tworzenia spójnych wypowiedzi, poszerza słownictwo;
- Rozbudza wyobraźnię, kreatywność i twórcze myślenie;
- Doskonali umiejętność kulturalnego spożywania posiłków;
- Rozwija umiejętności praktyczne takie jak samodzielne przygotowywanie posiłków;
- Rozwija samodzielność i motywację do działania.

SPOSOBY REALIZACJI:

Kreowanie sytuacji edukacyjnych i wspieranie aktywności dziecka:

- Organizację konkursów związanych z propagowaniem zdrowego stylu odżywiania;
- Aranżowanie zajęć mających na celu przybliżanie zagadnień związanych z rocznym planem pracy przedszkola;

- Zamiana słodyczy, którymi dzieci obchodzące urodziny częstują koleżanki i kolegów z grupy na inne drobiazgi, np. kolorowanki, ołówki, gumki do mazania, breloczki, naklejki, itp.;
- Udział w akcjach, programach i projektach związanych z uprawą roślin, zdrowym żywieniem i aktywnym stylem życia, propagowaniem postaw prozdrowotnych;
- Organizowanie warsztatów kulinarnych;
- Organizowanie dni oraz imprez przedszkolnych związanych z realizowanymi obszarami;
- Tworzenie mini ogródków w salach;
- Współpraca ze środowiskiem lokalnym, np. sklepy, restauracje;
- Organizowanie zajęć z osobami wykonującymi zawód kucharza, kelnera, rolnika, itp. w ramach realizacji treści związanych z doradztwem zawodowym;
- Organizowanie działalności plastyczno-technicznej o tematyce prozdrowotnej i prezentowanie wytworów dzieci;
- Promowanie zdrowego stylu życia i zdrowego odżywiania się poprzez kontakt dzieci z literaturą;
- Współpraca z nauczycielami i uczniami SP 34.