

Realizacja działań z planu Przedszkole Promujące Zdrowie

- Od listopada grupa „Ananaski” i „Jagódki” rozpoczęła udział w kampanii profilaktyczno-edukacyjnej „Rysia i Oli edukują” miasta Nowej Soli, której celem jest kształtowanie u dzieci zdrowych nawyków oraz wspieranie ich dobrostanu psychicznego i fizycznego. Zajęcia rozpoczęły się od zapoznania z bohaterami programu – Rysiem i Olą – oraz listu, który dzieci otrzymały od nich. List wzbudził duże zainteresowanie i pozytywne emocje wśród przedszkolaków, a także wprowadził je w tematykę, z którą będą pracować w kolejnych tygodniach.

„Czego się boję” to jeden z tematów przewodnich zajęć podczas których dzieci: poznały, czym jest

strach i w jakich sytuacjach może się pojawiać, rozmawiały o tym, czego się boją i jak można oswajać swoje lęki, obejrzały ilustracje przedstawiające emocje oraz sytuacje wywołujące strach, składały obrazki w całość. Wspólnie układały znane przysłowie „Strach ma wielkie oczy” z wyrazów losowanych z loteryjki wyrazowej. Dzieci wspólnie tworzyły „wielkiego stracha” - dodawały mu oczy, zęby, pazury, by później wspólnie go oswajać. Następnie dzieci użyły latarek, by podświetlić „straszną” postać i sprawdzić, jak wygląda w innym świetle. Szybko zauważyły, że „straszek” wcale nie jest taki straszny, a w zabawie można się z nim zaprzyjaźnić.

Do realizacji kampanii „Rysia i Oli edukują” aktywnie włączyli się również rodzice dzieci z grupy

„Ananaski”. Tata Bartka przyniósł do przedszkola grę planszową „Gorący Ziemniak”, którą

wykorzystał do pracy z emocją strachu. Zajęcia z rodzicem były dla dzieci bardzo ciekawe, pełne śmiechu i refleksji, a przede wszystkim wzmacniały współpracę przedszkola z rodziną, która odgrywa istotną rolę w procesie wychowania i edukacji emocjonalnej.

- Grupa „Ananaski” z naszego przedszkola udała się z wizytą do Urzędu Miasta w Nowej Soli, gdzie spotkała się z Panią Prezydent Beatą Kulczycką oraz pracownikami urzędu. Celem wizyty było złożenie świątecznych życzeń oraz przekazanie własnoręcznie przygotowanych pierników i drobnych upominków. Spotkanie było dla przedszkolaków cennym doświadczeniem, uczącym szacunku, otwartości i umiejętności dzielenia się dobrem z innymi

- Obchody Dnia Życzliwości- uczenie dzieci szacunku, dobroci pomocy. W grupie „Ananasków” obchodziliśmy Żółty Dzień Życzliwości – wyjątkowy czas pełen uśmiechów, ciepłych słów i dobrych uczynków. Przedszkolaki ubrane na żółto uczestniczyły w zajęciach i zabawach poświęconych takim wartościom jak życzliwość, koleżeństwo i szacunek wobec rówieśników oraz dorosłych.

Dzieci wspólnie zastanawiały się, jak można okazywać dobroć każdego dnia, czym są miłe gesty i jak ważne są pozytywne emocje w codziennym życiu. W ramach akcji dzieci rozdawały wszystkim w przedszkolu uśmiechnięte buźki z miłymi hasłami i pozdrowieniami, niosąc radość do każdej sali.

Ten wyjątkowy dzień przypomniał wszystkim, że małe radości i drobne gesty życzliwości są najpiękniejszymi isierkami naszej codzienności.

- „Oswajamy strach” - Grupa „Ananaski” uczestniczyła w zajęciach poświęconych emocjom.

W części plastycznej zajęć dzieci miały okazję stworzyć prace przedstawiające to, czego się boją, a następnie wspólnie „oswajały” swoje strachy – nadając im śmieszne imiona, tworząc im przyjazne historie lub zamieniając je w postaci z bajek. Zajęcia miały na celu rozwijanie umiejętności nazywania i wyrażania emocji, a także wzmacnianie poczucia bezpieczeństwa i akceptacji.

Dzięki takim działaniom dzieci uczyły się radzenia sobie z trudnymi emocjami w bezpiecznej i wspierającej atmosferze.

- W naszym przedszkolu kładziemy duży nacisk na promowanie edukacji zdrowotnej oraz aktywności fizycznej, traktując je jako naturalne prawo każdego dziecka. Działania te realizowane były w codziennej pracy dydaktyczno-wychowawczej oraz podczas specjalnych wydarzeń i okazji np: Dzień Kropki, Dzień Dyni podczas których dzieci aktywnie uczestniczyły w konkurencjach ruchowych, kształtując zdrowe nawyki, ucząc się zasad fair play oraz czerpiąc radość z ruchu.

- Na terenie przedszkola odbywały się zajęcia ogólnorozwojowe z elementami piłki nożnej skierowane do starszych grup przedszkolnych. Zajęcia realizowane były raz w tygodniu, po 60 minut, pod czujnym okiem koordynatora zadania.

Celem przedsięwzięcia było upowszechnianie kultury fizycznej i sportu wśród dzieci, rozwijanie sprawności ogólnej oraz promowanie aktywnego stylu życia już od najmłodszych lat. Dzieci miały możliwość uczestniczenia w ćwiczeniach i zabawach ruchowych z wykorzystaniem różnorodnego, bezpiecznego sprzętu sportowego dostosowanego do ich wieku i możliwości.

Realizatorem i opiekunem tego przedsięwzięcia było Stowarzyszenie Uczniowskie Klub Sportowy Szkołka Piłkarska Hatrick, które od lat promuje sport i aktywność fizyczną wśród najmłodszych.

Zajęcia cieszyły się dużym zainteresowaniem i zaangażowaniem uczestników. Dzięki atrakcyjnej formie oraz profesjonalnemu prowadzeniu dzieci mogły rozwijać koordynację ruchową, współpracę w grupie oraz radość z aktywności fizycznej.

- w grupie „Morelek” organizowane są zajęcia wspierające rozwój emocjonalny przedszkolaków. Dzieci podczas zajęć opowiadają o swoim samopoczuciu i uczą się nazywać emocje. Poznają różne emocje poprzez obserwowanie mimiki twarzy oraz uczą się rozpoznawać je u siebie i u innych. Starają się także naśladować wyrazy twarzy i gesty odpowiadające danym emocjom. W trakcie zajęć dopasowują różne sytuacje do odpowiednich emocji, dzięki czemu lepiej rozumieją, kiedy i dlaczego je odczuwają.

- W grupie „Cytrynek” dzieci rozwijały swoją świadomość emocjonalną oraz umiejętność rozpoznawania uczuć u siebie i innych. Na początku wspólnie omówiliśmy podstawowe emocje – radość, smutek, złość, strach i zdziwienie. Dzieci oglądały ilustracje przedstawiające różne miny i próbowały dopasować je do odpowiedniej emocji. Wspólnie zastanawialiśmy się, po czym można poznać, jak ktoś się czuje – zwracając uwagę na oczy, usta i ogólny wyraz twarzy. Następnie każde dziecko miało okazję zaprezentować wybraną emocję, naśladować jej mimikę i gesty. Pozostali uczestnicy odgadywali, o jakie uczucie chodzi. Ćwiczenie to sprawiło dzieciom dużo radości i zachęcało je do aktywnego udziału, a jednocześnie uczyło empatii i zauważania sygnałów niewerbalnych.

- W grupie „Cytrynek” dzieci również oglądały obrazki przedstawiające różne sytuacje i wspólnie oceniały, czy dane zachowanie jest dobre czy złe. Rozmawialiśmy o tym, dlaczego niektóre zachowania pomagają innym, a inne mogą sprawiać kłopot. Na koniec dzieci odgrywały krótkie scenki i zastanawiały się, jak zachować się właściwie w danej sytuacji. Zajęcia uczyły rozpoznawania konsekwencji swoich działań oraz budowania pozytywnych nawyków.

- Zorganizowanie konkursu plastyczno- technicznego dla przedszkolaków pt. „Mój przyjaciel Miś”. Konkurs miał na celu wspieranie rozwoju emocjonalnego dzieci w wieku przedszkolnym. Podczas tworzenia prac dzieci wyrażają swoje uczucia, uczą się nazywać emocje oraz opowiadać o przyjaźni, trosce i bezpieczeństwie. Miś – jako symbol bliskości i wsparcia – pomaga dzieciom budować poczucie empatii, rozwijać wyobraźnię oraz wzmacniać umiejętność wyrażania emocji w twórczy i bezpieczny sposób.

- W grupie „Wisienek” rozpoczął się autorski program zajęć „Sensoryczne smyki”. Zajęcia te mają na celu wspieranie rozwoju zmysłów dziecka poprzez różnorodne bodźce: dotykowe, wzrokowe, słuchowe, węchowe, smakowe oraz przedsionkowe (równowaga) i proprioceptywne (czucie głębokie). Zajęcia z integracji sensorycznej pomagają obniżyć poziom napięcia emocjonalnego, zwiększają poczucie bezpieczeństwa i przyczyniają się do poprawy samoregulacji emocjonalnej. W październiku odbyły się zajęcia angażujące zmysł dotyku. Dzieci tworzyły sensoryczne jesienne drzewo, sensoryczną dynię, przeszły się sensoryczną ścieżką i bawiły się w poszukiwaczy jesienni, szukając symboli tej pory roku w różnych, sypkich materiałach.

- Zajęcia adaptacyjne z chustą animacyjną Klanzy u najmłodszych przedszkolaków „Wisienek” i „Śliweczek” wspierają rozwój emocjonalny najmłodszych przedszkolaków. Wspólna zabawa pomaga dzieciom poczuć się bezpiecznie, zmniejsza stres związany z nowym miejscem oraz ułatwia nawiązywanie relacji z rówieśnikami i nauczycielem. Poprzez ruch, współdziałanie i radosną atmosferę dzieci uczą się wyrażania emocji, budują poczucie przynależności oraz pewność siebie.

- W naszym przedszkolu prowadzimy szereg działań o charakterze charytatywnym, ucząc dzieci wrażliwości, empatii i gotowości niesienia pomocy innym.

- W tym roku ponownie przyłączyliśmy się do ogólnopolskiej akcji „Góra Grosza”, organizowanej w przedszkolach, szkołach i uczelniach w całej Polsce. Jej celem jest wsparcie dzieci wychowujących się poza własną rodziną.

„Jeden grosz znaczy niewiele, ale góra grosza jest największa na świecie” – tym hasłem zachęcamy wszystkich do udziału w zbiórce.

- Zakończyliśmy również październikową zbiórkę karmy dla zwierząt na rzecz organizacji „Nowosolskie Adopcje Zwierząt”. Dzięki ogromnemu zaangażowaniu nie tylko dzieci, ale także ich rodziców, rodzeństwa, dziadków i innych członków rodzin udało się zebrać ok. 50 kg karmy dla psów i kotów, przysmaki oraz akcesoria. Dary odebrał Pan Roman Chorażyk – Starszy Inspektor Straży Miejskiej w Nowej Soli.

- Aktualnie prowadzimy zbiórkę darów dla dzieci z Domu Dziecka w Kożuchowie. Zbieramy słodczyce, artykuły szkolne, zabawki i środki higieniczne.

Cieszy nas fakt, że w nasze działania aktywnie włączają się nie tylko dzieci, ale całe ich rodziny – rodzice, babcie, dziadkowie oraz wszyscy zainteresowani. Wszystkie te akcje wpływają pozytywnie na rozwój emocjonalny naszych przedszkolaków. Dzieci uczą się empatii, wrażliwości na potrzeby innych oraz doświadczają radości płynącej z pomagania. Wspólne działania wzmacniają poczucie wspólnoty, budują pozytywny obraz siebie i kształtują postawy prospołeczne już od najmłodszych lat.