

PLAN DZIAŁAŃ W ZAKRESIE PROMOCJI ZDROWIA

na rok szkolny 2019/2020 w Przedszkolu im. Jana Brzechwy w Trąbkach Wielkich

Problem priorytetowy: Niedostateczna wiedza dzieci, rodziców, pracowników przedszkola w zakresie zdrowego odżywiania

Cel: Poszerzenie świadomości dzieci, rodziców, pracowników przedszkola w zakresie zdrowego odżywiania

Kryterium sukcesu – 70% dzieci, rodziców, pracowników ma prawidłowo wykształcone nawyki żywieniowe

a) Co wskazuje, że osiągnięto cel?

Wyniki ankiet przeprowadzonych wśród rodziców i pracowników, obserwacje dzieci przez nauczycieli

b) Jak sprawdzimy, czy osiągnięto cel?

Analiza ilościowa i jakościowa wyników ankiet i obserwacji

c) Kto i kiedy sprawdzi czy osiągnięto cel?

Członkowie Zespołu PPZ – VII/VIII 2020

Nazwa zadania	Kryterium sukcesu	Sposób realizacji	Okres/termin realizacji	Wykonawcy/osoba odpowiedzialna	Potrzebne środki/zasoby	Sposób sprawdzenia wykonania zadania
Ankieta badająca poziom wiedzy rodziców i pracowników nt. zdrowego żywienia	70% ankietowanych weźmie udział	Przeprowadzenie ankiety wśród rodziców i pracowników przedszkola	XI 2019 VI 2020	- A.Sławska		- analiza ankiety

<p>Prowadzenie zajęć profilaktycznych dla dzieci nt. zdrowego odżywiania:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. zdrowe produkty w codziennym jadłospisie 2. rola wody 3. alergeny w naszej diecie 4. codzienne czytanie jadłospisu przedszkolnego – utrwalanie nazw potraw 5. praktyczne zajęcia kulinarne 	<ul style="list-style-type: none"> – 1-3 – min. 15 zajęć – 5 – min. 5 zajęć 	<p>zajęcia teoretyczne i praktyczne (piramida zdrowego żywienia)</p>	<ul style="list-style-type: none"> – 1-3 – min. 1 x w miesiącu – 4 – od XI 2019 – 5 – min. 1 x w miesiącu 	<p>- wychowawcy - intendent</p>		<ul style="list-style-type: none"> - 1-3 – arkusz kontroli planów miesięcznych - zdjęcia
<p>Prowadzenie edukacji żywieniowej dla rodziców:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. zachęcanie rodziców do wspólnego gotowania – ulotka I 2020 2. estetyka posiłków – ulotka II 2020 3. czytanie etykiet – ulotka III 2020 4. cukier i sól w diecie dziecka – ulotka IV 2020 5. alergeny – ulotka V 2020 6. jedzenie nie jest karą ani nagrodą – ulotka VI 7. strona z ciekawą literaturą dotyczącą żywienia, np. Bajkorada – blog o zdrowiu 8. spotkanie z dietetykiem, lekarzem 	<p>1-7 – min. 3 ulotki - 8 - 50% rodziców weźmie udział - min. 2 spotkania ze specjalistami</p>	<p>- zorganizowanie spotkań dla rodziców ze specjalistami - ulotki dla rodziców</p>	<p>w ciągu roku szkolnego</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. A.Krawczyk 2. I.Krupińska 3. A.Dąbek 4. M.Laga 5. C.Kitowska 6. J.Kuczkowska 7. P.Jurczyńska-Fedak 	<p>specjaliści – lekarz, dietetyk</p>	<ul style="list-style-type: none"> - ulotki - strona www
<p>„Posiłki ucztą dla ucha i ducha” – słuchanie muzyki relaksacyjnej podczas posiłków</p>	<p>Słuchanie muzyki przy min. 1 posiłku dziennie</p>	<p>Wdrożenie słuchania muzyki podczas posiłków spożywanych w przedszkolu</p>	<p>w ciągu roku szkolnego od XI 2019</p>	<p>wychowawcy</p>		<ul style="list-style-type: none"> - strona www

Stworzenie kącika alternatywnych i zdrowych przepisów kulinarnych na stronie internetowej przedszkola	Minimum 20 zdrowych przepisów	Zakładka na stronie internetowej przedszkola	w ciągu roku szkolnego	- dyrektor - wychowawcy		- strona internetowa przedszkola
„ <i>Starsi – młodszym</i> ” - przedstawienie o zdrowym odżywianiu	1 przedstawienie przygotowane przez najstarszą grupę	Prezentacja o tematyce prozdrowotnej-żywnościowej	IV 2020	- A.Dąbek - M.Laga	- stroje - dekoracja	- scenariusz - sprawozdanie
Tworzenie ciekawych kącików tematycznych przy współudziale dzieci i ich rodziców dotyczących zdrowego odżywiania	Funkcjonowanie ciągu roku min. 2 kącików tematycznych w salach grup wyposażonych w elementy przyniesione przez dzieci i rodziców	Stworzenie w salach kącików tematycznych z elementów przyniesionych przez dzieci i ich rodziców	w ciągu roku szkolnego	wychowawcy	materiały przyniesione przez dzieci	- arkusz obserwacji dyrektora
Warsztaty Kulinarne w grupach mieszanych wiekowo	80% dzieci weźmie udział	Prowadzenie tematycznych warsztatów kreatywnych, w grupach mieszanych wiekowo 1 x w miesiącu	od X 2019 do V 2020	- I.Krupińska - M.Laga	materiały potrzebne do realizacji zajęć wg. planu pracy	- plany warsztatów - listy obecności dzieci - zdjęcia - strona www
Konkurs dla rodziców – „ Zdrowe śniadanie weekendowe ”	min. 1-2 rodziców z każdej grupy	Organizacja konkursu promującego zdrowy posiłek	IV/V 2020	- A.Sławska - P.Jurczyńska-Fedak		- regulamin konkursu - sprawozdanie - zdjęcia - strona www
Akcja dla dzieci przedszkolnych „ Nasz pomysł na zdrowy i smaczny jadłospis ” (Sówki i Biedronki)	80% dzieci weźmie udział	Stworzenie jednodniowego jadłospisu dla przedszkola – po	IV/V 2020	- C.Kitowska - A.Krawczyk		- regulamin konkursu - sprawozdanie - zdjęcia

		1 z ze starszej grupy, który zostanie wykorzystany w praktyce				- strona www
Udział w akcji „ <i>Śniadanie daje moc</i> ”	80% dzieci weźmie udział	Przygotowanie śniadania składającego się ze zdrowych produktów	8 XI 2019	- wychowawcy		- zdjęcia - strona www
<i>Przedszkolny Master Szeף</i>	80% dzieci weźmie udział	Praktyczny pokaz kulinarny	VI 2020	- J.Kuczkowska - C.Kitowska - A.Krawczyk - M.Laga		- zdjęcia - strona www
Warsztaty z dziadkami o zdrowym odżywianiu	30% dziadków weźmie udział	Organizacja warsztatów na temat zdrowego odżywiania	IV 2020	- wychowawcy		- sprawozdania - zdjęcia - strona www