***3. Dobre zdrowie i jakość życia***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ***Działanie*** | ***Forma realizacji*** | ***Częstotliwość*** |
| ***Ekologia***, *czyli każdy szewieński przedszkolak mały i duży dba o przyrodę i przyrodzie służy.* | ***Coś dla ucha*** |  |
| * Układamy hymn młodych, szewieńskich ekologów. | Raz w roku |
| * Przedszkolaki po muzycznej stronie natury – festiwal piosenki ekologicznej. | Raz w roku |
| **Kolory Ekologiczne** |  |
| * Przyroda w kolorach – wystawa fotografii wykonanych przez dzieci. | Raz w roku |
| * Bal Jesieni – tańce i pląsy dzieci ubranych w jesienne kolory. | Raz w roku |
| * Zorganizowanie w salach ,,Zielonych ogródków”. Przygotowanie ziemi w doniczkach i sianie nasion warzyw i kwiatów. Codzienna obserwacja wzrostu roślin i wspólne wyciąganie wniosków. | Raz w roku |
| * Organizacja Zielonego Dnia w Przedszkolu. * Wykonanie przez dzieci dania w kolorze zielonym. * „Zielony świat” – wykonanie pracy plastycznej * Zabawy, zagadki smakowe, węchowe, dotykowe, słowne, tańce przy piosenkach o treści związanej z zielonymi warzywami i owocami. | Raz w roku |
| **Eko Radość** |  |
| * ,,Dzień łasucha” - poznajemy ekologicznych owoców i warzyw smaki –program artystyczny, degustacja potraw | Raz w roku |
| * Pokaz mody ekologicznej.   Przygotowanie ekologicznych strojów, wykonanych z materiałów przeznaczonych do recyklingu, a następnie zaprezentowania ich na przedszkolnym wybiegu. | Raz w roku |
| * Rodzinny Konkurs „Eko Drzewo – przyjaciel przedszkolaka” – każda grupa przedszkolna wykona pracę przestrzenną wspólnie z rodzicami. | Raz w roku |
| **Ochrona środowiska** |  |
| * Przedszkolaków rady na odpady - grupujemy, układamy, wybieramy produkty przyjazne środowisku.   Zrób coś ładnego zupełnie z niczego – Eko prezenty dla rodziców | Raz w roku |
| * „Wiosna jest radosna” - ekologiczne powitanie wiosny | Raz w roku |
| * Konkurs prac przestrzennych ,,Zabawka ze skrawka” –wykorzystanie materiałów ekologicznych i  recyklingowych. | Raz w roku |
| * Kiermasz świąteczny ,,eko- ozdoby” | Dwa razy w roku |
| * Święto Drzewa – prezentacja multimedialna, sadzenie drzew w ogrodzie. | Raz w roku |
| **Ekologiczne zmagania** |  |
| * Happening ekologiczny z udziałem rodziców | Raz w roku |
| * Eko – Spartakiada | Dwa razy w roku |
| * Turniej Ekologiczny Przedszkolaków | Raz w roku |
| **Badamy, doświadczamy i chronimy** |  |
| * Eko-Biedronki i Eko-Motylki – podróżują, czyli nasze spotkania z przyrodą. Wycieczki i zajęcia terenowe w lesie, na polu, nad rzeką, na łące. | Cztery razy w roku |
| ***Kącik badawczy*** *–*dzieci przeprowadzają doświadczenia, eksperymenty badawcze z wykorzystaniem lup, mikroskopu oraz innych materiałów służących bliskiemu poznawaniu przyrody.To cykl zajęć z zabawami badawczymi i eksperymentami poświęcony przybliżeniu zjawisk zachodzących w przyrodzie oraz w zrozumieniu otaczającego świata:   * ***Suche-mokre, czyli gdzie mieszka woda*?**- doświadczenia z wodą. Badamy jej czystość. Prowadzimy hodowlę kryształów. Szukamy odpowiedzi na „wodne” pytania:*Co pływa*? *Co tonie*? Jaki kształt ma woda? Co *rozpuszcza* się w wodzie? W jaki sposób chronić wodę?   .   * ***Co tak wieje? – poznajemy sekrety wiatru.***   Skąd bierze się *wiatr*?- zabawy, doświadczenia i ćwiczenia, dzięki którym dzieci poznają właściwości wiatru oraz jego pozytywny i negatywny wpływ na środowisko przyrodnicze.  „*Czyste powietrze – zdrowy człowiek*” – przedszkolaki piszą obrazkowy list do Ziemi, w którym opowiedzą w jaki sposób będą dbałyo przyrodę każdego dnia.   * ***Jak pachnie ziemia? – poznajemy sekrety wiatru.***   Badamy różne próbki gleby, sprawdzamy czym się różnią i jak pachną. Przy pomocy lupy obserwujemy, co żyje w ziemi. Poznajemy Skarby Ziemi. | Raz w miesiącu  Raz w miesiącu  Raz w miesiącu |
| ***Zdrowy styl życia.***  *Kiedy ktoś ma brudne ręce*  *i rękami tymi je,*  *czy powiecie, że to zdrowo,*  *moi drodzy?*  *Bo ja nie !* | ***Zawsze się odżywiaj zdrowo, będziesz myślał wystrzałowo! „Dzieci nie jedzą śmieci”.*** |  |
| * Jakie śniadanie taki cały dzień (wspólne śniadania)- Robimy zdrowe i kolorowe kanapki | Cztery razy w roku |
| * Woda – „Woda, woda zna ją każdy, jej łyczek jest bardzo ważny” – wprowadzamy nawyk picia wody zamiast słodkich napojów. | Codziennie |
| **„Chrup owoce, jedz warzywa**  **to na zdrowie świetnie wpływa”**   * Robimy domowe dżemy – warsztaty z babcią * Jabłka zapiekane z konfiturą – warsztaty z babciami. | Raz w roku  Raz w roku |
| **„ Dobry nastrój , śmieszne minki to zasługa witaminki”**   * Owoc lub warzywo na przerwach - „Jeśli chcesz mieć siłę lwa, to warzywa jedz raz, dwa”. | Codziennie |
| * Mleko – „Na kartonik mleka, każde dziecko czeka”. | Dwa razy w tygodniu |
| **„Anuszka pietruszka, Igorek szczypiorek, Julka cebulka, Kacperek koperek”**   * „Siejemy , siejemy plony zbierzemy” – Kule nasienne czyli doniczka z warzywami. | Raz w roku |
| * Poznajemy właściwości jajka - zabawy badawcze | Raz w roku |
| ***Olimpiada pomysłów pod hasłem : „Ćwiczyć każdy może”.*** |  |
| **Szkolny bieg maratoński**   * „Sport to zdrowia podstawa, a dla nas dobra zabawa”. | Raz w roku |
| ***Plejada muzyczna***   * Aerobik przy muzyce – „Ciało rzeźb! Fitness bądź z ruchu czerp - energii prąd! | Dwa razy w miesiącu |
| ***Każdy uczeń o tym wie, chcesz być zdrowy – ruszaj się !***   * Zabawy kształtujące odruch prawidłowej postawy. | Trzy razy w tygodniu |
| ***Kto wypoczywa , zdrowie zdobywa. Książka i Ty. Razem My.*** |  |
| **Ruch to zdrowie i legendę Wam opowie”.**   * Rajdy – poznanie swojej okolicy. | Dwa razy w roku |
| ***„Czytać każdy może, więc czytaj o każdej porze”.***   * Przerwa z książką . | Codziennie |
| * Konkurs rodzinny pt. „ Śmieszne wierszyki”. Wymyślanie tekstu wiersza, zilustrowanie go w formie pracy plastycznej . Zorganizowanie wystawy wierszy i prac na korytarzu szkolnym. | Raz w roku |
| **„ Baśnie i dzieci z różnych stron świata”**   * Czytanie baśni i bajek z różnych stron świata” . ocena bohaterów. | Raz w roku |
| **„ Chleb do Afryki” - Aż miło na duszy , jak domowy chleb puszy.**   * Pieczemy chleb z przepisu domowego. | Raz w roku |
| ***Radość, zadowolenie, pozytywne nastawienie – hasło na dziś OPTYMIZM*** |  |
| ***Odwiedziny Elfów życzliwości***   * Zabawy z psychologiem i pedagogiem szkolnym. | Raz w miesiącu |
| * Relaks na lekcji i na przerwie (muzyka relaksacyjna). | Raz w tygodniu |
| ***„Recepta na zdrowie”.***  ***Aby młodym wiecznie być, trzeba się codziennie myć . Bo higienę warto znać i sumiennie o nią dbać.*** |  |
| ***„Uśmiech jest wizytówką każdego człowieka ...więc myj zęby i się uśmiechaj”***   * Zapraszamy pielęgniarkę, dermatologa i stomatologa | Dwa razy w roku |
| ***Odpowiedni ubiór: „Wiosna, lato, jesień, zima w projektanta bawi się”.*** |  |
| * Projektujemy ubrania na każdą porę roku. | Cztery razy w roku |
| ***Mosty międzypokoleniowe***  *Cztery mosty, jak cztery pory roku.*  *Zbudujemy je razem krok po kroku.* | ***„Strażnicy zdrowia” - sposoby babci, czyli zdrowie ukryte w kuchni*** |  |
| **Zdrowo – kolorowo**   * Wspólne wykonanie soków i surówek | Raz w roku |
| **Szatkowanie – ubijanie**   * Pokaz kiszenia kapusty   ***Babciu, dziadziu – spróbuj i Ty...***   * Poznanie podstawowych zasad korzystania z komputera i Internetu | Raz w roku  Raz w roku |
| ***„ U babci Zosi”*** |  |
| ***Rodzinnie – tradycyjnie***   * Pieczenie świątecznych pierniczków | Raz w roku |
| ***„SMS- em ślę życzenia na święta do spełnienia”***   * Nauka pisania i odbierania SMS- ów | Raz w roku |
| ***„Kochamy Was całym sercem...”*** |  |
| ***Recytowanie, śpiewanie – życzeń składanie***   * Spotkania z okazji Dnia Babci i Dziadka | Raz w roku |
| ***„Wielkanocna wyspa smaków” - pamiętnik kulinarny*** |  |
| ***Zbieranie – wklejanie***   * Zbieranie tradycyjnych przepisów wielkanocnych * Wykonanie „Kulinarnego pamiętnika” | Raz w roku  Raz w roku |
| ***„SMS-em ślę życzenia na święta do spełnienia”***   * Pisanie SMS-ów | Raz w roku |
| ***„Wiosna, wiosna - ach to ty.....”*** |  |
| ***Odmierzanie – wycinanie***   * Wykonanie wiosennych bukietów i stroików wielkanocnych * Spotkanie z Kołem Gospodyń Wiejskich * Śpiewanie piosenek ludowych z naszego regionu | Raz w roku  Raz w roku  Raz w roku |
| ***„Jak to onegdaj bywało”*** |  |
| * Pokaz mody: dawniej i dziś * Pokaz zabaw naszych babć i dziadków | Raz w roku  Raz w roku |
| ***„Mailowe pozdrowienia”*** |  |
| Nauka wysyłania listów drogą elektroniczną | Raz w roku |