***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 miesiącuRaz w miesiącuRaz 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 rokuRaz 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 rokuRaz 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 rokuRaz 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 rokuRaz w roku  |
| ***„Mailowe pozdrowienia”*** |  |
| Nauka wysyłania listów drogą elektroniczną | Raz w roku  |