**PRZEDSZKOLE PUBLICZNE W KARŁOWICACH**

**INNOWACJA PEDAGOGICZNA**

**O CHARAKTERZE PROGRAMOWO- ORGANIZACYJNYM**

***O zdrowie nasze dbamy***

***i się dobrze odżywiamy***

**Obraz zawierający lalka, zabawka, clipart

Opis wygenerowany automatycznie**

**INNOWACJA PEDAGOGICZNA**

***TEMAT INNOWACJI****: ,, O ZDROWIE NASZE DBAMY I SIĘ DOBRZE ODŻYWIAMY’’*

***CZAS REALIZACJI*** *: WRZESIEŃ 2021- CZERWIEC 2022*

***AUTOR INNOWACJI****:*  *mgr Anna Piasecka – staż pracy 7 lat, nauczyciel mianowany, wykształcenie wyższe magisterskie Uniwersytet Opolski*

***MIEJSCE INNOWACJI****: Publiczne Przedszkole w Karłowicach ul Młyńska 1, 46-037 Karłowice*

***RODZAJ INNOWACJI****: innowacja programowo- organizacyjna. Programem zostaną objęte wszystkie dzieci.*

***FINANSOWANIE INNOWACJI****: We własnym zakresie.*

***OSOBY ODPOWIEDZIALNE ZA WPROWADZENIE INNOWACJI W GRUPIE:***

*Anna Piasecka – grupa 5-6 l*

*Bożena Goldewicz – grupa 4-5 l*

*Katarzyna Maciążek- grupa 3-4l*

***PODSTAWA PRAWNA ;***

*-Ustawa z 7 września 1991r o systemie oświaty ( z.u.z 2001r. Nr 256, poz.2572 z późn. zm)*

*-Rozporządzenia MEN z dnia 9 kwietnia 2002r. W sprawie warunków prowadzenia działalności innowacyjnej i eksperymentalnej przez publiczne szkoły i placówki ( dz.u. z 2002r. Nr 56, poz. 506. z późn zm.)*

*-Rozporządzenie MEN wsprawie podstawy programowej wychowania przedszkolnego z dnia 1 września 2017r. zmieniające rozporządzienie w sprawie podstawy programowej wychowania przedszkolnego oraz kształcenia ogólnego w poszczególnych typach szkół.*

**I. WSTĘP**

Na zdrowie i rozwój dziecka w wieku przedszkolnym ogromny wpływam ma

odżywianie się. W domu jak i w przedszkolu dbamy o to, aby posiłki podawane

dzieciom były zdrowe. Jakość jedzenia oraz jego rodzaj są podstawą w

zapobieganiu chorobom cywilizacyjnym (np. otyłość). Celem jest pogłębienie

wśród dzieci i ich rodziców wiedzy na temat spożywania zdrowej żywności i

prawidłowego odżywiania się, a także propagowaniu tej wiedzy w życiu

codziennym.

Okres w przedszkolu jest, to bardzo ważny czas na wdrażanie nawyków

żywieniowych oraz prawidłowych postaw i zachowań. Postawy, umiejętności

jak i nawyki, które dzieci wynoszą z przedszkola, procentują w dorosłym życiu

lepszym funkcjonowaniem społecznym i zawodowym. Innowacja pedagogiczna

„O zdrowie nasze dbamy i się dobrze odżywiamy” wzbogaca ofertę edukacyjną przedszkola, łączy treści edukacyjne z różnych obszarów podstawy programowej i uwzględnia treści

wykraczające poza podstawę programową. Niewłaściwy sposób żywienia u dzieci rzutuje na ich dalsze losy związane z okresem dorastania, a później z dorosłością. Przez właściwe odżywianie dzieci przedszkolnych należy rozumieć przede wszystkim odpowiednie do zapotrzebowania spożywanie składników odżywczych i pokrycie potrzeb energetycznych. Konieczne jest podejmowanie działań na rzecz korygowania przyzwyczajeń i kształtowania właściwych nawyków żywieniowych przedszkolaków. Dzieci powinny próbować nowych smaków, kształcić zmysł węchu, dotyku podczas degustacji potraw.  Wprowadzona innowacja to dla dzieci dobra zabawa i wielka kulinarna przygoda , której efektem będą właściwe nawyki żywieniowe. Dodatkowo patrząc na obecną sytuację epidemiologiczna, wprowadzana innowacja wymaga od nas wszystkich podejmowania wielu działań, o których jeszcze kilka miesięcy temu w ogóle byśmy nie pomyśleli.   
Wprowadzenie obostrzeń w przedszkolach wiąże się również z dostosowaniem realizacji innowacji do aktualnej sytuacji. Przede wszystkim powinniśmy mieć na uwadze nasze zdrowie i bezpieczeństwo!

**II. ZAŁOŻENIA PROGRAMU**

Nauczyciel przedszkola jest pierwszą osobą po rodzicach, która ma wpływ na kształtowanie postaw prozdrowotnych, umiejętności społecznych oraz rozwój emocjonalny dziecka. Innowacja na temat zdrowia dzieci w wieku przedszkolnym powstała, by pomóc przedszkolakom w pełni wykorzystać ich naturalną zdolność do przyswajania wiedzy. W szczególności przyswojenia wiedzy odnośnie zasad zdrowego stylu życia, które powinny być nieodłącznym elementem wychowania dzieci w dzisiejszym świecie. Innowacja „ O zdrowie nasze dbamy i się dobrze odżywiamy’’ jest opracowana zgodnie z założeniami Podstawy programowej wychowania przedszkolnego dla przedszkoli. Zawiera ona propozycje, które przygotowują dzieci do zdrowego styla życia w grupie i społeczności. Są w niej zawarte teoretyczne i praktyczne podstawy wychowania dziecka tak, aby w przyszłości umiało zadecydować co jest dla niego zdrowe, a co nie. Powstała ona, by pomóc wychowankom w osiągnięciu optymalnego poziomu wiedzy potrzebnej w ich dalszym życiu. Udział w zajęciach pozwoli dzieciom rozwinąć zainteresowania kulinarne, nauczy organizacji pracy w kuchni, odróżniania zdrowego i niezdrowego odżywiania oraz zachowania higieny podczas przyrządzania posiłków. Zdobyte umiejętności będą mogły wykorzystać w życiu codziennym. Jest to czas na budzenie rączek, wąchanie przypraw, testowanie nowych smaków oraz opowiadanie o jedzeniu. Realizując te zajęcia dzieci usprawniają motorykę małą ćwiczą manualnie: krojenie, wygniatanie, mieszanie, smarowanie itd. Dzieci kształcą umiejętność współpracy w grupie, czerpią radość z przygotowywania wspólnych posiłków, a samodzielnie przygotowane potrawy są dla dzieci bardzo atrakcyjne co sprawia im wiele radości i zachęca do konsumpcji

Aby innowacja przyniosła spodziewane efekty należy:

- treść, zakres i zastosowane metody dostosować do możliwości i oczekiwań dzieci,

- program realizowany będzie w wychowaniu przedszkolnym w grupie dzieci w przedziale wiekowym 3 – 6 lat,

- stworzyć przez otoczenie dziecka tj. rodziców, opiekunów, nauczycieli i dyrektora właściwą atmosferę sprzyjającą rozwój dzieci

**III. CELE**

**Cel główny:**

* Kształtowanie prawidłowych nawyków żywieniowych.

**Cele szczegółowe:**

* kształcenie zmysłu smaku, zapachu i dotyku podczas przygotowywania i degustacji potraw,
* Uczenie się kulturalnego zachowania się przy stole,
* Stwarzanie dziecku możliwości do działania kulinarnego,
* Wdrażanie postaw racjonalnego odżywiania i higieny przyrządzania posiłków,
* Czerpanie radości ze wspólnego przygotowywania posiłków,
* Nauka nakrywania do stołu,
* Zapoznanie z zasadami bezpiecznego korzystania ze sprzętu AGD,
* Usprawnianie techniki samodzielnego jedzenia,
* Zapoznanie z etapami przygotowywania posiłków,
* Rozwijanie mowy i wzbogacanie słownictwa ,
* Wyzwalanie inwencji twórczej w sferze kulinarnej,
* Rozwijanie myślenia przyczynowo - skutkowego ,
* Wzmacnianie poczucia własnej wartości oraz kształtowanie poczucia sprawstwa,
* Rozwijanie spostrzegawczości oraz koordynacji wzrokowo-ruchowej,
* Wdrażanie do samodzielności podczas wykonywania " kulinarnych przysmaków"
* Zapoznanie się z piramidą żywienia
* Udział w wycieczkach z uwzględnieniem zdrowego odżywiania się
* Spotkanie z dietetykiem
* zachęcanie do picia wody – uświadamianie, jaką ważną rolę odgrywa w życiu człowieka,
* wdrażanie do dbania o higienę rąk i jamy ustnej przed i po posiłku,
* zachęcanie do dbania o estetykę stołu podczas jedzenia oraz po spożyciu posiłku,
* rozumienie znaczenia umiaru w jedzeniu słodyczy,
* Konkurs plastyczny ,, Zdrowie na talerzu’’

**IV. METODY I FORMY PRACY:**

Podczas realizacji treści programowych stosować należy pracę z całą grupą, w małych zespołach oraz pracę indywidualną z dzieckiem.  
Metody:

* pokaz
* pogadanka
* obserwacja
* metoda projektu
* teatrzyki i metody darmowe
* działań praktycznych
* samodzielne działanie

**V. ŚRODKI DYDAKTYCZNE:**

konwencjonalne :

* wierszyki, piosenki, książki
* zdjęcia, ilustracje,
* akcesoria kuchenne
* płyty cd, tablica interaktywna
* żywność

**VI FORMY:**

* małych grupach
* praca w zespołach
* praca z całą grupą
* indywidualna

**VII. ZAKRES TREŚCI – HARMONOGRAM DZIAŁAŃ WYNIKAJĄCYCH Z INNOWACJI PEDAGOGICZNEJ**

**„O zdrowie nasze dbamy i się dobrze odżywiamy”**

* zapoznanie z piramidą żywienia, wykonanie piramidy
* omówienie zasad zachowania bezpieczeństwa podczas pracy z akcesoriami kuchennymi, omówienie zasad higieny podczas zajęć kulinarnych
* rozpoznawanie zdrowej i niezdrowej żywności, praca z tablicą interaktywną ,, co jest zdrowe, a co niezdrowe’’
* spotkanie z dietetykiem- pogadanka na temat zdrowego odżywiania
* zapoznanie z wierszami : ,,Warzywa’’(J. Tuwim). ,,Witaminowe abecadło’’(S. Karaszewski)- nauka wierszy, wspólna recytacja
* zajęcia kulinarne – samodzielne, z pomocą nauczyciela , pod nadzorem nauczyciela :
* jesienne szyszki ryżowe
* jarzynowa sałatka
* ciasto marchewkowe
* ciasto dyniowe
* sok z zielonej pietruszki
* ciasteczka korzenne
* ciasteczka orzechowe
* pierniczki
* serkowe bałwanki
* kanapki wiosenne
* sałatka owocowa
* ciasteczka owsiane
* chleb żytni
* owocowe szaszłyki
* muffinki szpinakowe
* owocowe koktajle
* konkurs ,, Zdrowie na talerzu’’

Program realizowany będzie z dziećmi w ciągu całego roku szkolnego, w każdym przedziale wiekowym.

**VIII. EWALUACJA**

Innowacja będzie podlegała ewaluacji bieżącej. Narzędziem ewaluacji stanie się przede wszystkim obserwacja zachowań uczniów, ich relacja o odczuciach oraz ocena nabytych umiejętności dzieci przez nauczycieli prowadzących innowację.

Zatem efekty działań będą analizowane w oparciu o:

* obserwacje dzieci
* ankiety dla rodziców
* dokumentowanie przebiegu zajęć ( zdjęcia, prace konkursowe)
* rozmowy z dziećmi
* wytwory prac dzieci