**SPRAWOZDANIE Z REALIZACJI DZIAŁAŃ W PLACÓWCE PROMUJĄCEJ ZDROWIE W ROKU SZKOLNYM 2024/2025**

**CZĘŚĆ WSTĘPNA PLANOWANIA**

1. **PROBLEM GŁÓWNY:** Niewystarczająca wiedza społeczności przedszkolnej (w/z) zakresie działań sprzyjających poprawie dobrostanu rodziców i dzieci w wieku przedszkolnym.
   1. **KRÓTKI OPIS PROBLEMU PRIORYTETOWEGO:**

Wyniki obserwacji specjalistów (psychologa, pedagoga, pedagogów specjalnych, nauczyciela wspomagającego, logopedy), nauczycieli grup oraz opinie rodziców wskazały, że ważnym czynnikiem sprzyjającym prawidłowemu funkcjonowaniu psychicznemu, fizycznemu i społecznemu całej społeczności przedszkolnej jest zapewnienie prawidłowego dobrostanu. Rozumiemy go, jako stan równowagi psychicznej, fizycznej i społecznej, który wpływa na ogólne samopoczucie, efektywność w nauce i pracy oraz jakość relacji.

* 1. **UZASADNIENIE WYBORU PRIORYTETU:** Z rozmów indywidualnych oraz grupowych z rodzicami wynika, iż działania opiekunów przedszkolaków często napotykają różnorodne trudności w skutecznym wspieraniu dobrostanu swoich dzieci.
  2. **ROZPOZNANIE POTRZEB ZA POMOCĄ**: Obserwacji pedagogicznej dzieci przez nauczycieli w grupach – zachowania świadczące o trudnościach emocjonalnych, napięciu, nadaktywności lub apatii. Spotkania zespołu ds. promocji zdrowia – analiza środowiska i możliwości w zakresie wspierania zdrowia.

1. **PRZYCZYNA GŁÓWNA ISTNIENIA PROBLEMU:** 
   1. Brak czasu i przeciążenie obowiązkami rodzice,
   2. Rozwój cywilizacji, który oprócz dobrodziejstw niesie za sobą także wiele zagrożeń,
   3. Niska świadomość potrzeb emocjonalnych dziecka,
   4. Nadopiekuńczość i brak stawiania świadomie granic dzieciom,
   5. Trudności wychowawcze i brak konsekwencji,
   6. Brak kontrolowania czasu spędzonego przez dziecko przed ekranem komputera lub telewizora,
   7. Problemy komunikacyjne w rodzinie,
   8. Własne trudności psychiczne rodziców (stres, depresja, wypalenie rodzicielskie i nierozwiązane problemy emocjonalne)
2. **ROZWIĄZANIA DLA ZNIWELOWANIA PRZYCZYN PROBLEMU:**
   1. Organizacja czasu i ustalenie priorytetów,
   2. Podnoszenie kompetencji wychowawczych,
   3. Rozwijanie umiejętności komunikacyjnych,
   4. Wzmacnianie samodzielności dziecka przez rodzica,
   5. Dbanie o zdrowie psychiczne rodziców, rozmowy z psychologiem przedszkolnym,
   6. Zacieśnianie współpracy z przedszkolem
3. **DZIAŁANIA PODJĘTE W RAMACH REALIZACJI CELU:**
   1. Działania skierowane do dzieci
   * Cykl musicali empatycznych dot. zajęć rozwijających kompetencje emocjonalne: rozpoznawanie emocji, radzenie sobie z trudnościami, rozwiązywanie konfliktów w sposób pokojowy, prowadzone przez certyfikowanego trenera minimediacji SNO Panią Weronikę Górską- Wolniewicz.
   * Joga i relaksacja poranna w przedszkolu – cotygodniowe sesje ćwiczeń oddechowych, ruchowych i relaksacyjnych.
   * Kącik wyciszenia – miejsce w każdej sali, gdzie dziecko może odpocząć, zrelaksować się, pobyć chwilę w ciszy.
   * "Zdrowy talerz" – warsztaty o zdrowym odżywianiu prowadzone przez szefową kuchni, realizacja jadłospisów proponowane przez przedszkolaki oraz kadrę, tematycznie korelujące z realizowaną innowacją pedagogiczną.
   * Tydzień Praw Dziecka – tydzień z zadaniami wzmacniającymi empatię, życzliwość, współpracę.
   1. Działania skierowane do nauczycieli i personelu
   * Szkolenia z zakresu zarządzania stresem i technik empatycznej komunikacji.
   * Szkolenia specjalistyczne dla kadry.
   * Szkolenie wewnątrz przedszkolne doskonalące umiejętności wyciszania i opanowywania złych emocji pt. „Zastosowanie muzyki klasycznej oraz metody Batti Strauss ”przeprowadzone w ramach koleżeńskiej inicjatywy.
   * Warsztaty z minimediacji dla całej kadry,
   * Superwizje i wsparcie psychologa przedszkolnego.
   * Warsztaty „Dbam o siebie – dbam o innych” – rozwój umiejętności emocjonalnych i interpersonalnych.
   * Kącik relaksacyjny dla personelu – miejsce z książkami, muzyką relaksacyjną, zapachami (aromaterapia).
   * Ruch w pracy – mikroaktywności i ćwiczenia rozciągające w ciągu dnia.
   1. Działania skierowane do rodziców
   * Warsztaty dla rodziców pt. „Porozumienie bez przemocy, minimediacje” prowadzone przez certyfikowanego trenera minimediacji SNO Panią Weronikę Górską- Wolniewicz.
   * Poradnik „Dobrostan w rodzinie” – przygotowany przez zespół ds. promocji zdrowia.
   * Wspólne zajęcia „Rodzinne zdrowe desery” – kulinarne spotkania z dziećmi.
   1. Działania środowiskowe
   * Współpraca z lokalnym Poradnią Psychologiczno-Pedagogiczną i Sanepidem.
   * Udział w akcjach i konkursach.
   * Organizacja turnieju tanecznego dla dzieci z przedszkoli Dębca i Świerczewa.
   * Organizator turnieju piłkarskiego
   * Organizacja pikniku zdrowia „Z PYRĄ NA SPORTOWO” z lokalną społecznością.

**PLAN DZIAŁAŃ**

1. **CEL:** Poprawa dobrostanu psychofizycznego w społeczności przedszkolnej poprzez zintegrowane działania edukacyjne, profilaktyczne i wspierające.
2. **KRYTERIUM SUKCESU:** Poprawie dobrostanu społeczności przedszkolnej (dzieci, nauczycieli, pracowników i rodziców) powinno być wielowymiarowe, obejmujące zarówno aspekt emocjonalny, społeczny oraz organizacyjny. Najważniejsze kryteria:
   1. Dobrostan dzieci (pozytywne emocje, rozwój społeczny, poczucie bezpieczeństwa, zaangażowanie w zabawę i naukę)
   2. Dobrostan nauczycieli i personelu (niski poziom wypalenia zawodowego, wsparcie i współpraca w zespole, możliwość rozwoju zawodowego, równowaga pomiędzy pracą i życiem prywatnym)
   3. Zaangażowanie rodziców (współpraca z przedszkolem, zaufanie do nauczycieli i dyrekcji, satysfakcja z jakości opieki i edukacji)
3. **SPOSÓB SPRAWDZENIA OSIĄGANIA CELU (/SUKCEU):**
   1. Wskaźniki osiągania celu:

dotyczące dzieci:

* + - frekwencja dzieci, która świadczy o poczuciu bezpieczeństwa i komfortu,
    - liczba epizodów trudnych zachowań w grupie,
    - poziom zaangażowania w aktywności, obserwowany wzrost aktywności własnej, ciekawości i inicjatywy,
    - wynik w ocenach rozwoju emocjonalno-społecznego,
    - liczba zgłoszeń problemów emocjonalnych przez nauczycieli/ psychologa, ich spadek może świadczyć o poprawie dobrostanu,

dotyczące nauczycieli/ personel:

* + - spadek rotacji kadry,
    - frekwencja na szkoleniach z zakresu dobrostanu/ zdrowia psychicznego,
    - liczba dni absencji chorobowej,

dotyczącej rodziców:

* + - poziom zadowolenia z przedszkola dotyczące komunikacji, relacji i dobrostanu dziecka,
    - częstotliwość kontaktu z nauczycielem i udziału w spotkaniach,
    - liczba skarg lub nieporozumień
    - dotyczącej całej społeczności:
    - wdrażanie programów promujących dobrostan,
    - obecność procedur i standardów dotyczących dobrostanu np. kodeks relacji, polityka przeciwdziałania przemocy,
    - cykliczność ewaluacji i autorefleksji placówki, regularne przeglądy potrzeb, planów i efektów działań,
    - tworzenie współpracy ze specjalistami,
  1. Sprawdzenie osiągniętego celu:
     + udokumentowana obserwacja dzieci przez nauczycieli (zachowań, emocji i interakcji społecznych),
     + obserwacja relacji miedzy personelem, a także miedzy rodzicami i przedszkolem,
     + indywidualne rozmowy z nauczycielami, rodzicami, pracownikami,
     + zebrania zespołu pedagogicznego z elementem refleksji i autorefleksji
     + analiza dokumentacji danych m.in. frekwencja dzieci i pracowników, liczba interwencji psychologa, sprawozdania z realizacji programów
  2. Osoby nadzorujące osiąganie celu:
     + członkowie zespołu d.s. promocji zdrowia,
     + nauczyciele oraz personel przedszkola.

1. **ZADANIA /PLAN DZIAŁAŃ**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **DZIAŁANIA** | **FORMY REALIZACJI** | **ODPOWIEDZIALNI ZA REALIZACJĘ** |
| - dzieci przypomniały/zapoznały się z rozkładem pomieszczeń, oraz poznały zasady bezpiecznego poruszania się w przedszkolu i poza nim | -realizacja tematów kompleksowych, spacery po budynku, zabawy | - nauczycielki grup |
| - poszerzanie wiedzy nauczycielek oraz personelu przedszkola w szkoleniach i warsztatach na temat Porozumienia bez Przemocy i bazujących na nich mediacjach | - udział nauczycielek i personelu w warsztatach oraz szkoleniach | Dyrektor przedszkola |
| - opracowanie przez wszystkie grupy „Kodeksu grupy”, | - kodeksy grup | - nauczycielki grup |
| - poszerzanie wiedzy kadry pedagogicznej z zakresu psychologii, | - udział nauczycielek w warsztatach „Jak efektywnie współpracować z rodzicami” | - wszystkie nauczycielki |
| - wycieczki dzieci z grup starszych do Wyższej Szkoły Aspirantów Pożarnictwa – realizacja programu preorientacji zawodowej | - wycieczka | - nauczycielki grup starszych |
| - nauczycielki realizują Programy własne: „Zdrowy i bezpieczny przedszkolak”, , „Ekologia już w przedszkolu”, „Duża żaba nad sadzawką napotkała żuka”, | - zajęcia zbiorowe – w ramach realizacji tematów, zajęcia grupowe, indywidualne, prace użyteczne, hodowlane, porządkowe, warsztaty, prace samoobsługowe, wycieczki, spacery – zapisy w dziennikach | - nauczycielki grup |
| - nauczycielki zrealizowały projekt o tematyce zdrowotnej „Mamo, Tato wolę wodę”, | - zajęcia w ramach realizacji projektu, prace samoobsługowe – zapisy w dziennikach | - nauczycielki grup |
| - rodzice są na bieżąco informowani o udziale w projektach, akcjach, itp., | - gazetki w holu przedszkola, zakładki grupowe, zebrania | - nauczycielki grup |
| - udział dzieci z trzech najstarszych grup wiekowych w cyklu musicali empatycznych, w celu ukazania dzieciom sposobów radzenia sobie z trudnymi emocjami oraz rozwijania umiejętności komunikacyjnych | - comiesięczne musicale | - nauczycielki grup starszych |
| - organizacja warsztatów dla rodziców pt. „Porozumienie bez przemocy, minimediacje” | - cyklu spotkań dla rodziców z prowadzone przez certyfikowanego trenera minimediacji SNO | - dyrektor przedszkola |
| - udział nauczycielek w cyklicznych spotkaniach w celu omówienia tematów musicali oraz sposobów prowadzenia minimediacji w pracy z dziećmi | - warsztaty | - Dyrektor Przedszkola/nauczycielki grup starszych |
| - aktywne włączanie się rodziców w życie i działalność Placówki, | - pomoc w przygotowaniu dzieci oraz materiałów do organizowanych przez przedszkole konkursów oraz wydarzeń, pomoc w promocji placówki -banery, naklejki, występy | - społeczność przedszkola |
| - rozwijanie dziecięcych zainteresowań poprzez aktywne spędzanie czasu, | - organizacja zajęć sportowych oraz tanecznych | - nauczycielki grup |
| -rozwijanie zdrowia emocjonalnego najmłodszych po przez udział w Akcji „Cała Polska Czyta Dzieciom”, | - udział w Akcji całoroczny – zapisy w dziennikach | - nauczycielki grup |
| - realizowany jest projekt „Czytaj z Puchatkiem’, | - spotkania z książką w domu | - nauczycielki grup |
| - we wszystkich grupach wiekowych odbywają się „Lekcje przyrody na żywo’, w celu rozwijania zainteresowań oraz poszerzania wiedzy przyrodniczej | - spotkania ze zwierzętami | - nauczycielki grup |
| - dzieci z grup II, III, IV zrealizowały wycieczkę do teatru Animacji, | - udział w spektaklu | - nauczycielki grup „Tygryski” oraz „Biedronki”, „Wiewiórki” |
| - do wspólnego spotkania z literaturą zapraszani są rodzice, rodzeństwo oraz absolwenci, | - wspólne spotkania z książką | - nauczycielki grup |
| - dzieci rozwijają zainteresowania czytelnicze poprzez wizyty w bibliotece, | - udział w lekcjach bibliotecznych | - nauczycielki grup |
| - w salach zorganizowane zostały ekspozycje kącików przyrody, | - prace użyteczne, porządkowe, zajęcia, zabawy | - nauczycielki grup |
| - we wszystkich grupach wiekowych odbyły się warsztaty kulinarne w celu promowania zdrowej kuchni lokalnej w ramach realizacji innowacji „Podróże po Polsce” | - udział w warsztatach | - nauczycielki grup |
| - we wszystkich grupach wiekowych nauczycielki organizują spacery oraz wycieczki promujące aktywność wśród przedszkolaków | - spacery, wycieczki | nauczycielki grup |
| - przedszkolaki codziennie mają zorganizowany pobyt na świeżym powietrzu | - zabawy ruchowe, dydaktyczne, zajęcia z dominacją ruchu, prace porządkowe, obserwacje | nauczycielki grup |
| - we wszystkich grupach wiekowych odbyły się „Skarby z polskich ogrodów” w celu promowania zdrowego odżywiania | - warsztaty | P. Ania kucharka |
| - kontynuowana jest współpraca z Poradnią Psychologiczno – Pedagogiczną | - warsztaty | - Dyrektor, nauczycielki |
| - spotkanie ze stomatologiem w celu utrwalania prawidłowych nawyków higieniczno – dentystycznych i przełamywania obaw przed wizytą u stomatologa | - prelekcja połączona z działaniami praktycznymi | - nauczycielki grup II, III, IV |
| - realizacja wycieczek do Ogrodu Ekologicznego Gładysiaków – promowanie zachowań proekologicznych i prozdrowotnych | - wycieczka | Nauczycielki grup starszych |
| - wycieczka grupy najstarszej do Muzeum Narodowego Rolnictwa i Przemysłu Rolno – Spożywczego’ | - lekcja edukacyjna „Od buraka do lizaka” | E. Borkowska, S. Miecznik |
| - zapraszanie rodziców na wspólne zajęcia promujące zdrowy styl życia oraz aktywne spędzanie czasu z dzieckiem | - warsztaty, zajęcia otwarte, festyny, wycieczki | - nauczycielki grup |
| - organizacja wycieczek integracyjnych dla dzieci i ich bliskich | - wycieczki | - nauczycielki gr. III |
| - organizowanie festynów promujących spędzanie wolnego czasu na świeżym powietrzu | - piknik „Z pyrą na sportowo” | - wszyscy pracownicy Przedszkola, Rada Rodziców |
| - rozwijanie dziecięcych pasji i zainteresowań sportem poprzez udział w zorganizowanych formach aktywności | - „Każdy może być olimpijczykiem’ – miejskie obchody OMEP, „Bieg dla niepodległej” | - nauczycielki gr. IV |
| - realizacja projektu przyrodniczo – badawczego „Mali, wielcy odkrywcy” – wielozmysłowe poznawanie świata | - cykle zajęć i zabaw | - J. Lisiecka, D. Mowlik |
| - realizacja cyklu spotkań nt. funkcjonowania ludzkiego organizmu | - spotkania i warsztaty pt.: „Anatomia małego człowieka” | - mamą dziewczynki z najstarszej grupy, nauczycielki gr. IV |
| - spotkanie ze sportowcem trenerem piłkarskim, zachęcanie do realizowania swoich pasji i zainteresowań | - rozmowa połączona z wykonywaniem mini treningu piłkarskiego | - tata chłopca z najstarszej grypy wiekowej, nauczycielki gr. IV |
| - konkurs plastyczny pt. „Smaki, które lubią przedszkolaki” | - tworzenie prac plastycznych | - najstarsza grupa wiekowa |
| - konkurs pt. „Złap owady na wiosnę” | - tworzenie prac plastycznych | - najstarsza grupa wiekowa |
| - konkurs pt. „Koty w dobrych rękach, czyli jak dbać o futrzastych przyjaciół” | - tworzenie prac plastycznych | - najstarsza grupa wiekowa |
| - udział w akcji w „Bateria kocha recykling” | - realizacja zadań zaproponowanych przez organizatora - OMEP | - najstarsza grupa wiekowa |
| - koncert charytatywny dla Michała | - prezentacja przedstawienia Pt. „Calineczka” rodziców dzieci i nauczycieli z przedszkola nr 22 | - nauczycielki placówki |
| - program edukacyjny „Mamo tato co wy na to” skierowany do dzieci i rodziców kładących nacisk na potrzeby, słabości oraz kryzys najmłodszych | - realizacja tematów i zapoznanie rodziców na zebraniach programu | - najstarsza grupa wiekowa |
| - program edukacyjno – profilaktyczny „Czyste powietrze wokół nas”, wykształcenie u dzieci świadomej postawy ochrony własnego zdrowia | - realizacja tematów kompleksowych | - najstarsza grupa wiekowa |
| - organizacja szkolnie dot. Wdrażania standardów ochrony małoletnich | - udział w szkoleniu wszystkich pracowników przedszkola | - K. Jóźwiak |
| - organizacja kulinarnych warsztatów rodzinnych | - wspólne przygotowanie zdrowych deserów | D. Mowlik J.Lisiecka |
| - warsztaty z Szefową Kuchni | - udział dzieci ze wszystkich grup wiekowych w warsztatach kulinarnych | - Szefowa Kuchni |
| - stworzenie poradnika pod hasłem „Dobrostan w rodzinie” | - udostępnienie szerokiemu gronu odbiorców | - J. Lisiecka |
| - udział w ramach fundacji DAJEMY DZIECIOM SIŁE | - cykl zajęć z zakresu profilaktyki wykorzystywania seksualnego | - J. Lisiecka |
| - tworzenie mini ogródków warzywno- kwiatowych w ogrodzie przedszkola | - sadzenie roślin przez dzieci i spożywanie | - wszystkie grupy |
| - organizacja turnieju tanecznego | - prezentacja tańców przez dzieci z różnych przedszkoli | - Sandra Miecznik |
| - organizacja turnieju piłkarskiego | - rozgrywki miedzy poszczególnymi drużynami | - dyrektor przedszkola |
| - spotkania z muzyką polską | -cykliczne prowadzone koncerty na żywo z udziałem muzyków | - nauczycielki przedszkola |
| - koncert noworoczny dla dzieci | - udział dzieci wydarzeniu muzycznym | - trzy najstarsze grupy |
| - teatr animacji | - udział w spektaklach | - trzy najstarsze grupy |
| - wycieczki do biblioteki | - udział w lekcjach bibliotecznych | - druga i trzecia grupa |
| - wspaniały świat książek dla dzieci | - wykonanie tematycznej pracy plastycznej | - nauczycielki grupy najmłodszej |
| - igrzyska olimpijskie akademii reisa | - udział w zabawach sportowych | - dwie najstarsze grupy wiekowe |
| - wiosenny pokaz mody | - prezentacja dzieci z poszczególnych grup wiekowych | - nauczycielki każdej grupy wiekowej |
| - wiosenny konkurs muzyczno- taneczny | - pokaz umiejętności przez dzieci | - rodzice i nauczycielki każdej grupy wiekowej |
| - udział w konkursie ekologicznym | - zaprojektowanie gry edukacyjnej pt. „Super Bohaterowie Recyklingu Misja: Baterie” | - Marta Kaczmarek |
| - dzień dziecka, rozładowujemy emocje po przez taniec i ruch przy muzyce, zabawy prowadzone przez rodziców wychowanka | - warsztaty taneczne organizowane przez rodziców wychowanki | - zespół ds. promocji zdrowia |
| - niebieski dzień – Światowy dzień autyzmu | - warsztaty dla dzieci w poszczególnych grupach wiekowych | - J. Lisiecka, W. Szafarkiewicz |
| - grupowy konkurs z okazji dnia książki | - tworzenie grupowych książek sensorycznych | - nauczycielki poszczególnych grup |
| - ogłoszenie rodzinnego konkursu na okładkę książki | - wspólne zaprojektowanie okładki przez rodziny do ulubionej książki dziecka | - rodzice z dziećmi |
| - indywidualne rozmowy rozwojowe z rodzicami w każdej grupie wiekowej, | - kontakt z rodzicami w ramach realizacji działań wychowawczych, profilaktycznych oraz wsparcia potrzeb indywidualnych przedszkolaka | - nauczycielki każdej grupy wiekowej |

1. **EFEKT DZIAŁAŃ**
   1. Wzrost świadomości dzieci na temat emocji i sposobów ich wyrażania.
   2. Zwiększenie zaangażowania rodziców w działania przedszkola.
   3. Poprawa atmosfery w zespole nauczycieli – zmniejszenie objawów wypalenia zawodowego.
   4. Zacieśnienie współpracy ze środowiskiem lokalnym.
   5. Widoczna poprawa w zachowaniu dzieci – większa empatia, mniejsza impulsywność.
2. **WNIOSKI I REKOMENDACJIE NA PRZYSZŁOŚĆ**
   1. Kontynuacja i poszerzenie programu edukacji emocjonalnej.
   2. Wprowadzenie systematycznego monitoringu dobrostanu społeczności przedszkolnej.
   3. Zwiększenie częstotliwości spotkań z rodzicami o charakterze wspierającym.
   4. Rozwijanie programu wsparcia nauczycieli – np. poprzez mentoring, coaching.
   5. Wzmacnianie partnerstw z instytucjami promującymi zdrowie.