

ORGANIZACJA PRACY W ROKU SZKOLNYM 2013/2014

Cel priorytetowy:

1. Wdrażanie do aktywnego spędzania wolnego czasu

2. Wspomaganie odporności emocjonalnej dzieci

Aktywność ruchowa jest charakterystyczną cechą dziecka wieku przedszkolnego, wynikającą z właściwości jego rozwoju. Ruch dla dziecka jest zaspokojeniem jego naturalnej potrzeby, daje szansę rozwoju tężyzny fizycznej, jest źródłem radości, odprężenia oraz wyładowania energii.

Rozwijanie sprawności ruchowej przejawia się w zabawach ruchowych. Mają one na celu: rozwijać umiejętność współdziałania w zespole, wyzwalać inicjatywę i samodzielność, podnosić stan zdrowotny, doskonalić sprawności takie jak: chód, bieg, podskok, rzut, wspinanie, pokonywanie przeszkód.

Wiedząc, że najbardziej korzystny dla organizmu ludzkiego jest wypoczynek aktywny, zawierający dużo ruchu i ćwiczeń fizycznych prowadzimy w pracy z dziećmi wiele zabaw ruchowych, usprawniających motorykę i poprawiających sylwetkę dzieci.

W ciągu całego roku organizujemy dzieciom **zabawy ruchowe** na świeżym powietrzu, budząc w nich przekonanie, że świeże powietrze służy zdrowiu, chroni przed chorobami i hartuje organizm. W tym celu prowadzimy zestawy zabaw ruchowych w ogrodzie przedszkolnym, wykorzystując naturalne przeszkody terenowe bieg między drzewami, podskoki do gałęzi itp.

W zestawy zabaw ruchowych wplatamy **ćwiczenia korekcyjne na kolana koślawe i płaskostopie** występujące u naszych wychowanków. Już od najmłodszych lat wdrażamy swoich wychowanków do utrzymania prawidłowej postawy w siadzie, staniu i leżeniu. Dbamy o zapewnienie dzieciom mebli dostosowanych do ich wzrostu, biorąc pod uwagę odpowiednią wysokość krzeselka i stolika.

Aby ćwiczenia i zabawy ruchowe dostarczały dzieciom wiele radości i stały się dla nich atrakcyjne, stosowałyśmy różnorodne przybory, ciekawe metody (metodę W. Sherborne, ćwiczenia P. Dennisona- Kinezylogia edukacyjna) i podkład muzyczny: muzykę dyskotekową, poważną- do ćwiczeń oddechowych i relaksacyjnych.



Nauczycielki z poszczególnych grup, wykonały **niestandardowe pomoce do ćwiczeń gimnastycznych** wykorzystując butelki plastikowe, kubeczki po jogurtach, co uatrakcyjniło zajęcia ruchowe.

Realizując zagadnienia dotyczące aktywności ruchowej w lutym dzieci z naszego przedszkola uczestniczyły w **Turnieju Halowej Piłki Nożnej**, zachęcając ich w ten sposób do aktywności ruchowej, niezbędnej do prawidłowego rozwoju ich organizmu, sprawności umysłowej i dobrego samopoczucia.



W styczniu, chętne dzieci wzięły udział w **konkursie plastycznym pt. „Zimowa Spartakiada”** zorganizowanym przez Publiczne Przedszkole nr 22 w Rzeszowie. Celem tego konkursu było propagowanie sportów zimowych i aktywności ruchowej o tej porze roku. W tym konkursie mieliśmy laureata który otrzymał nagrodę za swoją pracę.



Konkurs plastyczny „Aktywnie i sportowo spędzamy wolny czas” zorganizowany przez Publiczne Przedszkolne nr 23 w Rzeszowie wzbudził wśród dzieci również zaciekawienie i dzięki temu wykonane prace zostały zauważone i wyróżnione.

W lutym nasze przedszkole zorganizowało **konkurs plastyczny pt. „Wszyscy mamy fajne minki bo zjadamy witaminki”**. Konkurs był przeprowadzony w dwóch kategoriach wiekowych: 3 i 4-latki oraz 5 i 6-latki. Wszystkie chętne dzieci wzięły w nim udział. Najładniejsze prace zostały wyróżnione i nagrodzone.



W marcu nasi wychowankowie wzięli udział w **„Turnieju sportowym Reksia”** podczas którego rywalizowali w różnych konkurencjach sportowych np. biegach, rzutach do celu, sztafetach.



Również w marcu Publiczne Przedszkole nr 24 zorganizowało **konkurs recytatorski pt. „Przedszkolak przyjacielem i opiekunem przyrody”**. Dzieci z naszego przedszkola wzięły udział w tym konkursie, prezentując wiersze o tematyce przyrodniczej. Osiągnięciem naszym było zdobycie II miejsca.



W kwietniu jak każdego roku odwiedziliśmy **Szkołę Podstawową nr 22** w której mogliśmy uczestniczyć w zabawach ruchowych przygotowanych specjalnie dla naszych wychowanków. Udział w zabawach zorganizowanych w dużej Sali gimnastycznej sprawia wiele radości i daje możliwość aktywnego wypoczynku.



Wiosną zorganizowano **zajęcia otwarte** dla rodziców połączone z aktywnym działaniem dzieci i rodziców. Wspólne wykonywanie ćwiczeń gimnastycznych dawało radość dzieciom i rodzicom.

W ramach współpracy z **Centrum Kształcenia Ustawicznego**, dzieci z naszego przedszkola miały możliwość uczestniczenia w **musztrze** zaprezentowanej przez uczniów tejże szkoły. Mogły też osobiście wziąć udział w tego typu zajęciach i sprawdzić swoje możliwości fizyczne.



W miesiącu maju przeprowadziliśmy **turniej sportowy** dla naszych przedszkolaków. W ogrodzie przedszkolnym przygotowaliśmy tor przeszkód dzięki któremu reprezentanci grup mogli rywalizować w konkurencjach sprawnościowych.

W czerwcu przedszkolaki wzięły udział w **Międzyprzedszkolnym Przeglądzie Tanecznym „Na wakacje”**. Aktywność ruchowa tak bardzo ważna dla naszego organizmu mogła być połączona z muzyką dając bardzo dobre efekty.



Aktywność ruchowa to nie tylko zabawy i ćwiczenia ruchowe, to również umiejętność spędzania i organizowania sobie czasu wolnego, w formie aktywnej: spacery, wycieczki i sport. To dzięki nim dziecko przebywając przez dłuższy czas na powietrzu w dobrych warunkach klimatycznych staje się radosne i odpręża się psychicznie i fizycznie. Dlatego w pracy ze swoimi dziećmi organizowałyśmy wiele spacerów i wycieczek.

W czerwcu dzieci z najstarszych grup wiekowych uczestniczą w wycieczkach autokarowych zorganizowanych w ciekawe miejsca. **Wyjazd do Leśnej Woli** był okazją do aktywnego spędzenia czasu na świeżym powietrzu. Zabawy i gry sportowe, jazda konna dorożką na długo pozostaną w pamięci naszych wychowanków.



Ponadto do działań prozdrowotnych włączaliśmy rodziców, organizując w czerwcu **„Piknik rodzinny”**, na którym odbywały się rozgrywki sportowe. Tego typu imprezy cieszą się dużym zainteresowaniem wśród rodziców.



W gazetce dla rodziców zamieszczaliśmy artykuły zachęcające rodziców do prowadzenia „Zdrowego stylu życia” i aktywnego spędzania czasu wolnego z dzieckiem.

- „Dbaj o prawidłową postawę twojego dziecka. Wady postawy”- opis, charakterystyka wad postawy. Zalecenia i przeciwwskazania;
- „Co to jest zdrowy styl życia?”- wyjaśnienie pojęć wychowanie zdrowotne, zdrowie fizyczne i zdrowie psychiczne;
- „Ruch to zdrowie, ruch to życie”- opis form aktywności ruchowej w przedszkolu. Wpływ ruchu na samopoczucie dziecka. Zdjęcia zabaw ruchowych w przedszkolu. Sposoby spędzania wolnego czasu z rodziną;
- „Dopasuj sport do potrzeb dziecka” – prezentacja różnego rodzaju sportów dostosowanych do wieku dziecka.

Tempo rozwoju dziecka jest bardzo szybkie, zarówno w sensie psychicznym jak i fizycznym. Zmienia się w tym okresie zakres i rodzaj stosunków interpersonalnych. Zwiększa się potrzeba obcowania z innymi dziećmi. Chęć zaistnienia w grupie, zdobycie odpowiedniej funkcji, prestiżu wymaga od dziecka niezwyklej zręczności, umiejętności dostosowania się do sytuacji i miejsca. Dobrze jest jeśli wszystkie procesy rozwojowe przebiegają dynamicznie i harmonijnie.

Dzięki zajęciom prowadzonym pod kątem zdrowia psychofizycznego, starałyśmy się przygotować dzieci do radzenia sobie w różnych sytuacjach, nabycia przez nich umiejętności funkcjonowania w grupie rówieśniczej, nauczania ich że zdrowie w dużej mierze zależy od nich samych.

Prowadziłyśmy zajęcia przygotowując dziecko aby:

- potrafiło rozpoznawać swoje mocne i słabe strony
- świadomie przeżywało swoje emocje
- potrafiło radzić sobie z emocjami nie szkodząc innym
- wiedziało co jest dobre, a co szkodzi zdrowiu
- nauczyło się odmawiania w sytuacjach niekorzystnych dla jego zdrowia
- wiedziało jak zachowywać się w sytuacjach trudnych
- potrafiło aktywnie słuchać oraz komunikować się z innymi
- rozumiało, że ludzie mają prawo różnić się między sobą

Przykładowe tematyki zajęć które zostały zrealizowane w pracy z dziećmi:

- **Temat:** Co lubię robić, a czego nie lubię? - dzięki czemu dziecko potrafi wybrać to co sprawia mu przyjemność.
- Co potrafię zrobić, a czego nie potrafię? – po zajęciach dziecko zna swoje możliwości w zakresie wykonywania różnych zadań, działań i czynności.
- Co umiem zrobić sam, a w czym potrzebuję pomocy? Czyjej? – po zajęciach dziecko wie do kogo powinno zwrócić się o pomoc w różnych sytuacjach i jak może pomóc sobie sam.
- To właśnie ja – autoportret. – po zajęciach dziecko wie, że każdy jest inny i że dzieci różnią się między sobą.
- Moje marzenia. – po zajęciach dziecko zna różne rodzaje marzeń.
- Jakie uczucia przeżywam w różnych sytuacjach? – po zajęciach dziecko zna podstawowe rodzaje uczuć(radość, smutek, złość, strach, zdziwienie)
- Umiem okazywać własne uczucia i rozpoznawać objawy uczuć innych. – po zajęciach dziecko wie, że uczucia, które przeżywa może wyrazić za pomocą mimiki twarzy, gestów, postawy ciała i zachowania.
- Jak radzimy sobie z przykrymi emocjami? – po zajęciach dziecko wie, że złość negatywnie wpływa na jego samopoczucie i na kontakty z otoczeniem, zna sposoby radzenia sobie ze złością.
- Jakie są korzyści gdy pracujemy z innymi?- po zajęciach dziecko wie, że praca w grupie przynosi większe efekty niż praca indywidualna.

Realizując zagadnienia dotyczące zdrowia psychofizycznego dzieci z naszego przedszkola uczestniczyły w lekcjach bibliotecznych organizowanych przez **Miejską Bibliotekę Publiczną**. Podczas tych spotkań miały możliwość kontaktu z literaturą jako formą wspomagania rozwoju emocjonalnego dzieci.



W ciągu całego roku każdego dnia nauczycielki wykorzystywały **bajki terapeutyczne oraz muzykę relaksacyjną** jako sposób oddziaływania na emocje i zdrowie psychofizyczne dziecka.

Ważnym elementem naszej współpracy z rodzicami było włącznie rodziców w **Ogólnopolską akcję „Cała Polska czyta dzieciom”**. Chętni rodzice przynosili ulubione bajki swoich dzieci i czytali je przedszkolakom. Do tej akcji zapraszani byli również goście niezwiązani z przedszkolem, np.: listonosz, aktor, radny miasta Rzeszowa.



Rodzice włączali się również w realizację zagadnień z edukacji zdrowotnej przygotowując ciekawe formy zajęć. Wykorzystanie inscenizacji do prezentacji wierszy pt. **„Rzepka”** i **„Warzywa”** dało dzieciom okazję do fascynacji literaturą w sposób bardzo przystępny i oglądowy.



W gazetce dla rodziców zamieściliśmy artykuły:

- „Agresja wśród dzieci”- skąd się bierze i jak jej zapobiegać?
- „Wpływ telewizji na rozwój dziecka”
- „Komputer w życiu dziecka. Możliwości i ograniczenia”
- „Czy powinniśmy się obawiać gier komputerowych?”
- „Agresja w przedszkolu. Jak jej zaradzić?”
- „Środki masowego przekazu. Agresja u dzieci.”
- „Adaptacja dziecka do przedszkola”

W ramach współpracy z Poradnią Psychologiczno-Pedagogiczną nr 2 w Rzeszowie zorganizowaliśmy **warsztaty dla nauczycieli i rodziców** pt. „Dziecko z zaburzeniami Integracji Sensorycznej – jak rozpoznawać problem, jak wspierać rozwój dziecka.