



Na sportowo jest zdrowo

– przedszkolny program wychowania zdrowotnego

Celem konkursu jest wskazanie, jak ważną rolę w życiu przedszkolaka pełni edukacja prozdrowotna, promowanie zdrowego i aktywnego stylu życia.

Zadania konkursu:

1. „Zastrzyk z witamin każdego dnia”. Zorganizowanie zajęć, na których przedszkolaki zrobią kilka sałatek warzywnych i owocowych. Następnie omówienie każdej z nich pod kątem wartości odżywczych, prawidłowego łączenia składników oraz smaku.
2. Zorganizowanie spotkania z pielęgniarką /lekarzem/dietetykiem nt. „Zaburzenia stanu zdrowia i rozwoju związanego z nieprawidłowym odżywianiem (otyłość, nadwaga, niedobór masy ciała, anoreksja, bulimia...)”.
3. „Szczotka, pasta, kubek...” – higiena osobista każdego dnia. Pogadanka na temat higieny oraz nauczenie dzieci piosenki pt. „Szczotka, pasta, kubek”.
4. Zorganizowanie ogólnoprzedszkolnego dnia sportu, w ramach którego przeprowadzone zostaną zawody w kilku wybranych dyscyplinach, z podziałem na grupy wiekowe. Zawody powinny być poprzedzone dyskusją na temat tego, jaki wpływ na zdrowie fizyczne i psychiczne ma aktywność ruchowa.
5. „Jestem tym co jem?” – rola racjonalne żywienia na co dzień. Pogadanka na temat prawidłowego odżywiania się zwieńczona przygotowaniem gazetki przedszkolnej.
6. Przeprowadzenie spotkań uczniów z przedstawicielami Policji/Straży Pożarnej/Pogotowia Ratunkowego, organizacji społecznych nt. „Bezpieczne zachowanie w przedszkolu, domu, na ulicy”.
7. Przygotowanie plakatu oraz hasła promującego aktywny tryb życia/aktywny wypoczynek.
8. Zgłoszenie nauczycieli do udziału w kursie „Na sportowo jest zdrowo – przedszkolny program wychowania zdrowotnego” który przeprowadzi w formie e-learning Studium Prawa Europejskiego w Warszawie.

Regulamin i szczegóły konkursu dostępne są na stronie internetowej:

www.edukacja-zdrowotna.com.pl

Oganizatorzy:

 **STUDIUM PRAWA
EUROPEJSKIEGO**

 **INSTYTUT BADAŃ
NAD DEMOKRACJĄ** Sp. z o.o.

Studium Prawa Europejskiego: 02-326 Warszawa, Al. Jerozolimskie 151, lok. 2222
tel./fax: 22 833 38 90; 22 833 39 90;
e-mail: info@spe.edu.pl; www.spe.edu.pl