

Program "Smaczne i zdrowe są warzywa i owoce kolorowe"
W ZAKRESIE ZDROWEGO STYLU ŻYCIA I KSZTAŁTOWANIA POSTAW
PROZDROWOTNYCH



Grupa, do której skierowany jest program, to dzieci z gr. „PSZCZÓŁKI” w wieku 3-4 lat, oraz ich rodzice.

Cele programu:

- 1. Wzrost kompetencji dzieci w zakresie prawidłowego odżywiania - nabywanie wiedzy i umiejętności dbania o własne zdrowie.
- 2. Propagowanie zdrowego stylu życia u dzieci i ich rodzin.
- 3. Kształtowanie właściwych nawyków żywieniowych w przedszkolu, w domu.
- 4. Kształtowanie umiejętności komponowania zdrowych posiłków.
- 5. Rozumienie potrzeby każdorazowego mycia rąk po wyjściu z toalety oraz przed posiłkiem.
- 6. Doskonalenie kulturalnego zachowania się podczas spożywania posiłków.
- 7. Zachęcanie dzieci do aktywnego wypoczynku jako źródła zdrowia.
- 8. Rozwijanie plastycznych, teatralnych, manualnych, matematycznych zainteresowań u dzieci. Rozwijanie kreatywności u dzieci.

- 9. Współpraca z rodzicami. Poszerzanie świadomości rodziców w zakresie zdrowego odżywiania.

Opracowała; Anna Raś