

# Projekt edukacyjny „Zdrowy Przedszkolak”

**Autor: Sylwia Wiśniewska**



Podstawowym celem projektu jest propagowanie zdrowego trybu życia, aktywnego i bezpiecznego wypoczynku oraz zmiana nawyków żywieniowych wśród dzieci i uświadomienie odpowiedzialności za własne zdrowie.

Niniejszy projekt ma na celu aktywne włączanie przedszkolaków do zabaw ruchowych rozwijających pamięć, a także różnego rodzaju zajęć kulinarnych rozwijających czynności samoobsługowe, uczących współpracy w zespole, samodzielności, a przede wszystkim zdrowego odżywiania.

Zakres treści projektu jest dostosowany do możliwości dzieci w wieku przedszkolnym. Realizacja projektu będzie trwała od września 2024 roku do kwietnia 2025 roku. Zajęcia będą odbywać się w ramach zajęć dydaktycznych, kilka razy w miesiącu, w zależności od treści kształcenia zaplanowanych na dany miesiąc. Proponowane działania są odpowiedzią na cztery obszary rozwojowe – fizyczny, emocjonalny, społeczny i poznawczy. W trakcie proponowanych zajęć dzieci będą poznawać między innymi warzywa i owoce w różnych ich formach, a także ich właściwości zdrowotne, hartować organizm poprzez gry i zabawy na świeżym powietrzu.