# **Plan pracy w zakresie oświaty zdrowotnej w Żłobku Miejskim w Łowiczu na rok 2021/2022:**

1. Comiesięczna kontrola czystości dzieci.
2. Profilaktyka przeziębień w formie pogadanki. Zajęcia przedstawiające zmienne warunki atmosferyczne panujące jesienią. Przedstawienie sposobu dopasowania ubioru do pogody. Ukazanie dzieciom sposobów na zmniejszenie jesiennych przeziębień.
3. 15 października - Światowy Dzień Mycia Rąk - zapoznanie dzieci z zasadami mycia rąk, pokaz prawidłowego mycia i ilustracje z obrazkami.
4. Zasady zdrowego stylu życia - praca z obrazkiem.
5. Przeziębienia - kaszel, katar, złe samopoczucie. Gazetka ścienna na korytarzu.
6. Słodycze - czy podawać dziecku ? Czym je zastąpić ? Gazetka ścienna na korytarzu.
7. Żeby zdrowe zęby mieć … Osłuchanie się z piosenką ,,Szczotka, pasta, kubek, ciepła woda”. Prezentacja zasad prawidłowej higieny jamy ustnej podczas zajęć z dziećmi. Przedstawienie produktów, które wzmacniają zęby i tych, które im szkodzą. Zapoznanie z pracą lekarza stomatologa oraz praca plastyczna.
8. ,,Czyścioszek” - wysłuchanie wiersza wspomagane pokazywaniem przyborów higienicznych. Oglądanie ilustracji przedstawiających, jak dbać o czystość. Utrwalanie podstawowych zasad higieny - zajęcia praktyczne oraz praca plastyczna w omawianej tematyce.
9. Ruch to zdrowie. Zajęcia z dziećmi ukazujące różne formy aktywnego i biernego wypoczynku. Uświadomienie dzieciom znaczenia dla zdrowia aktywności ruchowej. Rozwijanie u dzieci koordynacji wzrokowo - ruchowej, oraz zręczności poprzez rzuty piłeczką lub woreczkiem do kosza itp. Rozwijanie świadomości własnego ciała i przestrzeni poprzez proste ćwiczenia gimnastyczne tj. skłony, przysiady, podskoki, podnoszenie i opuszczanie rąk. Uświadomienie potrzeby relaksu (odpoczynku) z wykorzystanie ćwiczeń oddechowych.
10. Zdrowo jemy, zdrowo rośniemy - modelowy talerz żywieniowy dla dziecka. Zajęcia ukazujące zdrowe i niezdrowe nawyki żywieniowe. Prezentacja warzyw i owoców oraz możliwości ich wykorzystania w diecie dziecka. Układanie modelowych talerzy zdrowia wspólnie z dziećmi - zajęcia praktyczne.
11. 12 maj - poznajemy zawód pielęgniarki. Omówienie historii święta i pracy pielęgniarki połączone z pokazywaniem przedmiotów, które używa w pracy. Wysłuchanie piosenki ,,Pani pielęgniarka”. Pielęgniarka dawniej i dziś. Praca plastyczna w omawianym temacie.
12. Chrońmy dzieci przed upałem - woda czy sok ? Co podać dziecku do picia? - gazetka ścienna.