# **Plan pracy w zakresie oświaty zdrowotnej w Żłobku Miejskim w Łowiczu od dnia 01 września 2025 do 31 grudnia 2025**

Nasz znak ZM.443.7.2025

Łowicz, dnia 25.08.2025 r.

**Wrzesień 2025 r.** - Poznajemy ziemniaka jako wsparcie pracy dziecięcego brzuszka, źródła witamin i minerałów.

**Cel:** poszerzenie wiedzy na temat ziemniaków i ich roli w diecie dziecka.

**Metody:**

* słowna (opowiadanie, rozmowa),
* oglądowa (dotykanie, oglądanie),
* praca zmysłami (oglądanie, dotykanie, wąchanie),
* zabawowa,
* ruchowa (zabawy ruchowe: celowanie ziemniakiem do kosza, slalom z ziemniakiem),
* taniec z ziemniakiem do piosenki ,, Ziemniaczek! Piosenka o witaminach dla dzieci”.

**Październik 2025 r.** - Czyste ręce mamy - o zdrowie dbamy.

**Cel:** uświadomienie dzieciom, dlaczego mycie rąk jest ważne dla zdrowia oraz rozwijanie świadomości higienicznej i samodzielności. Nauczenie poprawnej techniki mycia rąk, zachęcenie do regularnego mycia rąk.

**Metody:**

* słowna (pogadanka o myciu rąk),
* oglądowa (oglądanie ilustracji),
* pokaz techniki prawidłowego mycia rąk oraz pokaz przyborów higienicznych,
* angażująca (podjęcie przez dzieci próby samodzielnego mycia rąk),
* praca z tekstem i obrazkiem (oglądanie i analiza ilustracji mycia rąk oraz przedstawiającymi sytuacje, w których należy myć ręce),
* zabawy edukacyjne (usuwanie „zarazków” z makiety rąk).

**Listopad 2025 r.-** Dbamy o zdrowie jesienią - zapobieganie przeziębieniom.

**Cel:** utrwalenie wiedzy o porze roku i zmianach pogody w niej zachodzących. Nauka prawidłowego czyszczenia nosa, mycia rąk, zakrywanie ust i nosa podczas kichania i kaszlu.

**Metody:**

* słowna (rozmowa, objaśnienia, opowiadania),
* oglądowa (oglądanie ilustracji, prezentacje),
* czynna (zabawy naśladowcze, ćwiczenia oddechowe),
* praktyczna (praca plastyczna z wykorzystaniem chusteczki higienicznej).

**Grudzień 2025 r**. – Jak ubierać się zimą ?

**Cel:** przedstawienie zjawisk atmosferycznych charakterystycznych dla zimy. Wdrożenie dzieci do ubierania się stosownego do pory roku. Zwrócenie uwagi na kolejność zakładania garderoby. Podnoszenie sprawności manualnej i koordynacji wzrokowo - ruchowej. Nazywanie części ciała i dopasowywanie do niej odpowiedniej garderoby.

**Metody:**

* słowna (opowiadanie),
* oglądowa (oglądanie ilustracji pogody i części garderoby),
* praktyczna (próby samodzielnego ubierania się),
* zabawa z pluszowym misiem (ubieranie misia na zimowy spacer),
* praktyczna (wykonanie pracy praktycznej „ Moja ciepła skarpetka”).

## **Comiesięczna kontrola czystości.**

Plan może ulec modyfikacji.

Plan opracowany przez Chodorską Irenę.

Zatwierdził: dyrektor Żłobka Miejskiego w Łowiczu Elżbieta Paks, dnia 25.08.2025 r.