Formularz zgłoszenia

DOBRA PRAKTYKA EDUKACYJNA

Nazwa szkoły/placówki:	Miejskie Przedszkole nr 34 „Rozśpiewane Przedszkole” w Zielonej Górze
Autor/Autorzy: *(imię, nazwisko, stanowisko)*	Natalia Kuchnicka - nauczyciel Renata Rogacewicz - dyrektor
Tytuł:	Ruszaj się na dworze, zdrowiu to pomoże!
Czas realizacji:	1.08.2018 r. - 31.12.2018 r.
Obszar działania *(podkreśl właściwe lub wpisz)*	Dydaktyka Wychowanie i profilaktyka Współpraca ze środowiskiem

1. Krótka charakterystyka Dobrej Praktyki*:*

Projekt polegał na propagowaniu idei uprawiania sportu wśród przedszkolaków, ich rodzin i w środowisku lokalnym. W ramach jego realizacji zakupiono mobilne sprzęty sportowe, codziennie organizowano gimnastykę na świeżym powietrzu oraz taneczne poranki, w których uczestniczyły przedszkolaki, rodzice naszych podopiecznych, kadra, a także słuchacze Zielonogórskiego Uniwersytetu III Wieku. Aby propagować zdrowy styl życia zorganizowano konkurs plastyczny dla zielonogórskich przedszkolaków polegający na zaprojektowaniu plakatu zachęcającego do uprawiania sportu. Chcąc zaangażować w akcję także społeczność lokalną, zorganizowano happening na zielonogórskim deptaku. Projekt zdobył I miejsce w IV edycji konkursu „Decydujesz, pomagamy”, którego organizatorem był sklep Tesco i Fundacja Tesco, dzięki czemu otrzymaliśmy 5000 zł na jego realizację.

2. Cele podjętego działania *(w punktach):*

- Propagowanie zdrowego stylu życia wśród uczestników projektu: przedszkolaków, ich rodzin, słuchaczy Zielonogórskiego Uniwersytetu III Wieku oraz społeczności lokalnej.
- Podniesienie sprawności fizycznej uczestników projektu.
- Doposażenie bazy dydaktycznej przedszkola o mobilny sprzęt sportowy.
- Promocja przedszkola w środowisku lokalnym.

3. **Główne działania** *(w punktach):*

1. **Konkurs plastyczny: „Ruszaj się na dworze, zdrowiu to pomoże”.**

Ogłosiliśmy konkurs plastyczny dla wszystkich zielonogórskich przedszkoli. Dzieci miały za zadanie przygotować plakaty w formacie A3 przedstawiające różne sposoby uprawiania sportu**.** Interpretacja tematu przez dzieci okazała się podobna - większość z nich wykonała prace, na których dzieci ćwiczą, grają w piłkę, jeżdżą na rowerze przeciwstawiając taki sposób spędzania wolnego czasu oglądaniu telewizji czy graniu na tablecie. W przygotowanie plakatów włączali się pozostali domownicy, tworząc niepowtarzalne prace, często zawierające zdjęcia z rodzinnych wycieczek rowerowych czy ćwiczeń na orlikach sportowych. W konkursie udział wzięło kilkadziesiąt przedszkolaków z całej Zielonej Góry. Każdy uczestnik konkursu otrzymał dyplom oraz nagrody rzeczowe ufundowane przez sponsorów. Dzieci mogły poczuć się jak prawdziwi artyści, ponieważ ich prace zawisły w Galerii Wystaw PGNiG S.A. oddział w Zielonej Górze, gdzie można było je oglądać przez kilka tygodni. Ponadto informacja o wystawie pojawiła się w lokalnej prasie - każdy zielonogórzanin mógł przyjść i obejrzeć prace konkursowe.

2. **Taneczne Poranki i gimnastyka na świeżym powietrzu.**

Koniec lata i początek jesieni zagwarantowały nam piękną pogodę. Codziennie rano gimnastykowaliśmy się na placu zabaw lub tańczyliśmy przy muzyce. Ćwiczenia odbywały się pomiędzy godziną 7:30 a 8:30, w czasie największej liczebności osób wchodzących do budynku przedszkola. W ćwiczeniach tych często towarzyszyli nam chętni rodzice. Przekraczające bramę przedszkola dzieci spontanicznie dołączały do grupy ćwiczącej na placu zabaw. Cyklicznie, do udziału w ćwiczeniach zapraszaliśmy także seniorów z Zielonogórskiego Uniwersytetu III wieku. Taki sportowy poranek dawał nam siłę na cały dzień i sprawiał, że śniadanie, które było tuż po ćwiczeniach szybko znikało z talerzyków.

3. **Happening zachęcający do uprawiania sportu.**

We wrześniowy poranek wybraliśmy się na zielonogórski deptak, by zachęcić mieszkańców Zielonej Góry do uprawiania sportu. Dzieci spacerowały z transparentami, rozdawały ulotki z krótki hasłami motywującymi do ruchu. Przechodnie mogli usłyszeć takie hasła jak: „Chcesz być zdrowy i wspaniały? Rób codziennie trening mały!”, „Weź skakankę albo piłkę i wyjdź, poćwicz przez godzinkę” oraz tytułowe hasło projektu: „Ruszaj się na dworze, zdrowiu to pomoże!”. Dzieci wraz z nauczycielkami zatrzymywały się w ważnych punktach naszego miasta, tj. na Placu Bohaterów i pod pomnikiem Bachusa, gdzie ćwiczyły pokazując, że każde miejsce jest na to dobre. Wykorzystywaliśmy do tego proste rekwizyty sportowe - pachołki, skakanki i inne. Przechodnie

(w różnym wieku) zatrzymywali się, dołączali do ćwiczących przedszkolaków. Grupa uczestników happeningu rosła, była bardziej widoczna i zwracała uwagę coraz większej liczby osób spacerujących po zielonogórskim deptaku.

4. Doposażenie bazy dydaktycznej przedszkola.

Z otrzymanej dotacji zakupiono mobilne sprzęty umożliwiające ćwiczenia sportowe w każdych warunkach atmosferycznych: hulajnogi, przenośną trampolinę, tunel - stonogę, zespołowe gry terenowe, jeździki grawitacyjne, zestaw do budowania tunelów, wiszące kosze, zestaw do gry w krykieta i unihokeja. Dzieci z wielką radością korzystają z nich każdego dnia. Sprzęt ten stanowi doskonałe uzupełnienie bazy dydaktycznej przedszkola. Nasz skromny dotychczas plac zabaw stał się kolorowy i wypełniony gadżetami, pozwalającymi dzieciom na ruch i zabawę w sportowym duchu. Wszystkie zakupione sprzęty są lekkie i możliwe do przenoszenia ich w różne miejsca; gdy jest słonecznie - dzieci korzystają z nich na placu zabaw, gdy pada deszcz - pod zadaszeniem. Zimą używamy tych sprzętów w sali rytmicznej, a także w salach przedszkolnych.

4. Uzyskane rezultaty *(w punktach):*

- Wzrosła sprawność fizyczna dzieci, które teraz chętnie biorą udział w zabawach ruchowych proponowanych przez nauczycielki; wymyślają własne zabawy korzystając z prostych sprzętów sportowych takich jak pachołki, tunele itp.
- Baza przedszkola powiększyła się o mobilne sprzęty sportowe umożliwiające ruch w każdych warunkach atmosferycznych.
- Przedszkole jest bardziej znane w środowisku lokalnym.
- Uzyskaliśmy doświadczenie w realizacji projektów, co pozwoliło nam na udział w VI edycji konkursu „Decydujesz, pomagamy" i kolejną w nim wygraną.

5. Refleksje, rekomendacje *(zdobyte doświadczenia, napotkane problemy i polecany sposób ich rozwiązania lub uniknięcia trudności, ewentualne rady i wskazówki):*

Realizacja projektu ukazała ogromną potrzebę ruchu wśród przedszkolaków, otworzyła je na różnorodne formy spędzania czasu na świeżym powietrzu. Dzieci nie tylko jeżdżą na zakupionych rowerach, hulajnogach, ale przede wszystkim biorą udział w ćwiczeniach i zabawach ruchowych organizowanych przez nauczycielki. Preferują nawet taki sposób spędzania czasu na placu zabaw niż podejmowanie w tym czasie zabaw swobodnych. Wygrana w konkursie Tesco umożliwiła nam nie tylko wzbogacenie bazy dydaktycznej przedszkola, ale przede wszystkim wyznaczyła kierunek

działań placówki na kolejne miesiące, tj. promowanie aktywności fizycznej. Zachęcamy wszystkie przedszkola, szkoły i inne placówki oświatowe do udziału w kolejnych edycjach tego konkursu. Umożliwia on wsparcie finansowe nie tylko dla projektów związanych ze sportem, ale także z nauką i kulturą.

4. **Załączniki (nieobowiązkowe):** *np. opracowane autorskie materiały, polecana literatura, linki do stron ilustrujących przedsięwzięcie:*

http://www.mp34.nemo.pl/wydarzenia/2018%202019/017%20ruszaj%20sie%20na%20dworze%20zdrowiu%20to%

https://tesco.pl/pomagamy/project/archive/4-edition/8692/

Podpis (y) Autora/Autorów przedsięwzięcia:

Natalia Kuchnicka, Renata Rogacewicz