



Edukacja zdrowotna w przedszkolu - holistyczne podejście do zdrowia

Numer usługi 2025/11/27/22414/3177021

4 000,00 PLN brutto
4 000,00 PLN netto
100,00 PLN brutto/h
100,00 PLN netto/h

Euro-Doradztwo
Jakub Kotelecki

★★★★★ 4,7 / 5

144 oceny

📍 Ozorków / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 40 h

📅 09.12.2025 do 06.01.2026

Informacje podstawowe

Kategoria

Inne / Edukacja

Grupa docelowa usługi

Szkolenie skierowane jest do:

1. Nauczycieli wychowania przedszkolnego

- osób pracujących z dziećmi w wieku 3–6 lat,
- poszukujących praktycznych metod wspierania zdrowia fizycznego, emocjonalnego i społecznego dzieci.

2. Dyrektorów i kadry zarządzającej przedszkolami

- chcących wdrażać holistyczne podejście do zdrowia w placówce,
- dbających o spójne działania całego zespołu w zakresie profilaktyki i edukacji zdrowotnej.

3. Pedagogów i specjalistów pracujących w przedszkolach

- pedagogów, psychologów, logopedów, terapeutów zajęciowych,
- którzy chcą wzbogacić swoje kompetencje w zakresie wspierania dobrostanu dziecka.

4. Nauczycieli początkujących i osób przygotowujących się do pracy w przedszkolu

- studentów kierunków pedagogicznych,
- osób planujących pracę w edukacji przedszkolnej i chcących poznać aktualne standardy i praktyczne narzędzia prozdrowotne.

Minimalna liczba uczestników

2

Maksymalna liczba uczestników

15

Data zakończenia rekrutacji	08-12-2025
Forma prowadzenia usługi	stacjonarna
Liczba godzin usługi	40
Podstawa uzyskania wpisu do BUR	Standard Usługi Szkoleniowo-Rozwojowej PIFS SUS 2.0

Cel

Cel edukacyjny

Celem szkolenia jest wyposażenie uczestników w wiedzę i praktyczne umiejętności potrzebne do wspierania zdrowia dziecka w ujęciu holistycznym – obejmującym jego dobrostan fizyczny, emocjonalny, społeczny i poznawczy. Uczestnicy nauczą się tworzyć w przedszkolu środowisko sprzyjające zdrowiu, budować zdrowe nawyki u dzieci oraz wzmacniać ich odporność psychiczną poprzez odpowiednio dobrane metody pracy, codzienne rytuały i działania profilaktyczne.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Uczestnik potrafi planować i realizować działania prozdrowotne w ujęciu holistycznym	Uczestnik przygotowuje krótki plan (np. tygodniowy lub dzienny) zawierający minimum trzy konkretne działania wspierające zdrowie fizyczne, emocjonalne i społeczne dzieci.	Test teoretyczny
Uczestnik stosuje metody wspierające dobrostan emocjonalny i odporność psychiczną dzieci	Uczestnik potrafi zaprezentować przynajmniej jedną technikę regulacji emocji lub relaksacji oraz poprawnie wyjaśnić jej zastosowanie w pracy z grupą.	Test teoretyczny
Uczestnik potrafi ocenić potrzeby zdrowotne dzieci i dostosować do nich działania edukacyjne	Uczestnik analizuje opis krótkiej sytuacji z praktyki (studium przypadku) i wskazuje adekwatne działania wspierające odpowiadające zidentyfikowanym potrzebom dziecka.	Test teoretyczny

Kwalifikacje

Kompetencje

Usługa prowadzi do nabycia kompetencji.

Warunki uznania kompetencji

Pytanie 1. Czy dokument potwierdzający uzyskanie kompetencji zawiera opis efektów uczenia się?

TAK

Pytanie 2. Czy dokument potwierdza, że walidacja została przeprowadzona w oparciu o zdefiniowane w efektach uczenia się kryteria ich weryfikacji?

TAK

Pytanie 3. Czy dokument potwierdza zastosowanie rozwiązań zapewniających rozdzielenie procesów kształcenia i szkolenia od walidacji?

TAK

Program

Moduł 1. Wprowadzenie do holistycznej edukacji zdrowotnej w przedszkolu

- Koncepcja zdrowia w ujęciu całościowym: fizycznym, emocjonalnym, społecznym i poznawczym.
- Rola nauczyciela przedszkola w kształtowaniu zdrowych nawyków i dobrostanu dzieci.
- Czynniki wspierające i osłabiające zdrowie dziecka w środowisku przedszkolnym.
- Podstawy profilaktyki zdrowotnej w przedszkolu.

Moduł 2. Zdrowie fizyczne – codzienna aktywność wspierająca rozwój

- Znaczenie ruchu w rozwoju dziecka.
- Przykłady aktywności ruchowych i zabaw wspomagających prawidłowy rozwój motoryczny.
- Budowanie zdrowych nawyków żywieniowych i higienicznych u dzieci.
- Bezpieczeństwo i ergonomia w przestrzeni przedszkolnej.
- Elementy edukacji sensorycznej jako wsparcie zdrowia fizycznego.

Moduł 3. Zdrowie emocjonalne – regulacja, uważność i budowanie spokoju

- Rozpoznawanie i nazywanie emocji u dzieci w wieku przedszkolnym.
- Techniki wspierające regulację emocji: oddech, ruch, zabawy wyciszające, proste formy relaksacji.
- Przeciwdziałanie stresowi i napięciu w grupie przedszkolnej.
- Rytuały wzmacniające poczucie bezpieczeństwa i przewidywalność dnia.
- Rola nauczyciela jako przewodnika emocjonalnego.

Moduł 4. Zdrowie społeczne – budowanie relacji i współpracy w grupie

- Tworzenie klimatu sprzyjającego poczuciu przynależności i akceptacji.
- Wspieranie umiejętności społecznych: współpraca, empatia, rozwiązywanie konfliktów.
- Zabawy i aktywności wzmacniające więzi w grupie.
- Kształtowanie zachowań prozdrowotnych poprzez modelowanie i codzienne sytuacje edukacyjne.
- Współpraca z rodzicami w zakresie edukacji zdrowotnej.

Moduł 5. Środowisko przedszkola jako przestrzeń wspierająca zdrowie

- Aranżacja przestrzeni dla efektywnego funkcjonowania i dobrostanu dzieci.
- Elementy środowiska sprzyjające koncentracji, aktywności i relaksowi.
- Edukacja zdrowotna w codziennych sytuacjach – wykorzystywanie naturalnych okazji do nauki.
- Tworzenie prozdrowotnych rytuałów i tradycji przedszkolnych.

Moduł 6. Planowanie, wdrażanie i ewaluacja działań prozdrowotnych

- Tworzenie planów działań prozdrowotnych – od potrzeb do praktyki.
- Przykłady scenariuszy zajęć, ćwiczeń i projektów grupowych.
- Praca na studiach przypadków – analiza sytuacji i dobieranie odpowiednich działań.
- Monitorowanie efektów i wprowadzanie modyfikacji.
- Dokumentowanie działań w obszarze edukacji zdrowotnej.

Moduł 7. Warsztat praktyczny

- Projektowanie mini-programu prozdrowotnego dla własnej grupy przedszkolnej.
- Prezentacja wybranych technik pracy:
 - ćwiczenia ruchowe,
 - zabawy relaksacyjne,
 - aktywności wspierające emocje,
 - działania budujące więzi społeczne.
- Tworzenie zestawu narzędzi (toolbox) do codziennej pracy.
- Konsultacje indywidualne i omówienie praktycznych wyzwań z placówek uczestników.

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 1

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 1 Wstęp do szkolenia	Jakub Kotelecki	09-12-2025	09:00	15:00	06:00

Cennik

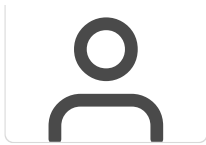
Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	4 000,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	4 000,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	100,00 PLN
Koszt osobogodziny netto	100,00 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1

1 z 1



Jakub Kotelecki

trener z 15 letnim doświadczeniem w pracy z różnymi grupami odbiorców m.in.: kadra pedagogiczna przedszkoli, żłobków szkół podstawowych, kadra akademicka, uczestnicy projektów współfinansowanych z UE. jest pedagogiem, Zrealizował ponad 500 h szkoleniowych w powyższych obszarach. Co najmniej 120 godzinne doświadczenie w prowadzeniu szkoleń o podobnej tematyce dla osób dorosłych w ostatnich 2 latach. W okresie ostatnich 3 lat przeprowadził szkolenia dla wielu grup oraz zajmował się zarządzaniem i koordynowaniem usługami rozwojowymi, jako specjalista BUR. Od 2 lat prowadzi szkolenia z zakresu spektrum autyzmu, coaching, mediacje, zaburzenia dzieci i młodzieży, współpraca z rodzicami w żłobkach, przedszkolach i szkołach.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

1. Skrypty szkoleniowe

- szczegółowe omówienie kluczowych treści teoretycznych i praktycznych,
- podsumowania modułów oraz wskazówki dotyczące zastosowania metod w pracy z dziećmi,
- opisy zabaw, ćwiczeń i technik prozdrowotnych,
- gotowe propozycje codziennych rytuałów wspierających zdrowie fizyczne, emocjonalne i społeczne.

2. Prezentacje szkoleniowe (PDF)

- uporządkowane graficznie slajdy z najważniejszymi pojęciami, przykładami i schematami,
- materiały ułatwiające powtórzenie treści po zakończeniu szkolenia,
- ilustracje i grafiki pomagające zrozumieć koncepcję holistycznego podejścia do zdrowia.

3. Karty pracy i narzędzia praktyczne

- zestawy kart do pracy indywidualnej i grupowej,
- scenariusze krótkich aktywności i zabaw prozdrowotnych,
- tabele do obserwacji i diagnozy potrzeb zdrowotnych dzieci,
- kwestionariusze do planowania i ewaluacji działań.

4. Toolbox nauczyciela – „Narzędziownik zdrowia”

- zbiór prostych technik relaksacyjnych, ruchowych i społecznych w formie praktycznych fiszek,
- propozycje muzyki do wyciszenia, listy kontrolne i mini-rytuały do wykorzystania w codziennych sytuacjach.

5. Dostęp do materiałów elektronicznych

- pliki i wzory dokumentów gotowe do wydruku,
- bonusowe materiały: zestawy inspiracji, listy zabaw, dodatkowe ćwiczenia.

Warunki uczestnictwa

pracownicy przedszkola

Adres

ul. Jana Kochanowskiego 27 A
95-035 Ozorków
woj. łódzkie

Szkolenie odbywa się na terenie przedszkola – w przestrzeni dobrze znanej uczestnikom, sprzyjającej praktycznym ćwiczeniom i pracy warsztatowej. Placówka wyposażona jest w sale dydaktyczne, które umożliwiają realizację aktywnych metod pracy, demonstrację przykładowych zabaw oraz prowadzenie ćwiczeń z zakresu edukacji zdrowotnej.

Wykorzystanie naturalnego środowiska przedszkola pozwala uczestnikom od razu odnieść treści szkolenia do codziennej praktyki, obserwować realia funkcjonowania grupy przedszkolnej oraz testować poznane rozwiązania w kontekście rzeczywistych zasobów i potrzeb placówki. Dzięki temu proces szkoleniowy jest bardziej autentyczny, angażujący i osadzony w realnych warunkach pracy nauczyciela przedszkola.

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi

Kontakt



Jakub Kotelecki

E-mail j.kotelecki@eurodoradztwo.pl

Telefon (+48) 538 198 500