

# ŻŁOBEK ŚWIDERKOWO

## PLAN DNIA

**Stworzyliśmy harmonijny rytm dnia, który daje dzieciom poczucie bezpieczeństwa i przewidywalności. Jednocześnie elastycznie dostosowujemy go do ich indywidualnych potrzeb, nastroju i naturalnego tempa rozwoju.**

### **7:00 – 8:20 | Ciepłe powitanie i swobodna zabawa**

Dzień zaczynamy od spokojnego przyjmowania dzieci i rozmów z rodzicami, które pomagają nam lepiej zrozumieć ich aktualne potrzeby. W tym czasie dzieci uczestniczą w swobodnych zabawach, wybierając aktywności zgodnie ze swoimi zainteresowaniami. To moment na budowanie relacji i stopniowe wejście w rytm dnia.

### **8:20 – 8:50 | Zabawy ruchowe i aktywności grupowe**

Ruch jest kluczowy dla rozwoju dziecka, dlatego każdego ranka organizujemy aktywności fizyczne – tańce, ćwiczenia czy zabawy zespołowe. Dzięki nim dzieci rozwijają koordynację, nawiązują relacje i uczą się współpracy.

### **8:50 – 9:00 | Przygotowanie do śniadania**

Dzieci uczą się samodzielności poprzez proste czynności higieniczne – mycie rąk, korzystanie z nocnika lub toalety oraz przygotowanie do posiłku.

### **9:00 – 9:30 | Śniadanie**

Wspólny posiłek to nie tylko czas na jedzenie, ale także okazja do budowania nawyków związanych z kulturą spożywania posiłków. Dbamy o spokojną atmosferę i zachęcamy dzieci do samodzielnego jedzenia zgodnie z ich możliwościami.

### **9:30 – 9:45 | Kształtowanie samodzielności**

Po śniadaniu dzieci uczą się dbać o higienę – myją ręce i zęby, korzystają z toalety. To ważny moment, w którym rozwijamy ich niezależność w przyjaznym i wspierającym środowisku.

### **9:45 – 11:15 | Zajęcia edukacyjne i aktywności na świeżym powietrzu**

Każdego dnia dzieci uczestniczą w różnorodnych zajęciach dostosowanych do ich wieku i etapu rozwoju. Wspieramy ich ciekawość poprzez zabawy sensoryczne, muzyczne, plastyczne oraz pierwsze doświadczenia związane z nauką. Gdy tylko pogoda na to pozwala, spędzamy czas na świeżym powietrzu – eksplorując otoczenie, bawiąc się w ogrodzie czy na tarasie.

### **11:15 | Zupa – pierwszy ciepły posiłek obiadowy**

Podajemy lekką, ciepłą zupę, która daje dzieciom energię na resztę dnia.

### **12:00 – 13:30 | Drzemka lub spokojny odpoczynek**

Dzieci, które tego potrzebują, mają czas na sen w komfortowych warunkach. Pozostałe mogą odpocząć na leżakach lub spędzać czas na werandzie, słuchając bajek i spokojnej muzyki.

### **13:30 – 14:00 | Przygotowanie do drugiej części obiadu**

Dzieci stopniowo budzą się z drzemki, korzystają z toalety i myją ręce, przygotowując się do dalszych aktywności.

### **14:00 | Obiad**

Główny posiłek dnia, bogaty w wartościowe składniki odżywcze, podawany w spokojnej atmosferze. Zachęcamy dzieci do próbowania różnych smaków i jedzenia we własnym tempie.

### **14:30 – 15:15 | Czytanie, zajęcia tematyczne, zabawy na świeżym powietrzu**

To czas na kreatywne aktywności – wspólne czytanie bajek, zabawy edukacyjne lub kolejne wyjście na dwór. Dzieci rozwijają wyobraźnię, wzbogacają słownictwo i uczą się uważnego słuchania.

### **15:15 | Deser**

Lekki, zdrowy posiłek, który dodaje energii na dalszą część dnia. Najczęściej są to świeże owoce i warzywa.

### **15:45 – 17:00 | Swobodna zabawa, kontakt z rodzicami**

Popołudnie to czas na indywidualne aktywności – dzieci wybierają zabawy zgodnie ze swoimi zainteresowaniami, spędzają czas na placu zabaw lub w sali. To także moment na rozmowy z rodzicami, podczas których dzielimy się obserwacjami na temat dnia ich dziecka.

**Tworzymy przestrzeń, w której każde dziecko czuje się ważne, bezpieczne i akceptowane. Dbamy o indywidualne potrzeby, wspieramy rozwój w naturalnym tempie i budujemy relacje oparte na zaufaniu.**

