

SKRB ZA ZDRAVJE

V mesecu oktobru smo veliko časa namenili temi Skrb za zdravje. Na začetku smo preverili znanje otrok o hrani (zdrava-nezdrava prehrana), konec koncev so to predšolski otroci, ki so že nekaj časa v vrtcu in so pridobili že veliko znanja o zdravi prehrani. To predznanje se je pokazalo predvsem pri izdelavi prehranske piramide, ki so jo otroci ustvarili. Pri tem so si pomagali s novo prehransko piramido NIJZ-a. Otroci so morali sličice izbranih živil najprej izrezati nato jih razporediti v razpredelnico, pri čemer so v spodnjem okencu zalepili največ slik in v zadnjem okencu najmanj. Spoznavali smo česa lahko pojemo največ in kaj zelo malo. Največ hrane lahko zaužijemo in nižjih predalčkov in najmanj iz zgornjega predalčka v katerega spadajo predvsem sladkarije. Poudarili smo tudi pomen gibanja za naše telo, da se gibljemo na svežem zraku in pomen počitka za naše telo. Obnovili smo znanje o umivanju rok in celega telesa.

Veliko smo se gibal na svežem zraku in telovadili, gibalne minute smo opravljali v igralnici. Ogledali smo si lutkovni film: Ostal bom zdrav, ki nazorno prikazuje, katera hrana je zdrava in katere se moramo izogibati.

Obiskala nas je zobna asistentka gospa Andreja (ZD Murska Sobota) ter nam preko zgodbe z naslovom Slon iz ZOO (slon na obisku pri zobozdravniku), predstavila pravilno ščetkanje. Skozi lutko slon, ki si ni umival zob in je oboževal sladkarije, pripoveduje o tem kako zdrava in nezdrava prehrana vpliva na naše zobe in kaj je pomembno, da jemo in ohranimo zdrave zobe. Na modelu zob nam je pokazala pravilno ščetkanje zob in poudarila, da je potrebno vsako leto dvakrat iti k zobozdravniku, da malo pregleda zobe in jih po potrebi zaščiti. Na koncu nam je pustila pobarvanko, katero so morali pobarvati po njenem navodilu (sladkarije so morali z rdečo barvico prečrtati).

O zdravi prehrani in zdravem načinu življenja smo se pogovarjali skozi celo šolsko leto. Otroke smo skozi različne vsebine spodbujale k zdravemu načinu življenja, razmišljanju, zakaj ni vse zdravo in kakšne so lahko posledice. Otroke smo ozaveščali o tem, da morajo za lastno zdravje in varnost poskrbeti sami.



ODGOVOR JE POGOVOR

V okviru tedna otroka, katerega tema je bila "Odgovor je pogovor", smo v vrtcu Murska Sobota, enota Miške, v skladu s priporočili NIJZ-ja, izvedli kar nekaj otrokom zanimivih dejavnosti. Veliko časa smo namenili pogovoru kaj otroci želijo početi v vrtcu (če bi bil; rad se igrat; najraje imam; ko sem srečen; kaj je pogovor; kako se pogovarjamo, na kakšne načine, s kom se pogovarjamo, čemu služi pogovor; delimo si lepe in pozitivne misli;...). Pogovor in izmenjava informacij, kako lahko komuniciramo med seboj, s starši preko katerih načinov. Otroci so se veliko gibalni na svežem zraku, kjer smo izvedli kar nekaj poligonov in vadb po postajah, iger z žogami, v katerih so otroci tudi najbolj uživali. S pomočnico vzgojiteljice, vsa jim vsak dan pripravile gibalne izzive. Izvajali smo jogo za otroke, se skušali umiriti ob tibetančkah. Razgibavali smo se ob karticah plešem- kar je nekaterim otrokom predstavljalo izziv, kako določeno gibalno vajo za posamezen del telesa prikazati- ob malo pomoči vzgojiteljic jim je uspelo. Dnevno smo izvajali gibalne minutke v igralnici vrtca. Opravili smo orientacijski pohod na bližnja polja, se seznanjali z varnostjo v prometu, opazovali smo okolico kako se spreminja, poimenovali poljske pridelke, ki so ostali na njivah, si ogledali čebelnjak na prostem, opazovali kako čebele letajo, bili smo gibalno aktivni. Narisali so otroke vsega sveta, se o njih pogovarjali, skušali ugotoviti, kako pri njih poskrbijo za svoje zdravje in gibanje. Poudarjali smo pomen pitja vode za naše telo. Vzgojiteljica Tina nas je naučila nove plesne gibe kar na dvorišču vrtca, ob katerih smo neizmerno uživali in se zabavali.



GIBANJE ZA ZDRAVJE

Gibanje se je v skupini izvajala skozi celo šolsko leto v obliki jutranjih gibalnih minut, vadbene ure, sprehoda, iger na igrišču, poligonov, iger z žogami... Seznanjali smo se z gibalnimi igrami, spoznavali telovadne rekvizite, športe. Skozi celo leto smo izvajali projekt Mali sonček. Veliko smo hodili ven, neglede na vreme. Ob lepem vremenu smo veliko časa preživljali zunaj na igrišču, kjer so otroci preko različnih igral pridobili znanje oz. izkušnje pri premagovanju ovir. Prisotna je bila tudi krepitev koordinacije oz. skladnosti gibanja, ravnotežja, hoje. Poleg pomena gibanja pa smo pozornost vedno posvečale k varnemu izvajanju gibalnih aktivnosti. Izvedli smo več pohodov v okolici vrtca. Ko nas je obiskal sneg smo ga takoj izkoristili, se sankali po hribčku, kepali, delali stopinje in jih opazovali, lovili snežinke...

V vrtcu smo tudi izvedli vožnjo s kolesi. Otroci so se najprej prosto vozili, nato pa so morali voziti mimo ovir in se varno ustaviti. Vsi otroci še ne vozijo kolesa brez malih pomožnih kolesc a se trudijo.



SKRB ZA NAŠE OKOLJE IN VRT

Doživljanje narave z raziskovanjem in opazovanjem je za vsakega predšolskega otroka dragocena izkušnja. V oddelku 5-6 let smo skozi različne letne čase spoznavali vrt in dogajanje na njem. Preko različnih dejavnosti z različnimi pristopi in tehnikami smo raziskovali zemljo, semena in urejali visoki gredi na vrtčevskem dvorišču. Otroci so spoznali potek vrtnarjenja od samega začetka urejanja visoke grede do končnega pridelka.

Jesenskem času so otroci sodelovali pri pripravi gredic, sajenju semen, saditvi zelišč, zalivanju, odstranjevanju plevela. V prvo korito smo posajali motovilec in z zanimanjem opazovali spremembe, zaradi mraza smo ga pokrili z vrtno folijo. V drugi gredi smo posadili zelišča (meta, melisa, ananasov žajbelj). Na sprehodih smo opazovali vrtove, jih preštevali. Otroci so prepoznavali kaj raste na vrtovih, spoznavali, da obstaja veliko različnih vrst, kjer raste različna zelenjava. V zimskem času sem otrokom prinesla posušeno sivko in meto, katero so najprej prepoznavali po vonju, nato po videzu. Nekaj otrok je prepoznalo sivko, meto pa ne. Sivko in meto smo nato mečkali z rokami in drobili. Naredili smo kopalno sol za mamice. Razvrščali so semena graha, spoznavali, da obstaja več vrst, jih primerjali po velikosti, ga tipali, se z njimi igrali. V spomladanskem času smo v korita posejali papriko in paradižnik. Zaradi hladnega vremena, smo imeli korita na okenskih policah. Otroci so opazovali spremembe, skrbeli za rastline z zalivanjem. Ko so rastline dovolj zrasle smo jih presadili v lončke, naprej skrbeli za njih. Ker nam je zraslo veliko sadik, si je vsak otrok izbral sadiko paprike ali paradižnika, ki ga je nato odnesel domov in doma naprej skrbel za njo. Z otroci smo v mesecu aprilu ponovno uredili naši gredi. Pogledali kaj se je zgodilo z motovilcem, posajali smo korenček, redkvico, posadili solato. Sadike paprike in paradižnika smo posadili na našo gredico in z zanimanjem opazovali kako raste. Zaradi lažjega prepoznavanja zelenjave in zelišč, so otroci izdelali tablice z imeni in slikami zelišč in zelenjave, ki smo jih posejali in posadili, kar je pripomoglo k bolj urejenemu videzu našega vrtička in lažjemu prepoznavanju rastlin. Ob tem so se otroci učili pravilnega poimenovanja zelenjave in zelišč, ki so rasle v naših gredicah. Otroci so z zanimanjem opazovali živali v in ob gredah in jih s pomočjo povečevalnega stekla opazovali. Tako smo поблиže spoznali črve, mravlje, metulje, deževnike, čebele, uši, pikapolonice, ki so se ustavili na, ob naši gredici.

Uspelo nam je medpredmetno povezovanje naravoslovja z drugimi področji kurikuluma preko različnih načrtovanih aktivnosti. Posadili smo drevo javor.

Otroci so pri vrtnarjenju uporabili vsa svoja čutila. Dotikali so se zemlje, semen, sadik.

Rastline so vonjali, tipali, narisali. Otroke je vrtnarjenje pritegnilo, da so o tem pripovedovali doma. Spoznavali, da imamo za delo na vrtu rokavice, če se želimo zaščititi pred ostrimi

Skrb za varovanje našega okolja smo povezovali najpogosteje ob pogovoru, kaj potrebujejo živa bitja za življenje in ob situacijah, ki so bile v nasprotju z varovanjem okolja. Skrb za okolje smo izvajali načrtovano v največji meri pa je bilo nenačrtovano, priložnostno.

Seznani smo se s pomenom in načinom varovanja okolja za življenje in obstoj živih bitij na

Zemlji. Z varovanjem okolja smo povezali tudi ločevanje odpadkov, recikliranje, v povezavi z osebno higieno, sem otroke opozarjala glede porabe papirnatih brisač, vode...



PRAZNOVANJE ROJSTNIH DNI

V letošnjem šolskem letu zaradi vseh ukrepov z epidemijo otroci niso smeli prinašati v vrtec sladkarij. Zato sva pa s pomočnico vzgojiteljice, da bo dan, ko otrok praznuje rojstni res posvečen njemu in njegovim željam. Ta dan je bil v ospredju slavljenec, ki je izbral pesmi (število pesmi=število let slavljenca), ki smo mu jih zapeli. Nato je klical otroke, ki so mu po željenem vrstnem redu prišli izrekat voščila. Izrekanju voščil je sledila pogostitev s sadjem. Nato je sledila igra, ki jo je izbral slavljenec. To so bile predvsem gibalne in socialne igre, ki smo jih spoznavali tekom šolskega leta; skriti predmet, manjkajoči predmet, zvok skritega glasbila, lovec in zajci, dinozavri in vremenski pojavi, gibalne igre na prostem, včasih igra z baloni... Na koncu smo slavljenecu predali darilo- album z risbami vseh otrok in kazalko za knjige v obliki živali (miške, sove, čebele ribe, žabe,...).

Na tak način, je vsak slavljenec doživel dan, kot si ga je želel, občutil, da ima veliko prijateljev in da je bil dan nekaj posebnega, čeprav ni bilo poudarka na materialnem, sladkanju in podobno. Na ta način nam je uspelo prekiniti trend praznovanja rojstni dni s sladkarijami. Otroci so ob sadju vidno uživali in prav nič niso pogrešali sladkarij.

