

ČISTI ZOBKI

V predšolskem obdobju ima velik pomen za otroka in njegovo zdravje tudi higiena zob, zato se moramo zavedati, kako pomembno je vsakodnevno vzdrževanje ustne higiene. Otroke bi morali odrasli spremljati pri čiščenju zob, da se naučijo pravilno tehniko ščetkanja. Da bo ščetkanje za otroke prijetna izkušnja, smo v vrtec povabili zobni asistentki, ki sta otroke naučili pravilnega držanja ščetke in umivanja zob.

Čudovita predstavitev z medvedkom Šapijem – kaj se zgodi, če si ne umivamo zob- je otroke še dodatno vzpodbudila k temu.

Kako skrbeti za svoje zobe smo se učili preko pripovedovanja zgodbic, demonstracije in učenja pravilnega umivanja zob, preko zanimivega besedila (npr.: dežek pada, dol dol dol, trava raste gor, gor, gor, žiga žaga, žiga žaga,...), o skrbi za temeljito splakovanje in odlaganju zobnih ščetk, preko izdelave plakata (katera hrana obarva zobe), ter o seznanitvi s pesmico Zobek Narobek (Žiga Gombač).

Skozi temo in preko različnih aktivnosti smo z otroki prišli do spoznanja, da k našemu dobremu počutju pripomorejo tudi zdravi zobje.



PRAZNOVANJE ROJSTNEGA DNE NA ZDRAV NAČIN

Praznovanje rojstnega dne v vrtcu je za otroke nekaj posebnega. Otroci se veselijo praznovanja, saj vedo, da je ta dan njihov posebni dan. S Starši smo se dogovorili, da bomo v vrtcu in če je le možno, tudi doma praznovali s sadjem. Zato sem v tem šolskem letu želela otroke še posebej navdušiti nad praznovanjem rojstnega dne na zdrav način. Tako smo strmeli k cilju zdravega načina prehranjevanja. Na dan praznovanja otroci vedo, da jih čaka torta Miška iz odpadne embalaže ter praznovanje ob baloni. S pomočnico vzgojiteljice sva na poseben način pripravili sadni krožnik v obliki ježka, rožice, nabodala. Tako sva jih spodbudili, da je sadje zelo zdravo in tudi zelo sladko. Slavljenec si je izbral pesmice, ki smo mu jih zapeli. Skupaj z otroki prešteli, koliko je slavljenec star, saj je potem dobil na svojo rojstnodnevno vetrnico toliko pikapolonic. Simbolično smo prižgali svečko s številko, ob njej si je otrok nekaj zaželel in jo pihnil. Da pa je praznovanje še lepše smo skupaj zaplesali. Vsak slavljenec je dobil tudi darilo, družabno igro, ki je bila izdelana iz odpadnega materiala. Ta dan je bil poseben dan za vse otroke, saj smo prilagodili igro po želji otrok. Otroci so uživali in se veselili praznovanja.



VARNO S SONCEM

Preko projekta Varno s soncem smo z otroci spoznavali, kako pomembna je zaščita pred močnimi sončnimi žarki. Otroci so se preko različnih dejavnosti učili, kako in s čim zaščititi svoje telo pred soncem. Tako smo najprej prebrali zgodbo in preko nje nadaljevali z različnimi aktivnostmi. Skupaj smo izdelovali plakat, na katerem smo izpostavili vse pomembne stvari za zaščito pred soncem. Se igrali s svojo senco, iskali različne načine, kako se skriti pred močnim soncem. Ugotavljali, da za zaščito potrebujemo kreme za sončenje, očala in pokrivala ter ugotavljali kdaj so sončni žarki najbolj škodljivi in ob katerih urah se moramo umakniti v senco. Poudarek smo dali tudi na pomembnosti zaužitja tekočine (vode, limonade, nesladkanega čaja). Le to so otroci imeli na razpolago ves čas bivanja v vrtcu. Izdelali smo si tudi legionarske kape iz časopisnega papirja, prepevali pesmice o soncu. Bivanje na soncu smo premaknili v zgodnje dopoldanske ure ter se umaknili v senčne prostore v času močnega sonca. Veliko smo tudi v projekt vključevali starše pri prinašanju primernih oblačil, pokrival in očal. Obeležili smo svetovni dan sonca in se posebej pogovarjali o pozitivnih in negativnih vplivih sonca na naše zdravje.



VARNO V PROMETU

Otroci so se vsakodnevno seznanjali z varnim vedenjem v prometu ob različnih priložnostih, krajših sprehodih, v prometnem kotičku,... Poseben poudarek smo dali na varnosti in uporabi varnostnega pasu v avtomobilu, uporabi čelade ob vožnji s tricikli in skiroji ter vključevanju v promet kot pešci. V ta namen nas je v vrtcu obiskal policist, ki je otrokom in staršem predstavil, kako pomembna je njihova varnost. Spoznali smo različne prometna sredstva in prometne znake, in si jih izdelali. Naredili smo si prometni kotiček, kamor so se dnevno vračali in si naredili poligon, kjer so vozili avtomobile in kolesa ter ob tem upoštevali vse pravil v prometu. Z otroki smo kar nekaj časa posvetili tej temi, saj je zelo pomembno, da se otroci in starši odgovorno vedejo v prometu. Ugotavljali smo, kako se moremo vesti kot pešci v prometu, kje prečkamo cesto, da hodimo po pločniku in da vedno nosimo odsevnike. Pogovarjali smo se tudi o vplivu prometa na onesnaženost okolja. Ob tej temi so uživali in bili zelo aktivni. Kar pa je bilo posebej še pomembni, da so bili tudi starši aktivno vključeni.



ZDRAVA PREHRANA – TRADICIONALNI SLOVENSKI ZAJTRK

V mesecu novembru je potekal tradicionalni slovenski zajtrk, ki ga obeležimo vsako leto, kjer otrokom želimo predstaviti pomen kmetijstva in čebelarstva. Hkrati pa jih spodbujamo h pravilni in zdravi prehrani. V naši skupini smo letos dali velik pomen na medu, kruhu in mleku. Prisluhnilni smo zgodbici Čebela Adela, se pogovarjali o čebelah in njihovem domu čebelnjaku, o pomenu medu za zdravje. Gibalno smo uprizorjali ples čebel ob instrumentalni glasbi, iz odpadnega materiala smo izdelovali čebelice, prepevali pesmice o čebelah. Obiskal nas je tudi Čebelar Tomaž, ki nam je povedal in prikazal vse o čebelah, kar nam je bilo pa najbolj všeč, dal nam je poizkušat med njegovih čebel. Pekli smo tudi medenjake. Na mizi tradicionalnega zajtrka smo imeli tudi mleko. Tudi o njem smo izvedeli veliko koristnega. Spoznali smo, da nam mleko dajejo krave. Pogovarjali smo se naprej tudi o koristnosti zaužitja mleka in mlečnih izdelkov. Iz tetrapak embalaže smo ustvarjali krave, prisluhnilni zgodbici o kravi Katki, spoznali proces od krave do mleka ter njegov namen in pomen za zdravje, zato smo tudi izdelali plakat. Ker pa smo na mizi imeli tudi kruh smo se dotaknili še o tem iz česa dobimo kruh in kdo nam ga speče.

