

SKRBIM ZASE, SKRBIM ZA OKOLJE

Tema skrbim zase, skrbim za okolje je bila široko nastavljena, saj smo skupaj spoznavali zdravo prehrano, kako je gibanje pomembno za naše zdravje, pa tudi na okolje nismo pozabili. Zdrava prehrana pripomore k ohranjanju zdravja in dobrega počutja. Otroci so spoznali zdravo in nezdravo prehrano preko zgodbe Zakaj je Palčka Skakalčka bolel trebušček? Ponudili smo jim različne vrste sadja in zelenjave. To smo tipali, vohali in seveda okušali, kar je pri nekaterih otrocih s posebnimi potrebami lahko težavno in velik izziv.

Gibanje je otrokova primarna potreba in je ena najpomembnejših področij v njegovem razvoju. Zato smo veliko pozornost namenili gibanju – vsako dnevno razgibavanju. Razgibavali smo se v igralnici na blazinah, ob glasbi, izvajali različne poligone v telovadnici in zunaj na igrišču. Pri tem so si otroci krepili koordinacijo, ravnotežje, moč, hitrost,...

Skrb za okolje je zelo velikega pomena, saj moramo poskrbeti za našo Zemljo da bo ostala »zdrava«. Pomembno je otrokom približati naravo, okolje v katerem živimo. Skrb za okolje bi morala postati del življenja, zato je pomembno, da to spoznajo že otroci. Na ravni enote smo izvedli čistilno akcijo, kjer smo očistili igrišče vrtca ter njegovo okolico. Posejali smo medorodovitne rože in opazovali njihovo rast.



MOJ ROJSTNI DAN

Praznovanje rojstnega dne je prav poseben dogodek za otroka. V vrtcu smo posvetili ta poseben dan prav otroku - slavljenču. Praznovanje je temeljilo na procesu praznovanja, kjer je slavljenec bil v središču dogajanja. Seveda smo praznovanja prilagajali vsakemu otroku posebej. Otroci s posebnimi potrebami drugače dojemajo praznovanje.

Skupaj smo pripravili igralnico za praznovanje, pogrinjke, okrasno torto. Strokovni delavki pa sva poskrbeli za pripravo sadja na različne, privlačne načine.

Na začetku smo prešteli koliko let ima otrok toliko svečk smo položili na torto in nato prižgali. Otroci so uživali ob pihanju svečk, kateri pa ni zmozel sam, pa so mu pomagali prijatelji. Slavljenču smo zapeli pesem »Vse najboljše«. Največje veselje pa je bil pogled na »iskrice«, katere smo prižgali. Otroci so si seveda tudi čestitali, po svojih zmožnostih. Sledilo je rajanje ob glasbi in igra z baloni ter milnimi mehurčki (vsak otrok si je izbral sam kaj želi).

Vsak otrok je dobil tudi darilo, katero sva izdelali strokovni delavki sami in je bilo prilagojeno vsakemu otroku posebej.

Na tak način smo slavljenču naredili prav poseben dan. Otroci s posebnimi potrebami se ponavadi ne zavedajo, da imajo rojstni dan in kaj to pomeni, vendar pa so veseli pozornosti katera jim je namenjena za ta poseben dan.



MLADI ŠPORTNIK – SPECIALNA OLIMPIADA

Program MLADI ŠPORTNIK je namenjen otrokom z motnjami v razvoju v starosti od 2 do 7 let. Zasnovan je tako, da otrok napreduje po svojih sposobnostih in omogoča veliko prilagajanja. Izvajanje vaj ugodno vpliva na pridobivanje različnih motoričnih spretnosti, poveže pa se lahko tudi z različnimi področji (matematika, jezik, skrb zase). Program se izvaja tekom celega šolskega leta.

Mi smo z otroki izvajali vsakodnevno razgibavanje na različne načine, največkrat v igralnici na blazinah, terapevtskem valju,... Enkrat na teden smo izvedli poligon v večnamenski dvorani, v igralnici ali pa zunaj na igrišču. Otroci so preko vsakdanjega razgibavanja, izvajanja poligonov pridobili na ravnotežju, hitrosti, moči, koordinaciji,...

Na koncu šolskega leta smo izvedli zaključno prireditev Mladi športnik, kjer sta sodelovala oba oddelka POPP. K izvedbi poligona smo povabili starše in učence IV OŠ Murska Sobota.

Poligon je bil sestavljen iz petih postaj, katere so otroci premagovali skupaj s starši. Postaje so bile namenjene urjenju moči, ravnotežju, strpnosti, hitrosti in seveda sproščanju. Na vsaki postaji so dobili tudi pečat za dobro opravljeno nalogo. Otroci in starši so bili zelo uspešni in ponosni, da jim je uspelo premagati poligon. Na koncu pa so otroci iz IV OŠ Murska Sobota podelili medalje. Skupaj smo se posladkali še s sladoledom in tako zaključili prireditev.



OD ZRNJA DO PRIDELKA

Letos smo prvič sodelovali v projektu Altermed pod okriljem Eko šole. Sejem Altermed je želel izpostaviti pomen zdravja, odnos do zdravja ter doživljanje in pojmovanje zdravja kot vrednoto. Generalna skupščina Združenih narodov je leto 2023 razglasila za mednarodno leto prosa. V skupini smo se odločili, da bomo proso spoznali od zrnja do pridelka. Pri projektu so se nam priključili še otroci prvega starostnega obdobja.

Proso smo spoznavali najprej z vsemi našimi čutili – proso smo vohali, tipali, okušali. Med nas smo povabili kmeta Denisa, da nam je predstavil postopek sejanja prosa. Skupaj z otroci je najprej pripravil zemljo, nato smo posejali proso, ga zalili in vsakodnevno opazovali rast. Rast prosa smo opazovali tudi z lupami, kar je bilo zelo zanimivo. Ker pa nas je zanimalo, kaj vse se lahko naredi iz prosa smo obiskali tudi kuhinjo, kjer so nam kuharice pokazale, kako se skuha bujta repa in mlečna prosena kaša. Tudi sami smo se poizkusili kot kuharji, saj smo spekli pečeno proseno kašo z jabolki, katera je bila zelo okusna. Seveda pa nismo pozabili niti na ptice. Izdoblbi smo jabolka in jih napolnili z mešanico prosa in kokosove maščobe. Le te smo izobesili na drevesa in opazovali ptice ob zobanju.

Naše primer dobre prakse smo predstavili tudi na sejmu Altermed in v avli našega vrtca.



SENZORNA INTEGRACIJA

Svet okoli nas spoznavamo skozi različne senzorne izkušnje, in sicer že od rojstva naprej. Sposobnost ustreznega zaznavanja senzornih dražljajev iz okolja je temeljnega pomena za razvoj kognitivnega funkcioniranja, socialnih in komunikacijskih veščin, čustvovanja in primernega odzivanja na okolje. Imamo tri nivoje receptorjev, ki delujejo kot sprejemniki dražljajev in nam omogočijo pridobiti pomembne informacije o samem sebi in okolju:

- Receptorji iz okolice, ki zaznavajo okus, voh, tip ter vidne in slušne dražljaje.
- Receptorji iz mišično-skeletnega sistema in glave, ki sprejmejo dražljaje preko kit, mišic in sklepov in nam podajo informacijo o položaju telesa v povezavi s prostorom.
- Receptorji iz notranjosti telesa, ki delujejo nezavedno ter nam sporočijo lakoto, zaspanost, slabost, interno bolečino, potrebo po izločanju.

Senzorna integracija vključuje blago izpostavljenost različnim čutnim dražljajem, cilj tega pa je okrepiti, uravnotežiti in razviti obdelovanje čutnih dražljajev.

V naši skupini redno izvajamo senzorno integracijo, in sicer obiskujemo senzorno sobo na IV OŠ Murska Sobota, katera je odlično opremljena. Tudi v igralnici se poslužujemo senzorne integracije skoraj vsakodnevno: različne masaže, tipanje, vohanje, okušanje različnih stvari, slušne igre, pridobivanje ravnotežja na različnih terapevtskih valjih, plezanje, premagovanje poligonov, skakanje po trampolinu, igre z vodo, uporabljamo različne svetlobne vire, obtežilne blazine, igramo se s senzornimi škatlami, presipavamo sipke materiale,...

