

PROGRAM ZDRAVJE V VRTCU

POROČILO o IZVEDENIH AKTIVNOSTIH

ZA KREPITEV ZDRAVJA V ŠOLSKEM LETU 2018/2019

Navodilo:

Izpolni vsak tim izvajalk (vzgojiteljica in pomočnica vzgojiteljice)
- ter posreduje koordinatorici programa v svojem vrtcu.

Naziv vrtca: VRTEC MURSKA SOBOTA

Kraj: MURSKA SOBOTA

Enota vrtca: MIŠKE

Naslov enote: TALANIJEVA ULICA 6, MURSKA SOBOTA

Skupina: 2-3 let

Starost otrok: 2-3 LET

Izvajalki:

- vzgojiteljica: **MATEJA ŠKROBAR**

Ali ste se v tekočem šolskem letu udeležili izobraževanj,
ki jih je za program Zdravje v vrtcu pripravil NIJZ OE Ljubljana?

- spomladansko izobraževanje - jesensko izobraževanje
ne da

26.11.2018DOP/35

- pomočnica vzgojiteljice: **ROSVITA BUZETI**

Ali ste se v tekočem šolskem letu udeležili izobraževanj,
ki jih je za program Zdravje v vrtcu pripravil NIJZ OE Ljubljana?

- spomladansko izobraževanje - jesensko izobraževanje
ne ne

Če DA vpišite številko potrdila

Če DA vpišite številko potrdila

Zap. št. naloge: **1**

Vsebina: Zdrava prehrana

Metoda dela: **Pogovor Praktično delo Uporaba avdiovizualnih sredstev**

Zunanji izvajalci: navedite kdo (npr. policist, medicinska sestra)

Čas trajanja: **tedni (št) 2**

Ciljna skupina: **otroci starši izberite iz šifranta**

Uporabljeno gradivo in didaktični material: slike čebel, travnika, cvetlic, Knjiga Čebela Adela (Antoon Krinhs), tempera barva, kartoni, barvice, cd predvajalnik.

Uporabljene informacije z naših izobraževanj? ne

TRADICIONALNI SLOVENSKI ZAJTRK

Tradicionalni slovenski zajtrk poteka v mesecu novembru. Ta dan nam lokalni pridelovalci dostavijo domač kruh, med, maslo. Otrokom sem skušala približati pomen tradicionalnega slovenskega zajtrka. Zato smo se najprej pogovorili o zdravi prehrani, kaj otroci sploh razumejo pod pojmom zdrave prehrane, o pomenu čebel za ljudi, kaj čebele delajo, kako izgledajo, kako se gibljejo. Otroke sem spodbujala k igri vlog na temo čebel v mehkem kotičku, igra z lutko čebela. Prebrali smo zgodbo Čebela Adela in spoznavali kaj vse se je čebeli zgodilo. Ilustracije zgodbe smo zalepili na omaro in poskušali ob slikah obnoviti vsebino zgodbe, kar nam je zelo dobro uspevalo. Izdelali smo čebelnjak, si ga prvo ogledali na sliki, poimenovali barve, dele čebelnjaka. Gibalno smo uprizorili letenje čebel v igralnici in na dvorišču vrtca ter zarajali ob pesmi Ansambla Lojzeta Slaka - Čebelice. Z barvicami smo pobarvali čebelice in jih razstavili v skupnem prostoru. Okušali smo med, poimenovali kakšne je barve in si sami posladkali čaj. Si naredili sadno solato iz sezonskega sadja, ki so ga otroci sami prinesli. Na koncu vrhunec tradicionalni slovenski zajtrk: med, mleko, maslo, katerega so si otroci poskusili sami namazati na kruh.







Zap. št. naloge: **2**

Vsebina: Gibanje

Metoda dela: **Praktično delo Pogovor** izberite iz šifranta

Zunanji izvajalci: navedite kdo (npr. policist, medicinska sestra)

Čas trajanja: **meseci (št) 10**

Ciljna skupina: **otroci** izberite iz šifranta izberite iz šifranta

Uporabljeno gradivo in didaktični material: **telovadni rekviziti, športni rekviziti, naravni material.**

Uporabljene informacije z naših izobraževanj? da

GIBANJE SKOZI CELO LETO

Tudi letos smo veliko poudarka dali vsakodnevnim gibalnim dejavnostim. Gibalne dejavnosti smo vsak dan sproti načrtovali z ali brez rekvizitov. Izvajali smo jih v prostorih vrtca (igralnica, hodnik, večnamenski prostor) in na prostem, saj se zavedamo kako pomembno je gibanje za naše telo. Na sprehodih smo nabirali kondicijo, vzdržljivost, potešili smo radovednost in raziskovali vreme, prisluhnili smo zvokom iz okolice ter jih povezali z aktualno vsebino, spoznavali smo pojme mrzlo, hladno jih povezali z oblačili v določenem letnem času. V okviru programa MALI SONČEK, smo izvajali naloge. Skozi celo šolsko leto smo zelo veliko bivali na prostem. Pri različnih gibalnih aktivnostih na prostem smo uporabili tudi naravni material (kostanje, storže, veje, listje...). Pozimi so se otroci večkrat igrali na snegu. Uporabljali smo različne materiale za sproščanje in tipanje (glina, pesek, senzorne škatle, ...). Vsakodnevno smo skrbeli za prezračevanje in zadosten vnos tekočine (čaj, voda).







Zap. št. naloge: **3**

Vsebina: Zdrav način življenja

Metoda dela: **Pogovor** **Uporaba avdiovizualnih sredstev**

Zunanji izvajalci: navedite kdo (npr. policist, medicinska sestra)

Čas trajanja: **meseci (št)** **10**

Ciljna skupina: **otroci** **izberite iz šifranta** **izberite iz šifranta**

Uporabljeno gradivo in didaktični material: baloni, prtički, vlak s številkami, radio.

Uporabljene informacije z naših izobraževanj? da

SADNI ROJSTNI DAN

Ker smo Eko vrtec smo se zmenili, da bomo rojstne dni praznovali samo ob sadju. Tisti dan, ko je bil rojstni dan otrok smo skupaj z otroki poimenovali sadni rojstni dan. Ta dan je bil namenjen slavljenču ob dogovoru, da ta dan jemo samo sadje in pijemo vodo. Na mizah so bili pogrinjki, na njih pa sadje (sadje smo narezali tako kot so želeli otroci, na polovičke, četrtine, nekateri so si zaželeli sadno malico, vsem sva ustregli). Otrok, ki je praznoval, je povedal katere pesmice mu zapojemo in kaj se želi igrati. Po praznovanju je sledila kakšna igrlica, bibarija, ki smo se je naučili, spodbujali smo vse vrste gibalnih iger. Igro, ki smo se igrali ter smo se je naučili v tekočem letu si je izbral slavljenec sam. Ta dan je bil posvečen njemu in otroci so bili zelo ponosni, da so ta dan oni v središču pozornosti. Največkrat so posegali po igri z baloni, balone smo lovili, prenašali, iskali...



Zap. št. naloge: **4**

Vsebina: Sodelovanje s straši in starimi starši

Metoda dela: **Praktično delo Pogovor Ogled / obisk**

Zunanji izvajalci: Starši, dedki in babice, osebje vrtca.

Čas trajanja: **meseci (št) 6**

Ciljna skupina: **otroci starši drugo**

Uporabljeno gradivo in didaktični material: Fotografije družin posameznika, starih staršev, škarje, barvice, flomastri, barvni kolaž papir, lepilo, revije, knjige, kartonke.

Uporabljene informacije z naših izobraževanj? ne

Medgeneracijsko sodelovanje

V letošnjem šolskem letu sva več pozornosti namenili družinam naših otrok in njihovim starim staršem. Na prvem roditeljskem sestanku sem starše zaprosila, če nam prinašajo fotografije svojih družin in njihovih dedkov in babic, kajti o tem se bomo skozi celo leto pogovarjali, hkrati sem jih zaprosila, da na zadnjo stran napišejo njihova imena. Otroci in starši so pridno prinašali fotografije, katere je vsak otrok zalepil na papir, nato pa smo kolaž s slikami razstavili v igralnici, vsak teden smo se vračali k fotografijam in poimenovali imena staršev, bratcev, sestic, starih staršev, kaj delajo ipd. Ker je prihod dedka Mraza posebno doživetje, sva se odločile, da bomo dedka Mraza pričakali popoldne skupaj s starši, da nam čas hitreje mine sva na obisk povabili vzgojiteljico Olgo, ki nam je zaigrala lutkovno predstavo Vesel božič mišek Matiček in nam na frulico zaigrala pesmice, ki smo se jih naučili za dedka Mraza. Presenečenje je uspelo in otroci so z navdušenjem gledali predstavo in počakali na prihod dedka Mraza. V mesecu februarju sva izvedli delavnico z otroci in starši na temo pust, kjer so si otroci in starši izdelali maske za pust, naredili pa smo tudi dekoracijo za našo igralnico.



Zap. št. naloge: **5**

Vsebina: Osebna higiena

Metoda dela: **Praktično delo Pogovor Demonstracija**

Zunanji izvajalci: Babica (upokojena med. sestra)

Čas trajanja: **meseci (št) 2**

Ciljna skupina: **otroci izberite iz šifranta izberite iz šifranta**

Uporabljeno gradivo in didaktični material: Dvd Čiste roke za zdrave otroke, milo voda, papirnate brisače, plakat pravilnega umivanja rok, računalnik, risalni listi, voščenske, barvice.

Uporabljene informacije z naših izobraževanj? da

Umivanje rok

S sodelavko sva opazili, da se otroci zelo radi zadržujejo pri umivalniku in odpirajo pipo za vodo, vendar si rok ne umivajo, ampak se močijo. Zato sva se odločili, da bova več poudarka dali umivanju rok. Ponovili smo bibarijo Kako se biba umiva, nekateri so se je še spomnili, sliko smo nalepili na omaro in se dnevno vračali k njej. Nato smo si ogledali lutkovni film Čiste roke za zdrave otroke, se pogovorili o filmu in umivanju rok. V igralnici smo ponovili postopek pravilnega umivanja rok po navodilih iz filma, nekaterim je uspelo, drugim ne. Pogovorili smo se kdaj vse si umivamo roke, zakaj je pomembno umivanje rok (pred obroki, po obisku stranišča, po sprehodu, po delovnih opravilih) da, varčujemo z vodo in papirnatimi brisačami za brisanje rok. Starejši otroci so nam izdelali napis varčuj z vodo, ki smo ga zalepili pri umivalnikih. Na risalne liste smo narisali vodo, se o njej pogovarjali. V revijah, knjigah smo iskali vodo in povezavo z umivanjem rok. Na obisk smo povabili babico (upokojeno medicinsko sestro) otroka, ki nam je demonstrirala pravilno umivanje rok (nekaterim je uspelo, drugim pa bomo še pomagali, potrebno je veliko govorjenja in nadzorovanje otrok pri umivanju). Plakat pravilnega umivanja rok, pridobljenega na predavanju smo zalepili na vidno mesto in se občasno vračali k njemu (kadar smo začutili potrebo po osvežitvi). Na koncu leta je večini otrok uspelo pravilno umivanje rok.

