

GIBAJMO SE MI!

Potreba po gibanju je otrokova primarna potreba v predšolskem obdobju. Ker smo, kot vrtec, vključeni v projekt 365 dni telovadimo vsi, smo vsakodnevno izvajali različne gibalne dejavnosti, ob katerih so si otroci razvijali gibalne spretnosti in se urili v njih. Gibalne spretnosti smo razvijali v igralnici in tudi zunaj na našem igrišču. Otroci so zelo radi premagovali različne poligone v igralnici. Iz meseca v mesec so postajali spretnejši in vedno bolj so zaupali v svoje sposobnosti. Zelo radi (vsakodnevno) so se razgibali tako, da sva jih strokovni delavki »začarali« v različne živali in tako so posnemali njihovo gibanje. Veliko motivacijo za gibanje, jim je v igralnici predstavljal tudi bazen z žogicami, v katerega so vztrajno plezali, metali žogice in jih spet šli pobirat. Veliko časa smo preživeli tudi zunaj na našem igrišču, kjer smo premagovali naravne ovire. Zelo radi smo se povzpeli na naš hribček. Urili smo se v hoji po stopnicah, da smo se lahko peljali po toboganu. Zelo radi so otroci lovili milne mehurčke in se vozili z različnimi poganjalci. Po svojih zmožnostih smo tekli tudi na Teku podnebne solidarnosti. Vsak otrok je pretekel 160 metrov. Ob zaključku šolskega leta pa smo izvedli tudi športni popoldan s starši, kjer so otroci skupaj s starši premagovali različne gibalne igrice.



SADJE IN ZELENJAVA

Ko sva v letošnjem šolskem letu dobili novo skupino in smo bili že nekaj časa skupaj ter se bolje spoznali, sva bili s sodelavko presenečeni, kako dobro je otroci sadje in zelenjavo. Otroci so na začetku od sadja najraje jedli jabolka in banane, izmed zelenjave pa kisle kumare in paradižnik. Nato sva se načrtno odločili, da bova spodbujali otroke k poskušanju vsega sadja in zelenjave, ki smo ga imeli na jedilniku. Spodbujali sva jih k okušanju, opisovali smo, vohali, se pogovarjali zakaj moramo jesti sadje in zelenjavo. Nato smo skozi igro spoznavali sadje in zelenjavo, poimenovali, razvrščali, prirejali, ga uporabljali v naši »kuhinji«. Pripravili smo si sadne in zelenjavne krožnike. Otroci so pridno okušali in jedli. Skupaj smo ugotavljali s katero zelenjavo bi se lahko posladkali in naša ugotovitev je bila, da bi to lahko bil korenček in rdeča paprika. Ugotovili smo, da sta ti dve zelenjavi sladki in dobri. Pogovor je nanasel tudi na to, da če jemo to zelenjavo in ne sladkarij bolj skrbimo za svoje zobe, da jih ne napadejo »črveki«. Izmed sadja pa so otroci vzeljubilili še jagode, slive, marelice, hruško in grozdje. Lahko rečeva, da je bil najin cilj dosežen.



ROJSTNI DAN IMA VSAK

Čisto vsak ima rojstni dan in tega se vsi zelo veselimo, naj smo majhni ali veliki. To je poseben dan za vsakega otroka in v vrtcu se trudimo, da je za tistega, ki praznuje to njegov dan in za to se potrudimo čisto vsi, otroci in odrasli. S sodelavko sva se že pred začetkom šolskega leta dogovorili na kakšen način bomo praznovali. Ker pa nam ukrepi zoper preprečevanje okužb s koronavirusom odsvetujejo prinašanje kakršnih koli stvari v vrtec, smo se dogovorili s tehničnim kadrom, da nam za ta dan pripravijo več vrst sadja. Tako smo rojstne dneve praznovali tudi na bolj zdrav način, brez prigrizkov. Seveda pa rojstni dan ne more potekati brez torte, zato sva s sodelavko pripravili torto iz »smetane in čokolade« (seveda ne prave) in na tej torti je otrok pihnil svečke. Sledilo je petje pesmice za rojstni dan in čestitanje slavljenču ali slavljenki ter vsakemu smo podarili majhno pozornost katere so se zelo razveselili. Posladkali smo se s sadjem, ki sva ga prej s sodelavko pripravile v krožnike za vsakega otroka posebej nato smo pospravili in seveda je sledilo rajanje ob otroški glasbi. Otroci se ob takšnih priložnostih zelo sprostijo in razveselijo.



KAKO SE OBVARUJEM PRED OKUŽBO

Ko se je približevala jesen in zima, smo bili vsi vedno bolj obremenjeni s tem ali se bomo okužili s koronavirusom ali se ga bomo obvarovali. Tudi letošnje uvajanje novincev je potekalo pod določenimi ukrepi, ki smo se jih morali držati. S sodelavko sva se spraševali, kaj lahko storimo skupaj z otroki, da bomo čim dlje brez okužbe. Otroke sva že od začetka navajali na higieno in kako poskrbimo zase in za svoje telo. Ko pa sva poslušali jesensko izobraževanja o pomenu higiene rok, sva postali pri tem še bolj dosledni. Pripravili sva knjižni kotic, kjer je bila otrokom najbolj zanimiva slikanica Zakaj si umivam roke? Da so otroci spoznali kako se prenašajo bacili in virusi, sem v »šprico« napolnila vodo in dodala bleščice. Roke smo si pošpricali z »bacili« (bleščicami) in se dotikali različnih predmetov (miza, stol, umivalnik, igračke) in tako spoznavali kako se bacili prenašajo. Otrokom sem povedala še deklamacijo od Sabine Mali z naslovom Bacili. Tako smo namenili še več časa pravilnemu umivanju rok, nikamor nismo hiteli, spodbujali sva jih k samostojnosti in ob zaključku šolskega leta lahko rečem, da sva bili uspešni. Še večji izziv nama pa je predstavljalo, kako otroke navaditi, da si nos brišejo v robček in ga odnesejo v koš. Otroci so si namreč nos brisali z rokavom od majice, s prsti in potem so se dotikali še površin v igralnici. To se nama je zdelo misija nemogoče ampak s trudom, doslednostjo, vztrajnostjo in lastnim zgledom smo bili uspešni. Včasih je potrebno koga še spomniti ampak saj smo stari šele dve leti.



NAŠ ZDRAV NAPITEK

Za naše zdravje in dobro počutje je poleg zdrave in uravnotežene prehrane pomembno tudi to, da skozi dan spijemo dovolj tekočine. V našem vrtcu imajo otroci skozi dan ponujen nesladkan čaj. Eden izmed koronavirusnih ukrepov pa je bil tudi ta, da otroci prinašajo vsakodnevno v vrtec bidone oz. mlajši, stekleničke. Tako sva s sodelavko opazili, da otroci velikokrat s seboj prinesejo sladek napitek. Ko pa sva jim ponudili vrteški nesladkan čaj, ga niso želeli piti. Zato sva se odločili, da bova otroke spodbujali k pitju nesladkanega čaja in vode. Rečem lahko, da je bilo potrebno veliko spodbude. Vodo so ob najinem zgledu kar hitro začeli piti ampak ne v zadostnih količini. Zato smo se odločili, da bomo skupaj pripravili naš zdrav napitek, ki ga bomo vsi poskusili. Naredili smo si limonado. Najprej smo spoznavali limono, jo opisali, okušali in nato stisnili njen sok, dolili vodo in limonada je bila pripravljena. Vsi otroci so limonado poskusili in vsi razen enega otroka, so jo tudi popili. Večina je želela piti še več limonade. Zanimivo jim je bilo tudi to, da smo vodo in limonado pili iz steklenih kozarcev. To smo si tudi še večkrat sami pripravili, nekajkrat so nam jo pa pripravile tudi naše kuharice. Sedaj proti koncu šolskega leta vsi otroci pijejo nesladkan čaj, vodo ali limonado. Tako tudi z napitki skrbimo za svoje zdravje.

