

PROGRAM ZDRAVJE V VRTCU

POROČILO O IZVEDENIH AKTIVNOSTIH

ZA KREPITEV ZDRAVJA V ŠOLSLEM LETU 2017/2018

Navodilo:

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

Naziv vrtca: Vrtec Idrija
Kraj: Idrija
Enota vrtca: Enota Godovič
Naslov enote: Godovič 35B
Skupina: Metuljčki G2
Starost otrok: 4 – 6 let

Izvajalki:

- vzgojiteljica: **Tatjana Pišljar**

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

da

ne

6.3.2018pop/77

Če DA vpišite številko potrdila

- pomočnica vzgojiteljice: **Melita Tominec Klavžar**

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

da

ne

12.3.2018pop/54

Če DA vpišite številko potrdila

Zap. št. naloge:	1
Vsebina:	Zobozdravstvena vzgoja
Metoda dela:	Demonstracija, pogovor
Zunanji izvajalci:	višja medicinska sestra Špelca Velikanje
Čas trajanja:	5 ur
Ciljna skupina:	otroci
Uporabljeno gradivo in didaktični material:	lutka osliček, zgodbe, pobarvanke, fotografije
Uporabljene informacije z naših izobraževanj?	da
Zobna preventiva	13.9.2017, 27.11.2017,25.1.2018,26.3.2018,11.5.2018 približno lšolsko uro

Približno enkrat mesečno nas je obiskala višja medicinska sestra Špelca Velikanje, ki je otrokom s pomočjo lutke oslička demonstrirala pravilno čiščenje zob in ustne votline. S pomočjo zgodb in pogovorov je predstavila pomen pravilnega in rednega čiščenja zob. Vsakega posameznega otroka je opazovala in ga usmerjala v pravilno ščetkanje zob. Spoznali smo tudi nekaj zgodb kot so : Škrat Brokolino, Novice z aleje mlečnih zobkov; vedno pa je otrokom prinesla tudi pobarvanke na to temo. Poudarila je tudi pomen umivanja zob doma, kjer pa otroci rabijo pomoč in nadzor staršev. Otroci so se trudili s pravilnim ščetkanjem zob in so bili njenih obiskov veseli. Poseben pomen smo namenili tudi zdravi prehrani s čim manj sladkarij in spoznali prehrambeno piramido. Vsak otrok je moral poimenovati, kaj je na fotografiji(hrana, pijača) in jo prilepiti na določeno mesto na piramidi. Dejavnost je bila otrokom zanimiva in smo jo nadaljevali tudi v naslednjih dneh, ko so otroci iskali fotografije v revijah. Ogleдали smo si film«Ostal bom zdrav«. Špelca je otrokom tudi prikazala pravilno umivanje rok z milom; ogleдали pa smo si tudi film »Čiste roke za zdrave otroke.«

Zap. št. naloge:	2
Vsebina:	Gibanje
Metoda dela:	praktično delo
Zunanji izvajalci:	navedite kdo (npr. policist, medicinska sestra)
Čas trajanja:	celo šolsko leto
Ciljna skupina:	otroci, strokovne delavke,
Uporabljeno gradivo in didaktični material:	športni rekviziti, naravni materiali
Uporabljene informacije z naših izobraževanj?	da

Simbioza giba

Tekom celega šolskega leta smo se poskušali čim več gibati. Že v igralnici smo izvajali razne rajalne in gibalne igre, vaje joge. Enkrat tedensko – vsak četrtek od 9.15 do 10.00 smo izvajali vadbeno uro v šolski telovadnici. Otroci so se navajali na skrb za prinašanje športne opreme in s tem na samostojno preoblačenje in pospravljanje oblačil za sabo. Pri vadbeni uri se otroci navajajo na disciplino, športno obnašanje. Vsakodnevno smo na igrišču plezali na tobogan, po vrvi, se vozili s poganjalčki, kolesi, skiroji, hodili smo tudi na šolsko igrišče, kjer smo igrali košarko, nogomet. V zimskem času smo se preizkušali v hoji po zasneženih tleh, potiskali in vlekli sani, se kepali in spoznavali zimske radosti. Hodili smo na sprehode v bližnjo in daljno okolico; s pomočjo staršev smo si napravili kotichek v gozdu, ki smo ga večkrat obiskovali. Otroci so uživali ob njegovem urejanju – prinašanje vej na kup, kamenčki za kamin; preizkušali so se v hoji po deblu, plezanju na drevo, spoznavali smo rože, drevesa, grmovje. Izvedli smo tudi daljše pohode, ki smo jih zabeležili v knjižice »Mali sonček.« Na sprehodih smo se seznanjali z varno hojo v prometu, hojo ob robu cestišča, pravilno prečkanje ceste, spoznavali smo prometne znake.

Zap. št. naloge:	3
Vsebina:	Svetovni dnevi povezani z zdravjem
Metoda dela:	praktično delo, pogovor,
Zunanji izvajalci:	biologinja Mojca Rudolf
Čas trajanja:	12 ur
Ciljna skupina:	otroci, strokovne delavke, stari starši
Uporabljeno gradivo in didaktični material:	naravni material, lupe, lopatke, kanglice
Uporabljene informacije z naših izobraževanj?	da

dnevi Evropske kulturne dediščine v tednu od 23.9. do 30.9.2017, »Simbioza giba« v tednu od 14.10. - 21.10.2017, Svetovni dan hoje – 15.10. 2017, Svetovni dan zdravja – 7.4.2018, Svetovni dan gibanja - 10.5.2018

V okviru projekta »Simbioza giba« smo se skupaj s starimi starši odpravili na pohod okrog Godoviča. Imeli so nalogo, da na poti poiščejo pet stvari in jih poimenujejo. Predmete so lepili na karton, kasneje pa smo v vrtcu pripravili razstavo. Otroci s tem razvijajo vztrajnost pri hoji, navajajo se na pozorno opazovanje. Odziv starih staršev je bil velik in vsako leto je udeležba večja. Najpomembnejše pa je naše skupno druženje in s tem vključevanje staršev, dedkov, babic v vzgojni proces. V letošnjem šolskem letu smo sodelovali v projektu »Dnevi Evropske kulturne dediščine«. Odločili smo se, da bomo s pomočjo Živine mame Mojce, ki je po poklicu biologinja, raziskovali bajer ter rastlinje v njegovi okolici. Nabirali smo rastline, ki rastejo tam, opazovali živali. Naslednji dan smo v skupini izdelovali ladjice in mlinčke iz odpadnega materiala, katere smo potem spuščali po vodi. Vsak otrok je napravil svoj herbarij. Otroci so s pomočjo lup opazovali rastlinje, živali, merili smo globino bajerja. Svetovni dan hoje smo obeležili s pohodom do Loga – otroci razvijajo vzdržljivost pri hoji, navajajo se na primerno obnašanje v naravi (ne uničujemo narave, smeti v nahrbtnik, ne kričimo...); velika motivacija pa jim je nahrbtnik, v katerem je sadje, voda, obliži. Na pohodu pa se tudi preizkušamo v postavljanju meja in posledicah kršitve le – teh dogovorimo se, do katerega drevesa tečemo in potem počakamo... Ob svetovnem dnevu zdravja pa smo na šolskem igrišču igrali košarko in nogomet ter se preizkušali v teku v parih. Na pohod na Jelenšk pa smo se odpravili ob svetovnem dnevu gibanja. Med potjo opazujejo naravo, poslušajo razne zvoke, nabirajo cvetlice, sprašujejo.

Zap. št. naloge:	4
Vsebina:	Zdrava prehrana
Metoda dela:	praktično delo, demonstracija, pogovor
Zunanji izvajalci:	navedite kdo (npr. policist, medicinska sestra)
Čas trajanja:	celo šolsko leto
Ciljna skupina:	otroci, strokovne delavke
Uporabljeno gradivo in didaktični material:	navedite
Uporabljene informacije z naših izobraževanj?	da

Navedite naslov aktivnosti, če ste ga imeli

Tekom celega šolskega leta smo se navajali na kulturno obnašanje pri mizi, okušanje raznovrstne hrane, da jemo počasi in hrano prežvečimo, uporabo vljudnostnih izrazov (prosim, hvala) in pitje dovolj tekočine, predvsem vode. V jesenskem času so otroci prinašali v vrtec različno zelenjavo z njihovih vrtov,jo tipali, poimenovali, na koncu pa smo še skuhali mineštro. Otroci so zelenjavo z najino pomočjo očistili in jo rezali. Interes otrok ob tej dejavnosti je bil velik, saj so si vsi želeli rezati zelenjavo .Otroci razvijajo ročne spretnosti ter spoznavajo postopek priprave jedi. Skuhala pa nam jo je kuharica v kuhinji, seveda pa smo jo tudi z veseljem pojedli. Napravili smo tudi sadno solato, kjer so se otroci preizkušali v rezanju sadja. Najbolj so bili spretni pri rezanju banan, malo težje pa je šlo z jabolki, hruškami. Ob praznovanju 5. Rojstnega dne deklice iz naše skupine smo pekli medenjake. Mama in babica sta zamesili testo, nato pa so otroci s pomočjo modelčkov izdelovali piškote, spekla pa jih je kuharica. Pri tej aktivnosti so otroci uživali in je trajala celo dopoldne. Ponudili smo jih tudi otrokom iz ostalih skupin v naši enoti. Otroci razvijajo fino motoriko in spoznavajo proces izdelave medenjakov.

Zap. št. naloge:	5
Vsebina:	Osebna higiena
Metoda dela:	demonstracija, pogovor
Zunanji izvajalci:	navedite kdo (npr. policist, medicinska sestra)
Čas trajanja:	celo šolsko leto
Ciljna skupina:	otroci, strokovne
Uporabljeno gradivo in didaktični material:	navedite
Uporabljene informacije z naših izobraževanj?	da

Navedite naslov aktivnosti, če ste ga imeli

Otroke smo navajale na dosledno umivanje rok z milom pred jedjo, po uporabi sanitarij, po prihodu iz igrišča. Tekom leta so se v naši skupini pojavile podančice, zato smo postale še bolj pozorne na to, da smo vsakega posameznega otroka spodbujale in kontrolirale, kako si umije roke. Ogledali smo si tudi film »Čiste roke za zdrave otroke«. Igralnico smo zračile večkrat dnevno. Otroci so počivali po kosilu in ugotavljale smo, da počitek nujno potrebujejo. Nekateri otroci so samo počivali, več pa je bilo tistih, ki so zaspali. Ker delava v skupini otrok, ki bodo jeseni začeli obiskovati 1. razred osnovne šole, sva se odločili, da ob zaključku šolskega leta izvedemo »spanje v vrtcu«. Malo nas je skrbelo, kako se bodo otroci odzvali na to, da bodo nekateri prvič ločeni od staršev vsaj za eno noč. Vendar sploh ni bilo težav, saj so se vsi tega dogodka zelo veselili in uspešno smo preživeli noč. Spoznale smo spalne navade posameznega otroka in bile ponosne na to, da so nam jih starši zaupali.

Zap. št. naloge: **6**

Vsebina: izberite iz šifranta

Metoda dela: navedite

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

Čas trajanja: ura/dan/mesec

Ciljna skupina: navedite

Uporabljeno gradivo in didaktični material: navedite

Uporabljene informacije z naših izobraževanj? izberite da ali ne

Navedite naslov aktivnosti, če ste ga imeli

Opišite aktivnost (cca 200 besed)

Zap. št. naloge: **7**

Vsebina: izberite iz šifranta

Metoda dela: navedite

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

Čas trajanja: ura/dan/mesec

Ciljna skupina: navedite

Uporabljeno gradivo in didaktični material: navedite

Uporabljene informacije z naših izobraževanj? izberite da ali ne

Navedite naslov aktivnosti, če ste ga imeli

Opišite aktivnost (cca 200 besed)

Zap. št. naloge: **8**

Vsebina: izberite iz šifranta

Metoda dela: navedite

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

Čas trajanja: ura/dan/mesec

Ciljna skupina: navedite

Uporabljeno gradivo in didaktični material: navedite

Uporabljene informacije z naših izobraževanj? izberite da ali ne

Navedite naslov aktivnosti, če ste ga imeli

Opišite aktivnost (cca 200 besed)

Zap. št. naloge: 9

Vsebina: izberite iz šifranta

Metoda dela: navedite

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

Čas trajanja: ura/dan/mesec

Ciljna skupina: navedite

Uporabljeno gradivo in didaktični material: navedite

Uporabljene informacije z naših izobraževanj? izberite da ali ne

Navedite naslov aktivnosti, če ste ga imeli

Opišite aktivnost (cca 200 besed)

Zap. št. naloge: **10**

Vsebina: izberite iz šifranta

Metoda dela: navedite

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

Čas trajanja: ura/dan/mesec

Ciljna skupina: navedite

Uporabljeno gradivo in didaktični material: navedite

Uporabljene informacije z naših izobraževanj? izberite da ali ne

Navedite naslov aktivnosti, če ste ga imeli

Opišite aktivnost (cca 200 besed)