

PROGRAM ZDRAVJE V VRTCU

## POROČILO O IZVEDENIH AKTIVNOSTIH

ZA KREPITEV ZDRAVJA V ŠOLSLEM LETU 2017-18

**Navodilo:**

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

**Naziv vrtca:** VRTEC IDRİJA  
**Kraj:** IDRİJA  
**Enota vrtca:** ENOTA PRELOVEC  
**Naslov enote:** PRELOVČEVA 11 IDRİJA  
**Skupina:** SKUPINA METULJČKI  
**Starost otrok:** 1-2 LET

**Izvajalki:**

- vzgojiteljica:

**ALENKA TRATNIK**

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/6

Če DA vpišite številko potrdila

- pomočnica vzgojiteljice:

**URŠKA HAREJ ČOHA**

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

izberite da ali ne

12.3.2018pop/106

Če DA vpišite številko potrdila

|  |   |
|--|---|
| <b>Zap. št. naloge:</b>                              | <b>1</b>  |
| <b>Vsebina:</b>                                      | Osebna higiena                                  |
| <b>Metoda dela:</b>                                  | praktično delo in demonstracija                 |
| <b>Zunanji izvajalci:</b>                            | navedite kdo (npr. policist, medicinska sestra) |
| <b>Čas trajanja:</b>                                 | celo šolsko leto                                |
| <b>Ciljna skupina:</b>                               | otroci  |
| <b>Uporabljeno gradivo in didaktični material:</b>   | slikanice na to temo                            |
| <b>Uporabljene informacije z naših izobraževanj?</b> | ne  |

Navedite naslov aktivnosti, če ste ga imeli

V naši rutini je umivanje rok pred in po obrokih ter po prihodu iz igrišča. Otroke sva že v uvajalnem obdobju nanjo navajale. Roke sva jim od začetka umivale midve, hkrati pa sva jih preko demonstracije spodbujale k samostojnemu umivanju. Ves čas sva pri tem otrokom povdarjale pomen umivanja rok za naše zdravje. Otroke sva spodbujale k samostojnemu odpiranju vode, drgnjenju rok- dlani med seboj, umivanju z milom ter brisanju rok. Preko različnih slikanic smo spoznavali pomen osebne higiene in pripomočkov za to. Istočasno smo spoznavali dele človeškega telesa, se orientirali na svojem preko uporabe različnih bibarij. Otroke sva spodbujale k samostojni uporabi kahljice – da otrok sam sleče hlače, se usede na kahljico, se obleče nazaj, umije roke,...

|  |  |
|--|--|
| <b>Zap. št. naloge:</b>                              | <b>2</b>                                       |
| <b>Vsebina:</b>                                      | Praznovanje rojstnih dni                       |
| <b>Metoda dela:</b>                                  | obisk, praktično delo, demonstracija, razgovor |
| <b>Zunanji izvajalci:</b>                            | starši   |
| <b>Čas trajanja:</b>                                 | 4 ure  |
| <b>Ciljna skupina:</b>                               | otroci   |
| <b>Uporabljeno gradivo in didaktični material:</b>   | različne slikanice, semena, lončki zemlja, ... |
| <b>Uporabljene informacije z naših izobraževanj?</b> | ne   |

### **Praznovanje rojstnih dni**

V našem vrtcu že vrsto let praznujemo rojstne dneve kot obisk starša v skupini. Po navadi pride k nam v skupino starš otroka, ki praznuje rojstni dan. Slavljencu otroci iz skupine in vzgojiteljici zapojemo pesmico Vse najboljše, prižgemo svečke na simbolični torti, zapojemo pesmice po njegovem izboru in voščimo. Starš otroka pa pripravi krajšo dejavnost primerno starosti otrok. Pri pripravi dejavnosti so se starši posvetovali z nama. Skupaj smo našli ustrežno način za prijetno druženje. Poudarek praznovanja rojstnega dne ni na prinašanju hrane v vrtec, ampak na medsebojnem druženju. Otrokom veliko pomeni, da si njihovi starši vzamejo čas za njih ter preživijo del dopoldneva z njimi v vrtcu. Nobena tortica, lizika, čokolada tega ne more nadomestiti. Tako smo pri enem od praznovanj deklice iz skupine skupaj z njeno mamo posadili v lonček semena ognjiča. Otroci so aktivno sodelovali tako pri polnjenju lončkov z zemljo, sajenju kot pri kasnejši skrbi za njih. Skupaj smo jih zalivali, opazovali kako rastejo, nazadnje pa posadili v našo dvignjeno gredo na igrišču vrtca.

**Zap. št. naloge:** **3**

**Vsebina:** Zdrava prehrana

**Metoda dela:** praktično delo

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

**Čas trajanja:** 1 mesec

**Ciljna skupina:** otroci

**Uporabljeno gradivo in didaktični material:** plastične replike sadja in zelenjave, didaktična igra spomin, vstavljanke sadje in zelenjava, didaktična igra prirejanja, sadje, zelenjava, kartonke s slikovnim gradivom....

**Uporabljene informacije z naših izobraževanj?** ne

### **Sadje in zelenjava**

V skupino sva prinesli pokrito košaro z različnim sadjem in zelenjavo. Otroci so preko tipa poskušali prepoznati, katero sadje zelenjava se skriva v košari. Posamezno sadje in zelenjavo smo potipali, povonjali, poimenovali, opisali,... Z imitacijo sadja in zelenjave so se igrali v kotičku kuhinja, skupaj smo gledali različne slikanice na to temo ter si bogatili besedni zaklad. Izdelali smo slikovni plakat na to temo, eko didaktično igro spomin ter didaktično igro prirejanja. Otroci so v kotičku sestavljanke imeli možnost igre z vstavljančkama sadje in zelenjava. Vzgojiteljici sva se aktivno vključili v njihovo igro. Poimenovali sva stvari, ki so jih izbirali, usmerjali sva njihovo pozornost na barve, jih spodbujali k poimenovanju posameznega sadja ali zelenjave, razvrščanju na sadje in zelenjavo. Pri sadni malici sva otroke spodbujale k okušanju različnega sadja in zelenjave ter poudarjali njihov pomen za naše zdravje.

- Zap. št. naloge:** 4
- Vsebina:** Zdrav način življenja
- Metoda dela:** demonstracija, pogovor, praktično delo
- Zunanji izvajalci:** navedite kdo (npr. policist, medicinska sestra)
- Čas trajanja:** 3 ure
- Ciljna skupina:** otroci
- Uporabljeno gradivo in didaktični material:** slikanice, ožemalec, mikser, nož, vrč za pijačo, lončki, smrekovi vršički, sladkor, steklen kozarec s pokrovom, sadje in zelenjava
- Uporabljene informacije z naših izobraževanj?** ne

#### **Izdelava sadno zelenjavnega smutija, sirupa iz smrekovih vršičkov, soka iz agrumov**

Skupaj z otroki smo se kar nekaj časa spoznavali s sadjem in zelenjavo ter dejavnosti na to temo razširili na vse koticke v skupini. Nato sem v skupino prinesla aparat za izdelavo smutija. Otrokom sva predstavili sam aparat, postopek izdelave pa so lahko videli. Istočasno so spoznavali tudi pomen higiene pri pripravi hrane. Skupaj smo si umili roke, midve sva imeli predpasnik, pokrite lase. Vsako sadje sva prerezali pred njim, lahko so videli, kakšen je videti v prerezu, lahko so ga povonjali, otroci so ga poimenovali. Nato je ena izmed naju sadje narezala in otroci so te koščke dali v posodo. S samim aparat otroci niso rokovali zaradi njihove varnosti, lahko pa so videli, kako iz koščkov sadja in zelenjave nastane smuti. Na koncu ga je vsak otrok tudi poizkusil. Na podoben način smo naredili tudi sok iz agrumov. Na igrišču vrtca pa imamo tudi smreke. Ko smo se igrali na igrišču, smo jih opazovali, tipali, se o tem pogovarjali. Potem smo skupaj nabrali vršičke. V igralnici smo dali v steklen kozarec plast vršičkov, prekrili z sladkorjem. To smo delali dokler nismo prekrili vsega. Kozarec smo dali na sončno okensko polico v igralnico. Večkrat opazujemo kako nastaja sirup ter se topi sladkor. Ko bo do konca narejen, ga bomo tudi poizkusili.

- Zap. št. naloge:** 5
- Vsebina:** Narava in varovanje okolja
- Metoda dela:** praktično delo, pogovor, demonstracija
- Zunanji izvajalci:** navedite kdo (npr. policist, medicinska sestra)
- Čas trajanja:** 5 ur
- Ciljna skupina:** otroci
- Uporabljeno gradivo in didaktični material:** slikanice na temo sajenja, dela na vrtu, zemlja, lončki, semena, voda, volna, veje, kamni, visoka greda, sadike rastlin,...
- Uporabljene informacije z naših izobraževanj?** da

#### **Sejemo in skrbimo za sadike zelenjave, izdelava visoke grede**

V skupino sva prinesli različne slikanice na temo sajenja zelenjave in opravil na vrtu. Preko njih smo spoznavali nove besede, pripomočke za delo na vrtu. Nato sva v skupino prinesli zemljo, lončke, različna semena. Skupaj z otroki smo posadili fižol, posejali solato, cvetačo, sončnice. Vse to smo dali na okensko polico ter vestno opazovali rast ter skrbeli za njih in jih zalivali. Zunaj na igrišču pa smo uredili visoko gredo, okvir zanjo mi je pripravil moj mož. Na dno smo dali kamne, potem veje, nato ovčjo volno, papir, na vse to smo pa natresli zemljo. Vse skupaj smo obilno zalili. Otroci so ves čas aktivno sodelovali. Naša sadike smo potem posadili v gredo. V gredico smo dali še sadiko paradižnika, bučke, solatne kumare ter blitvo. Vsak dan na igrišču opazujemo, kako raste naša zelenjava in se že veselimo prvih plodov.

**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)