

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 Idrija
Kraj: Idrija
Enota vrtca: Črni vrh nad Idrijo
Naslov enote: Črni Vrh 95/a
Skupina: Konjički
Starost otrok: Od 4- 7 let

Izvajalki:

- vzgojiteljica: **Ksenija Godina**

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

Zaporedna številka: 34

Če DA vpišite številko potrdila

- pomočnica vzgojiteljice: **Anka Sedej**

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

Če DA vpišite številko potrdila

Zaporedna številka: 22. 11. 2018 POP/15

Zap. št. naloge: **1**

Vsebina: Zdrava prehrana

Metoda dela: **Praktično delo Pogovor Predavanje / razlaga**

Zunanji izvajalci: Starši, stari starši, otroci

Čas trajanja: **2 uri** Vpišite število

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

Uporabljeno gradivo in didaktični material: Kuharska knjiga

Uporabljene informacije z naših izobraževanj? da

Tradicionalna priprava in kuhanje zelenjavne mineštre.

Že tretje leto v jesenskem času skupaj z otroci sami pripravimo zelenjavno mineštro. Otroci in starši prinesejo različne vrste zelenjave in pridelkov, ki jih potem spoznamo, poimenujemo in se skupaj odločimo, kaj bomo pripravili. Naš enota vrtca je na podeželju, zato imamo res obilno in bogato okolje z domačimi pridelki. Otroci pomagajo pri rezanju in sami pripravi, mineštro nam nato skuhamo prijazne kuharice. S prinašanjem vrtnin so vključeni otroci, starši in stari starši, kar je pozitivno za medsebojno sodelovanje.

Zap. št. naloge: **2**

Vsebina: Medgeneracijsko sodelovanje

Metoda dela: **Praktično delo** **Pogovor** **Predavanje / razlaga**

Zunanji izvajalci: Stara mama

Čas trajanja: **1.30** Vpišite število

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

Uporabljeno gradivo in didaktični material: Recept stare mame in vsi pripomočki za peko.

Uporabljene informacije z naših izobraževanj? da

Peka malih štručk

Ker otroci zelo radi poslušajo zgodbe, so se prav navezali na zgodbo o Štručki, zato smo na pobudo deklice, ki je pohvalila svojo staro mamo, kako zna speči res dober kruh, to tudi speljali. V skupino je prišla stara mama, ki nam je razložila celoten postopek priprave, pokazala pripomočke in vključila v delo tudi otroke. Otroci so sami mesili, oblikovali malo štručko, jo namazali in posuli s semeni, spekli in odnesli domov. Stara mama se je v vmesnem čakanju igrala po kotičkih s svojo vnukinjo.

Zap. št. naloge: **3**

Vsebina: Medgeneracijsko sodelovanje

Metoda dela: **Pogovor** **Demonstracija** izberite iz šifranta

Zunanji izvajalci: Dedek

Čas trajanja: **1 uro.** Vpišite število

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

Uporabljeno gradivo in didaktični material: Leseni pripomočki za oblikovanje lesa.

Uporabljene informacije z naših izobraževanj? da

Kako so včasih naredili škaf.

V vrtcu izvajamo več projektov in letos se lepo vpeljujeta Projekt zdravje v vrtcu in Turizem v vrtcu. V naši skupini smo iskali predmete, ki so se uporabljali nekoč, so bili leseni in značilni za naš bližnjo okolico. Spoznali smo dedka, ki še zna in še zmeraj obuja staro obrt- izdelavo lesenih škafov. Dedek, njegov sin in vnuk so vse naprave pripeljali v vrtec in nam pokazali, ter razložili potek in pripravo za končno izvedo- škaf. Dedi je zelo ponosno pripovedoval in vključil svojega vnuka, ki mu tudi sicer veliko pomaga. Delo pri izdelavi škafa je zahtevno in ga znaš opravljati z veliko izkušnjami. Otroci so bili veseli, saj so tudi sami poprijeli za delo, ko jim je dedi dovoli. Družile so se tri generacije in to je smisel sodelovanja. Otroci so spoznali pomen starih običajev in uživali v družbi starejših.

Zap. št. naloge: **4**

Vsebina: Obujanje starih običajev- obrti.

Metoda dela: Pogovor Demonstracija Praktično delo

Zunanji izvajalci: Občan

Čas trajanja: 2 ure Vpišite število

Ciljna skupina: otroci drugo izberite iz šifranta

Uporabljeno gradivo in didaktični material: Lesene leskove palice.

Uporabljene informacije z naših izobraževanj? ne

Pletenje košar.

Ta naša aktivnost je bila spet v povezavi z medgeneracijskim druženjem, saj smo povabili v skupino gospoda, ki še zmeraj plete košare iz leskovih vej, ki jih prej pripravi in obdela. Gospod nam je pokazal svoje spretnosti, ter otrokom dal možnost, da še sami naredijo malo košaro brez ročaja. Gospod se je pri nas počutil sprejetega in je brez težav delal svoje delo, otroci so ga spremljali, se vmes malo poigrali po kotičkih, pa spet prišli pogledat, kako poteka pletenje. Tukaj se je opazilo, da imajo starejši ljudje določena znanja, ki jih lahko prenašajo na mlade, ki s tem pridobijo nova znanja in si tako širijo obzorja.

Zap. št. naloge: **5**

Vsebina: Gibanje

Metoda dela: Pogovor Demonstracija Predavanje / razlaga

Zunanji izvajalci: Niso bili potrebni

Čas trajanja: 5 dni Vpišite število

Ciljna skupina: otroci izberite iz šifranta izberite iz šifranta

Uporabljeno gradivo in didaktični material: gradivo na računalniku, padalo, kolebnice, palice, klopi, blazine, vrv, skrinje.

Uporabljene informacije z naših izobraževanj? da

Gibalno- športni teden

V tednu, ko je bil svetovni dan gibanja- 10. Maj, smo pri nas v skupini imeli cel teden športno gibalne vsebine. V ponedeljek smo telovadili s padalom, v torek smo odšli na pohod in obisk na domu, v sredo smo pripravili min kros za knjižico Mali sonček, v četrtek smo postavili poligon v telovadnici, kamor smo povabili še sosednjo skupino. V petek pa je bil dan namenjen kolesarjenju in rolanju, spet za nalepke v knjižici Mali sonček. Otroci so gibalne zelo spretni, presenetili so me pri mini krosu, saj so progo brez težav pretekli. Pri kolesarjenju so spretnost pokazali pri premagovanju ovir. Deklice so pri rolanju še posebej spretni in urne.

Zap. št. naloge: **6**

Vsebina: Osebna higiena

Metoda dela: Uporaba avdiovizualnih sredstev Pogovor Predavanje / razlaga

Zunanji izvajalci: zobna asistentka

Čas trajanja: 1 krat mesečno Vpišite število

Ciljna skupina: otroci izberite iz šifranta izberite iz šifranta

Uporabljeno gradivo in didaktični material: Uporaba računalnika, gradivo, ki ga je prinesla
zobna asistentka

Uporabljene informacije z naših izobraževanj? da

Preventiva pri skrbi za zobe

Ker se mi zdi pomembno skrbeti za preventivo pri otrocih, sem sprejela pobuda za umivanje zob, čeprav je bila skupina otrok starostno mešana. S pomočjo zobne asistentke, ki je otrokom pokazala pravilen postopek pri umivanju zob, so se otroci naučili in res dobro poskrbeli za čiščenje le- teh. Otroci so si radi umivali zobe, radi so prisluhnili zgodbicam, ki jim jih je pripovedovala asistentka. Z veseljem so sodelovali pri pripravi plakata o umivanju zob. Pogledali smo si tudi posnetek na spletu, o pravilnem umivanju zob in rok. Seveda so k temu pripomogli tudi starši s plačilom zobne ščetke in zobne paste. Zobna asistentka jim je vsakič razdelila različne pobarvanke, ki so jih otroci tudi pobarvali. Ker nekaterim otrokom že izpadajo mlečni zobki, so bili veseli škatlice, kamor bodo shranili svoje zobke. Mogoče jih pride iskat zobna miška.

Zap. št. naloge: **7**

Vsebina: Medgeneracijsko sodelovanje- stare obrti

Metoda dela: Predavanje / razlaga Ogled / obisk Demonstracija

Zunanji izvajalci: Dedek

Čas trajanja: 1 uro Vpišite število

Ciljna skupina: otroci izberite iz šifranta izberite iz šifranta

Uporabljeno gradivo in didaktični material: Nismo potrebovali

Uporabljene informacije z naših izobraževanj? da

Dedek nas je povabil na dom

Na povabilo dedka smo se seveda odzvali in odšli peš na obisk. Ker smo sodelovali pri projektu Turizem in vrtec, smo združili več aktivnosti. Dedek nam je pokazal, kako s pomočjo stroje naredi male in res lepe posodice. Razložil nam je postopek, pokazal različen les, orodja, nože. Otroci so lahko sami preizkusili svoje spretnosti, seveda ob pomoči dedka. Čakala nas je prava pogostitev, za darilo, je vsak otrok dobil mali lesen lonček, ki ga je odnesel domov. Dedek je bil vesel in ponosen, saj je lahko pokazal svoje znanje in spretnosti, pa še druženje več generacij je bilo pomembno.

Zap. št. naloge: **8**

Vsebina: izberite iz šifranta

Metoda dela: izberite iz šifranta izberite iz šifranta izberite iz šifranta

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

Čas trajanja: izberite iz šifranta Vpišite število

Ciljna skupina: izberite iz šifranta izberite iz šifranta izberite iz šifranta

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: izberite iz šifranta izberite iz šifranta izberite iz šifranta

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

Čas trajanja: izberite iz šifranta Vpišite število

Ciljna skupina: izberite iz šifranta izberite iz šifranta izberite iz šifranta

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: izberite iz šifranta izberite iz šifranta izberite iz šifranta

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

Čas trajanja: izberite iz šifranta Vpišite število

Ciljna skupina: izberite iz šifranta izberite iz šifranta izberite iz šifranta

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).