



PROGRAM ZDRAVJE V VRTCU

POROČILO O IZVEDENIH AKTIVNOSTIH

ZA KREPITEV ZDRAVJA V ŠOLSLEM LETU 2018/19

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
Naslov enote: Črni Vrh 95/a 5274 Črni Vrh
Skupina: Medvedki
Starost otrok: 2 – 4

Izvajalki:

- vzgojiteljica: Irena Janja Rozman**

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 **22.11.2018POP/33**
- pomočnica vzgojiteljice: Patricija Gostiša**

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
21.3.2019POP/35

Zap. št. naloge: **1**

Vsebina: Svetovni dnevi povezani z zdravjem

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

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

Čas trajanja: **dni (št) 3**

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

Uporabljeno gradivo in didaktični material: narava in naravni materiali

Uporabljene informacije z naših izobraževanj? ne

Poligon v naravi ter pohod ob svetovnem dnevu gibanja

Ob svetovnem dnevu gibanja smo se odločili, da otrokom pripravimo poligon v naravi. Združili smo se s skupino Metuljčki. Metuljčki so skupina otrok starih od 4-5 let. Obiskali smo njihov kotiček v naravi, ki smo si ga prvi dan dobro ogledali, posebno vzgojiteljice, da smo se pripravile za naslednji dan, ko smo v tem kotičku pripravile poligon v naravi. Naslednji dan smo se zopet odpravili v kotiček v naravi ter z vzgojiteljicami pripravile pot poligona ter demonstrirale potek poligona. Za pripravo ni bilo potrebno dosti, saj je narava poskrbela za težavnost poligona. Poligon v naravi je vseboval: hoja po koreninah, hoja čez leseno desko, skakanje iz štora, vijuganje med drevesi, plezanje čez suho strugo, metanje storžev v "tarčo" na drevesu. Poligon so uspešno premagali vsi otroci, tudi tisti mlajši, ki so na začetku bili nekoliko zadržani. Ta kotiček v naravi je v bližini vrtca, kar pa ne velja za kotiček »traktor«, ki smo se ga odpravili pogledat naslednji dan, ravno tako s skupino Metuljčki. Hodili smo približno petinštirideset minut in končno prispeli do jase, kjer je polno štorov, kjer se otroci igrajo, da vozijo traktorje, jih popravljajo ... na žalost smo morali kotiček kaj kmalu zapustiti, saj nas je čakala še kar dolga pot nazaj do vrtca.

Zap. št. naloge: **2**

Vsebina: medgeneracijsko druženje

Metoda dela: **Ogled / obisk Pogovor Demonstracija**

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

Čas trajanja: **dni (št) 3**

Ciljna skupina: otroci drugo izberite iz šifranta

Uporabljeno gradivo in didaktični material: navedite

Uporabljene informacije z naših izobraževanj? da

Medgeneracijsko druženje

K sodelovanju sva povabili stare starše otrok iz skupine. V skupini nas je obiskal Gabrijelov nono Bogdan in skupaj smo preživeli dan. Za začetek smo se igrali socialno igro, Čigav je copat. Nato pa smo se odpravili na sprehod do žičnice, kamor smo se odpravili pogledat, ali so žabe že odložile mrest. Na žalost mresta ni bilo več, saj je bilo premalo vode, zato pa nam je gospod Bogdan polepšal dan, ko nam je pokazal, kako trobijo trobentice. Skupaj smo odšli še na igrišče, kjer se je nono igral z nami v peskovniku. Za konec nam je pri počitku nono Bogdan prebral zgodbo Jakec lovi noč. Dogovorili smo se, da nas v skupini še obišče. Kot je bilo dogovorjeno, nas je Gabrijelov nono obiskal še enkrat. Tokrat nam je predstavil poklic cestarja. Pokazal nam je oblačila, znake, luči in druge pripomočke. Povedal nam je, kaj vse je delo cestarjev. Nato smo odšli na igrišče, kjer smo postavili pravi prometni znak. Gabrijelov nono nam je pri počitku prebral zgodbo o cestarjih, ki jo je napisal sam. Obiskal nas bo tudi v juniju in nam predstavil svoj motor. Za popestritev enega od naših dopoldnevov, pa je poskrbel tudi Matičev star ata, ki nas je povabil na obisk, k njemu domov, na ogled mladih račk. Ker stanujejo blizu, smo se takoj, ko se je prikazalo sonce, odpravili na ogled. Matičev ata pa nima samo račk, videli in božali smo tudi zajčke, hranili konja, ter opazovali kokoši. Preživeli smo zares lep dan v sožitju tako z naravo in živalmi kot v dobri družbi. Dogovorili smo se za še en obisk v prihodnjih tednih, ko se bodo skotili mali zajčki.

- Zap. št. naloge:** **3**
- Vsebina:** Osebna higiena
- Metoda dela:** **Ogled / obisk** **Demonstracija** izberite iz šifranta
- Zunanji izvajalci:** medicinska sestra in zobna asistentka
- Čas trajanja:** ure (št) **4**
- Ciljna skupina:** **otroci** izberite iz šifranta izberite iz šifranta
- Uporabljeno gradivo in didaktični material:** lutka Pik ter ilustracije, videoposnetek Čiste roke za zdrave otroke
- Uporabljene informacije z naših izobraževanj?** izberite da ali ne

Umivanje rok

Tudi nas je obiskala medicinska sestra ga. Urške Peljhan iz centra za krepitev zdravja, ki nam je ob ilustracijah povedala, zakaj in kdaj je roke treba umivati; pravilno umivanje rok preko zgodbe o traktorju. Otroke je nato povabila v umivalnico, kjer jim je v manjših skupinah, po tri otroke, demonstrirala umivanje rok preko zgodbe o traktorju. Z otroki smo si zgodbo o umivanju rok, pogledali še enkrat, in sicer na računalniku. Otroci so si hitro zapomnili zgodbo, ter jo še večkrat ponavljali, tako sami, kot ob spodbudi vzgojiteljic. Obiskala pa nas je tudi zobna asistentka. Združili smo se s skupino Miške. Zobna asistentka je povedala, zakaj je treba skrbeti za zobe in kako skrbimo zanje, praktično je prikazala umivanje zob na lutki, konjičku Piku. Nekateri otroci so se spomnili lutke Pika, že iz prejšnjega leta. Hiteli pa so pripovedovati o tem, kako si jih umivajo doma.

Zap. št. naloge: **4**

Vsebina: dramatizacija v naravi in sodelovanje s starši

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

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

Čas trajanja: **tedni (št) 4**

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

Uporabljeno gradivo in didaktični material: lutke, zgodbe Mali medo, Palčič, Pod medvedovim dežnikom, Trije metulji

Uporabljene informacije z naših izobraževanj? ne

Dramatizacije zgodb v naravi.

Ker so otroci pokazali zelo veliko zanimanje za zgodbo Pod medvedovim dežnikom od Svetlane Makarovič in so si jo dobro zapomnili, sva se z vzgojiteljico odločili, da bomo imeli po tej knjigi dramatizacijo, za lutke pa bodo poskrbeli starši. Tako sva na drugem roditeljskem sestanku staršem dali nalogo, da naredimo presenečenje za otroke, tako da, oni izdelajo lutke po knjigi Pod medvedovim dežnikom. Staršem sva tako še bolj približali vrtec ter svoje delo v skupini. Za vsako lutko (medved, lisica, veverica, zajec, miška, srna), smo skupaj poiskali še nalogo. Naloge so bile porazdeljen iz različnih kurikularnih področij . Ko bodo otroci opravili nalogo, bodo prejeli lutko. Naslednji dan smo se odpravili na sprehod do kotička v naravi "Volk". Otrokom sva povedali, da so njihovi starši za njih naredili presenečenje, ki nas čaka v kotičku. Otroci so najprej morali poiskati plastična jajca, v katerih so bile napisane naloge. Ko so našli prvo jajce, so bili zelo navdušeni in takoj opravili nalogo, ko pa so za opravljeno nalogo prejeli še lutko so bili presrečni, takoj so se pognali v iskanje naslednjega jajca. Otrokom je zelo veliko pomenilo, da so starši naredili zanje presenečenje. Še kar nekaj časa po presenečenju, smo nosili s seboj v gozd lutke, da so se otroci igrali z njimi. Po koncu dejavnosti smo pripravili razstavo s fotografijami z opisi dejavnosti in razstavo lutk. V naravi smo v letošnjem letu pripravili še tri dramatizaciji in sicer Palčič, Mali medo in Trije metulji.

- Zap. št. naloge:** 5
- Vsebina:** Zdrav način življenja
- Metoda dela:** Uporaba avdiovizualnih sredstev Praktično delo Pogovor
- Zunanji izvajalci:** navedite kdo (npr. policist, medicinska sestra)
- Čas trajanja:** tedni (št) 5
- Ciljna skupina:** otroci izberite iz šifranta izberite iz šifranta
- Uporabljeno gradivo in didaktični material:** računalnik, lutke dojenčkov, oblačila za dojenčke, pleničke, pripomočki za higieno dojenčkov, lutkovni film Dobili bomo dojenčka
- Uporabljene informacije z naših izobraževanj?** ne

Skrb za dojenčke

V skupini imava kar precej otrok, ki so v zadnjem času postali starejši bratci in sestrice. Tudi najina heterogena skupina je spodbudila malo, da si ogledamo lutkovno izobraževalni film, Dobili bomo dojenčka. Že čez leto je vmes prišel kakšen pogovor o dojenčkih, posebno v tistem času, ko je kakšen od otrok dobil dojenčka v družino. Otroci so se čez celo leto tudi igrali z dojenčki, jih kopali, previjali, jih hranili, se igrali z njimi, jih vozili na sprehode, ... Na začetku leta se je precej dobro opazilo, da se v skupinsko igro vključujejo predvsem starejši otroci, proti koncu šolskega leta pa so v igro vključeni že vsi otroci. Zelo lepo je videti, kako so tudi preko igre, zgradili sočutje drug do drugega, ne delajo razlik med seboj – če naredijo iz stolov vlak in potujejo, so na vlaku vsi otroci iz skupine, seveda če to želijo. Film smo si ogledali nekega deževnega dne, v naši spodnji pedagoški sobi. Otroci so ga nekaj časa gledali z zanimanjem, vmes pa jim je motivacija malce padla, motivirali sva jih s tem, da bo kmalu prišel dojenček, ki so ga vsi nestrpno čakali. Presenečeni sva bili, kako dobro so otroci sledili poteku dogajanja v lutkovnem filmu, saj je namenjen nekoliko starejšim otrokom. Po končanem ogledu smo se vrnili v igralnico, kjer so se otroci igrali v kotičku za dom in družino. V tednu okrog dneva družine so otroci v skupino nosili fotografije njihovih družin, prinašali so tudi svoje fotografije, ko so bili sami dojenčki, ki so otroke še dodatno spodbudile k pogovoru in radovednosti.

Zap. št. naloge:	6
Vsebina:	Duševno zdravje
Metoda dela:	Praktično delo Pogovor Ogled / obisk
Zunanji izvajalci:	navedite kdo (npr. policist, medicinska sestra)
Čas trajanja:	ure (št) 4
Ciljna skupina:	otroci občani starši
Uporabljeno gradivo in didaktični material:	navedite
Uporabljene informacije z naših izobraževanj?	da

Medgeneracijsko druženje

December je za nekatere najlepši mesec v letu. Tudi zato, ker več časa preživimo z družino in prijatelji, ter poskrbimo, da se imamo lepo. Tudi v našem vrtcu ni bilo nič drugače. Mesec smo začeli z okraševanjem ter z obiskom Vitadoma, sodelovale smo vse štiri skupine. V prazničnem decembru smo se odločili, da bomo vse skupine iz naše enote obiskale dom za starejše občane - Vitadom v Črnem Vrhu. Obiskali smo jih dvakrat. Posebno medgeneracijsko druženje smo pripravili, ko smo se ob mraku z otroki in s starši odpravili proti domu starejših občanov. Seboj smo nosili lučke, ki so nam razsvetljevale pot. Lučke so otroci naredili doma s starši, prav tako pa je vsak izdelal okrasko za na smrečico. Ko smo prispeli v dom, smo ob petju pesmic okrasili njihovo novoletno smrečico. S tem smo razveselili varovance doma in skupaj preživeli lepo popoldne. Drugič smo se v dom odpravili v dopoldanskem času, samo z otroki iz svoje enote. Prepevali smo zimske pesmice in se družili z oskrbovanci. Lepo je bilo videti, kako hitro so se otroci in varovanci doma med seboj povezali.

Zap. št. naloge: **7**

Vsebina: Zdrav način življenja

Metoda dela: **Praktično delo Ogled / obisk** izberite iz šifranta

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

Čas trajanja: dni (št) **13**

Ciljna skupina: otroci starši izberite iz šifranta

Uporabljeno gradivo in didaktični material: naravni materiali

Uporabljene informacije z naših izobraževanj? ne

Praznovanje rojstnih dni

Glede na našo prvotno temo vrtca – kotički v naravi, sva se odločili, da bomo rojstne dneve praznovali v naravi, prav tako bomo torto naredili z naravnimi materiali, ki jih bomo imeli na razpolago, glede na letni čas. Zraven pa sva povabili tudi starše, stare starše, ... Praznovanje smo po navadi začeli okrog devete ure. Ko so prišli starši, smo se skupaj odpravili na sprehod. Otroci so sami poiskali, iz česa bodo naredili slavljenju torto. V jesenskem času so bile aktualne krtine, ki so jih okrasili s kamenčki, rožicami, v zimskem času so torto sestavljali iz snega, vejic, torto so naredili tudi na štoru ter nanj položili storže, ... Idej jim ni zmanjkalo. Ko so otroci sestavili torto, smo stopili v krog ter zapeli pesmico Rojstni dan. Nato pa si je otrok izbral še toliko pesmic, kolikor je bil star. Sledila je prosta igra ali pa vodena dejavnost. Včasih smo nadaljevali sprehod, odšli na igrišče ali pa se igrali v luži. Če se je zgodilo, da kateri od staršev ni mogel priti na praznovanje, smo ga izvedli sami, če pa nam je ponagajalo vreme in nismo mogli oditi na sprehod, smo praznovanje imeli v igralnici, kjer smo naredili torto iz naravnih materialov, ki smo jih nabrali v gozdu (kamni, storži, koščki lesa, lesene palčke).

Zap. št. naloge: **8**

Vsebina: Zdrav način življenja

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

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

Čas trajanja: **meseci (št) 10**

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

Uporabljeno gradivo in didaktični material: narava

Uporabljene informacije z naših izobraževanj? ne

Igra v kotičkih v naravi.

Tudi v letošnjem letu je bila prioriteta našega vrtca »Kotički v naravi«. Že v septembru nam je lepo vreme omogočalo, da smo res veliko časa preživel v naravi, jo raziskovali, se v njej gibali in tja prenesli dejavnosti iz vseh kurikularnih področij. Glede na želje otrok in vremenske razmere smo si poiskali več kotičkov, v katerih je bil naš vodilni cilj razvijanje proste igre v naravi. Najraje smo obiskovali naš kotiček, ki so ga otroci poimenovali »Volk«, velikokrat pa smo obiskali tudi kotiček skupine Metuljčki (»Palica«) in se tam družili in igrali z otroki iz te skupine. Otroci so pri gibanju v naravi postajali vse spretnejši, med njimi so se krepile socialne vezi, razvijala se jim je domišljija, v pristnem okolju so spoznavali živo in neživo naravo. Opazili sva, da so otroci redkeje zboleli, pri bivanju v naravi je med otroki prihajalo do manj konfliktov, komunikacija v skupini je bila boljša, otroci so postali samozavestnejši in bolj suvereni, bivanje v naravi je spodbudilo tudi sodelovanje med skupinami. V naravi smo čas preživljali v vseh vremenskih razmerah, največkrat smo se tja odpravili takoj po zajtrku in tam ostali do kosila. Tudi za naju je bila to zanimiva in lepa izkušnja, ugotovili sva da res lahko praktično vse dejavnosti prenesemo in izvedemo v naravi.

Zap. št. naloge: 9

Vsebina: Zdrava prehrana

Metoda dela: Ogled / obisk Predavanje / razlaga Demonstracija

Zunanji izvajalci: Čebelar

Čas trajanja: ure (št) 10

Ciljna skupina: otroci starši osebje vrtca

Uporabljeno gradivo in didaktični material: čebelarjevi pripomočki, film Kranjska sivka, knjige in revije, tradicionalni slovenski zajtrk

Uporabljene informacije z naših izobraževanj? ne

Čebele in med

Že v jeseni smo se pred v tednu pred tradicionalnim slovenskim zajtrkom pogovarjali o čebelah, si ogledali dokumentarni film Kranjska sivka, čebele narisali, plesali, prepevali pesmi o čebelah, se igrali prstno igro Panj, izdelali plakat, se odpravili na pohod do čebelnjaka. Na dan tradicionalnega slovenskega zajtrka nas je obiskal čebelar, nam pokazal pripomočke čebelarjev, ki jih potrebujejo pri opravljanju svojega dela, skupaj pa smo zapeli tudi pesem Čebelar. Otroci so pokazali veliko zanimanje za čebele in čebelarjevo delo, zato smo gospoda čebelarja prosili, če ga lahko obiščemo ob svetovnem dnevu družine. V spomladanskem času smo se tako vse skupine in starši odpravili na pohod do njegovega čebelnjaka. Čebelar nam je povedal nekaj o njegovem delu, pokazal nam je notranjost čebelnjaka, nam predstavil apiterapijo, posladkali pa smo se tudi z domačimi dobrotami pripravljenimi iz medu. Na žalost pa nam ni mogel pokazati točenja medu, saj zaradi slabega vremena čebele do tega dneva praktično niso zapuščale čebelnjaka.

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).