

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 Nova Gorica
Kraj: Kidričeva 34c, 5000 Nova Gorica
Enota vrtca: ČRIČEK
Naslov enote: Vinka Vodopivca 23, 5000 Nova Gorica
Skupina: Skupina Zajčki
Starost otrok: 3-4 let

Izvajalki:

- vzgojiteljica:

Nina 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

da

21.3.2019, 100

14.11.2018 POP/108

- pomočnica vzgojiteljice: **Irena Bojović**

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

ne

Če DA vpišite številko potrdila

Če DA vpišite številko potrdila

Zap. št. naloge: **1**

Vsebina: Osebna higiena

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

Zunanji izvajalci: Diplomirana medicinska sestra

Čas trajanja: **meseci (št) 8**

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

Uporabljeno gradivo in didaktični material: torba s pripomočki za osebno higieno, lutka, plakati

Uporabljene informacije z naših izobraževanj? da

SKRB ZA OSEBNO HIGIENO IN UMIVANJE ROK

Z otroki smo se skozi vse leto pogovarjali o zdravju in skrbi zanj. Na obisk v našo skupino smo povabili medicinsko sestro iz bližnjega Zdravstvenega doma. Najprej smo se pogovarjali o tem, kaj vse počnemo zjutraj, ko vstanemo in kaj zvečer, preden gremo v posteljo. Ogledali smo si posebno torbo, v kateri so se skrivali različni pripomočki za osebno higieno. Ob posameznem pripomočku smo razmišljali, za kaj ga uporabljamo. Sledila je gibalna minutka za njo pa igra pri kateri nas je medicinska sestra spodbudila, da smo demonstrirali, kako si umivamo zobe, kako se tuširamo. Ob zelo zanimivi zgodbi nam je pokazala, kam vse grede bacili, ki prihajajo na naše roke in kako si moramo pravilno umivati roke, da je bacilov čim manj. Medicinska sestra nam je v skupini pustila plakate, ki so nas vsakodnevno spodbujali k pravilnemu umivanju rok in so bili za otroke velika motivacija. Vsak teden je naš Zajec Zlatko(lutka) otroke opazoval in jih spodbujal k pravilnem umivanju rok. Tudi lutka, ki smo jo v naši skupini imeli kot pripomoček za izvedbo ostalih dejavnosti, je na otroke pozitivno delovala.

Zap. št. naloge: **2**

Vsebina: Zdrava prehrana

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

Zunanji izvajalci: /

Čas trajanja: **tedni (št)** **1 teden**

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

Uporabljeno gradivo in didaktični material: piramida zdrave prehrane, sličice sadja in zelenjave

Uporabljene informacije z naših izobraževanj? ne

ZDRAVA PREHRANA

V mesecu novembru smo v sklopu Tradicionalnega slovenskega zajtrka cel teden posvetili Zdravi prehrani. Preko različnih slikic smo se pogovarjali, kaj vse jemo in ob tem opazovali piramido zdrave prehrane. Ugotovili smo, da je za zdravje potrebnega najprej veliko gibanja, potrebno pa je jesti tudi veliko raznovrstne hrane. Tako smo se igrali igro: »Ugani, kaj se skriva v vrečki«, kjer smo morali z okušanjem, tipanjem, vonjanjem vključiti vsa čutila, ki jih imamo. Živila smo razvrščali na ustrezna mesta na piramido od tistih, ki jih moramo jesti občasno, do tistih, ki jih je potrebno jesti vsakodnevno. V dejavnosti smo vključili tudi razvrščanje, kjer smo sadje in zelenjavo npr. razvrščali glede na obliko in barvo in tako zajeli tudi druga področja kurikula za vrtce.

Zap. št. naloge: **3**

Vsebina: Svetovni dnevi povezani z zdravjem

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

Zunanji izvajalci: /

Čas trajanja: izberite iz šifranta **1 ura**

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

Uporabljeno gradivo in didaktični material: sadje, ožemalnik, kozarci

Uporabljene informacije z naših izobraževanj? ne

Priprava sadnega napitka

Ob svetovnem dnevu zdravja smo se z mlajšo skupino otrok v našem vrtcu odpravili v večnamenski prostor, kjer smo najprej pripravili manjši poligon, na katerem so otroci izvajali naravne oblike gibanja (plazenje, lazenje, poskoki). Po končani dejavnosti smo pripravili vse potrebno za sadni napitek iz pomaranč. Vsak od otrok je posamezno na ožemalniku ožel pomarančo in tako smo pripravili naravni pomarančni sok, ki so ga otroci z veseljem popili. Vsekakor smo se pri tem učili tudi pravilnega ločevanja odpadkov, saj smo ugotovili, da pomaranč ne moremo vreči v smeti, kjer je npr. papir ampak v za to namenjen koš. Tla in mize je bilo potrebno ob koncu tudi pobrisati in otroci so v tem postopku, ki smo ga izvedli skupaj z njimi, zelo uživali.

Zap. št. naloge: **4**

Vsebina: Vodilna nit - Medgeneracijsko druženje

Metoda dela: praktično delo izberite iz šifranta izberite iz šifranta izberite iz šifranta

Zunanji izvajalci: /

Čas trajanja: meseci (št)1 Vpišite število

Ciljna skupina: otroci starši izberite iz šifranta izberite iz šifranta

Uporabljeno gradivo in didaktični material: /

Uporabljene informacije z naših izobraževanj? ne

SREČANJE Z BABICAMI IN DEDKI

Ob Tednu otroka smo pripravili srečanje generacij, kjer smo imeli prireditev za babice in dedke. Pripravili smo program, v katerem so otroci nastopili z ljudskimi plesi in petjem. Z otroki smo izvedli prstno igro »Ta pravi pijmo« in ljudski ples »Psiček nima repa več«. Ob prijetnem vzdušju, ki je po končani prireditvi sledilo nas je spremljala tudi harmonika in skupaj s starimi starši smo zapeli in zaplesali ob igranju ljudskih pesmi. Sledilo je druženje na atriju ob čaju in piškotih. Babice in dedki so bili nad našim nastopom zelo navdušeni in veseli povabila na srečanje. Menim, da so take oblike srečanj zelo pozitivne, saj prinašajo tudi starim staršem pomembno vlogo v procesu vzgajanja njihovih vnukov.

Zap. št. naloge: **5**

Vsebina: Zdrav način življenja

Metoda dela: **Ogled / obisk** **Predavanje / razlaga** izberite iz šifranta

Zunanji izvajalci: DRUŠTVO Tačke pomagačke

Čas trajanja: **meseци (št)** **1 x mesečno, čez celo šolsko leto**

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

Uporabljeno gradivo in didaktični material: navedite

Uporabljene informacije z naših izobraževanj? ne

TAČKA GAIA NA OBISKU PRI NAS

V letošnjem letu je enkrat mesečno našo skupino obiskovala Tačka Gaia z vodnico Ano. Prihajata iz Društva Tačke pomagačke, kjer izvajajo terapijo s pomočjo psov. V skupino sta v začetku šolskega leta prihajali najprej na krajše obiske, kjer so se otroci učili pravilnega odnosa in pristopa do živali, spoznavali smo tudi različne pripomočke, ki jih pri svojem delu uporabljata. Po novem letu pa smo v skupini začeli tudi s terapijo, ki je vsebovala dejavnosti z različnih področij kurikula in je pri otrocih spodbujala različne cilje. Tako smo imeli povezavo z matematiko, naravo, družbo, umetnostjo, predvsem pa z gibanjem, saj smo našo psičko Gaio večkrat peljali na sprehod v bližnjo okolico. Pes je bil pri našem delu predvsem velika motivacija, da so otroci z navdušenjem opravljali določene naloge, ki jih sicer ne bi tako. Včasih je bil tudi tolažba za tiste, ki so bili žalostni, nudil pa je tudi gibanje, ko smo ga peljali na sprehode. Vsekakor je bila ta oblika srečanj zelo pozitivno sprejeta tako s strani otrok, kot tudi njihovih staršev. Želimo si, da bi se ta oblika srečanj razvijala še naprej tudi do ostalih skupin otrok v vrtcih.