

PROGRAM ZDRAVJE V VRTCU

POROČILO O IZVEDENIH AKTIVNOSTIH

ZA KREPITEV ZDRAVJA V ŠOLSLEM LETU 2018/19

Navodilo:

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

Naziv vrtca: Vrtec Nova Gorica
Kraj: Kidričeva 34c, 5000 Nova Gorica
Enota vrtca: Mojca
Naslov enote: Trubarjeva 5a, Nova Gorica
Skupina: Polži
Starost otrok: 1-2

Izvajalki:

- vzgojiteljica: **Polonca Cijan**

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

14.11.2018POP/18

- pomočnica vzgojiteljice: **Petra Čelešnik**

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

15 (21. 3. 2019)

Če DA vpišite številko potrdila

Zap. št. naloge: **1**

Vsebina: Vodilna nit - Medgeneracijsko sodelovanje

Metoda dela: **Ogled / obisk Pogovor** izberite iz šifranta

Zunanji izvajalci: skupine otrok iz sosednjih enot Vrtca Nova Gorica in starejši otroci naše enote

Čas trajanja: izberite iz šifranta **celo leto**

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

Uporabljeno gradivo in didaktični material: da

Uporabljene informacije z naših izobraževanj? da

Sodelovanje z otroki iz starejših skupin in drugih enot

Glede na starost otrok in dejstvo, da so prvič stopili v stik z institucionalno vzgojo in posledično začeli vzpostavljati prve zavestne socialne odnose, sva se odločili interni projekt medgeneracijsko sodelovanje razširiti na sodelovanje s starejšimi otroki in z obiski in nastopi otrok sosednjih enot. Skozi celo leto – enkrat mesečno ali ob posebnih priložnostih – smo se dobivali v avli enote, kjer smo skupno pripravili prostor (gledališče, koncert ...). Povabljeni so nam dopoldneve popestrili s pesmicami, glasbenimi dramatizacijami, rajalnimi igrami ... V začetku šolskega leta sva si zaradi boljšega počutja otrok pomagali z »avtobusi«, kasneje pa se posedli na blazine. Naši otroci so že od začetka programu z zanimanjem sledili in bili zgolj opazovalci. V drugi polovici šolskega leta pa sva opazili velik napredek, saj se je večina spontano pridružila dogajanju (skupno rajanje, petje, ples). Tekom celega leta smo izvajali druženje z otroki drugih skupin in drugih enot tudi na igrišču. Ob vsem tem sva spodbujali navezovanje prijateljskih stikov med otroki in stike otrok do drugih strokovnih delavcev, kar je prispevalo k lažjim prehodom ob združevanju skupin (praznični mostovi, počitniška združevanja ...). Skozi celo leto sva dajali poudarek učenju socialnih veščin: strpnost in prijaznost do drugih otrok, nudenje pomoči prijatelju in učenju vrline »poišči pomoč, če nekaj ne znaš ali ne zmoreš« ter razumevanje socialne konvencije (kdo je na vrsti, kako delimo, ter pridobivanje organizacijskih sposobnostih za samostojno organizacijo igre). Večina otrok je te veščine osvojila.

Zap. št. naloge: **2**

Vsebina: Medgeneracijsko sodelovanje

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

Zunanji izvajalci: magistra razrednega pouka Eva Trošt

Čas trajanja: **meseci (št) 1,5**

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

Uporabljeno gradivo in didaktični material: ne

Uporabljene informacije z naših izobraževanj? da

Projekt Rokavička – obisk gostje s kuncem

V sklopu projekta Rokavička, skozi katerega smo spoznavali prirejeno literarno vsebino zgodbe, like – živali, sva ob zaključku povabili gostjo – lastnico kunca. Prostor smo predhodno primerno pripravili in otrokom napovedali presenečenje. Skupaj z lastnico smo prinesli veliko škatlo, »čarali« in odprli pokrov. Otroci so obkrožili škatlo in presenečeno ugotovili, kaj je v njej. Vsi, brez izjeme, so navdušeno vzklikali, nekateri so brez zadržkov takoj z roko posegli po kuncu. Šele ko se je premaknil in dvignil na zadnje tace (bil je večji od njih), so za korak odstopili. Lastnica, magistra razrednega pouka, nam ga je s primernim pedagoškim pristopom predstavila, povedala, kako je zanj treba skrbeti in ga negovati. Pokazala nam je, kje in na kakšen način se lahko kunca dotikamo. Najprej smo dotik poskusili na lastnem telesu ob že znani deklamaciji »Boža, boža ...« in šele nato je vsak posameznik pod našim nadzorom pobožal kunca, nekateri pogumneži pa so ga tudi popestovali. Spustili smo ga v z blazinami ograjen prostor in opazovali njegovo gibanje. Zapeli smo mu pesmico in z lastnim telesom in gibanjem poskušali oponašati njegove premike. Kot nagrado smo mu zaplesali ob deklamaciji »Medved stopa« in z dovoljenjem lastnice ponudili star kruh. Pri tem smo opazovali ovohavanje in hranjenje. Imeli smo možnost dodobra preučiti lastnosti kunca (brke, noge, rep, smrček, ušesa ...). Ob posebnem obisku smo na ogled povabili tudi otroke iz sosednjih skupin, pri tem pa so bili otroci iz naše skupine zelo zaščitniški do kunca in so obiskovalce učili, kako se ga lahko boža.

Zap. št. naloge: **3**

Vsebina: Drugo (vpiši kaj): Medgeneracijsko sodelovanje

Metoda dela: **Demonstracija Ogled / obisk Predavanje / razlaga**

Zunanji izvajalci: upokojeni kuhar Alojz Mljač

Čas trajanja: **tedni (št) 3**

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

Uporabljeno gradivo in didaktični material: ne

Uporabljene informacije z naših izobraževanj? da

Projekt pust – obisk kuharja in priprava mišk

V sklopu projekta priprave na pust sva kot tradicionalni kulinarični običaj vključili pripravo pustnih mišk. V ta namen sva povabili upokojenega kuharja Alojza Mljača. Otroke sva s pogovorom pripravili na obisk in ob tem prebirali recepte iz otroške kuharske knjige. Iz knjige smo izvedeli, katere kuharske pripomočke in sestavine potrebujemo za izdelavo pustnih mišk. V dogovoru s kuharico enote smo vse potrebno pripravili na mizo v igralnici. Posedli smo okoli mize in utrjevali bibarijo »Biba torto meša...«. Ob vstopu kuharja smo začeli s pripravo mase. Vsako sestavino posebej smo potipali, okušali, povonjali ... Kuhar nam je natančno razložil, kaj počne, kaj sledi in otroci so ga z izjemnim zanimanjem poslušali in opazovali. Kljub temu da ročnega mešalnika niso poznali (poznajo multipraktik), se zvoka niso ustrašili. Starejši otroci so določene sestavine poimenovali in sodelovali pri sipanju sestavin v skledo. Zaradi varnosti otrok smo cvrtje mišk opazovali z varne razdalje – za ograjo atrija. Poleg opazovanja cvrtja je bil zelo pomemben element vonj, ki je privabil tudi otroke in vzgojiteljice iz sosednjih skupin. Vsi smo bili deležni dobrih mišk, ki smo jih z užitkom (še z večjim, ker smo pri pripravi sodelovali) pojedli. Čeprav je gost s cvrtjem končal, se nam je pridružil tudi pri dnevni rutini (obuvanje, oblačenje) in pri igri na igrišču. Dopoldan smo zaključili v prijetnem vzdušju in dobrote tega dneva odnesli v pokušino tudi staršem.

Zap. št. naloge: **4**

Vsebina: Zdrava prehrana

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

Zunanji izvajalci: ne

Čas trajanja: izberite iz šifranta **celo leto**

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

Uporabljeno gradivo in didaktični material: ne

Uporabljene informacije z naših izobraževanj? da

Spoznajmo vrtčevsko hrano

Skozi celo leto so potekali pogovori o pomenu zdrave hrane - sadja in zelenjave. Preko vsakodnevnega lastnega zgleda in različnih literarnih vsebin sva otrokom približali dano tematiko. Poleg kuhane hrane so otroci postopno spoznavali sadje in zelenjavo (spoznavanje posameznega sadja in zelenjave, poimenovanje, opisovanje, spoznavanje koristnosti za zdravje). Slovenski tradicionalni zajtrk sva spremenili v tedensko dejavnost, kjer smo preko prirejene pesmice »Ringa ringa raja, čebelica prihaja ...«, sprehoda do čebelnjaka, opazovanja in pogovora ter pokušine medu spoznavali pomen zdrave prehrane. Otroci so aktivno sodelovali pri ogledu dramatizacije Medvedek je bolan in ugotovili koristnost medu. Slavnostni zajtrk je potekal ob obisku »čebele« in pogostitvi povabljenih gostov (predstavniki staršev, tehničnega osebja) s poudarkom na zdravem zajtrku z lokalno pridelano hrano. Na to se je navezala priprava pečenih jabolčk ter skupna pokušina. Sadje sva otrokom v začetku leta približali s pripravo raznovrstnih sadnih kaš, ki sva jih pripravili neposredno v skupini (lupljenje, rezanje, miksanje). Vse te dejavnosti so otroke izjemno motivirale, da so pripravljene sadne dobrote tudi pojedli. V sklopu novoletnih praznikov smo pekli piškote ter pogostili prijatelje. Vseskozi smo jih spodbujali k samostojnemu in »čistemu« hranjenju (uporaba žlic, skodelic, čistoča mize in obleke). Navajali sva jih na uporabo vljudnostnih izrazov. Pozorni sva bili na spoštljiv odnos do hrane (hrana ni igrača) ter razvijanju občutka potrebe po hrani in pijači (»kar vzamem, to pojem«).

Zap. št. naloge:	5
Vsebina:	"Varno s soncem"
Metoda dela:	Pogovor izberite iz šifranta izberite iz šifranta
Zunanji izvajalci:	ne
Čas trajanja:	izberite iz šifranta od marca do avgusta
Ciljna skupina:	otroci izberite iz šifranta starši izberite iz šifranta
Uporabljeno gradivo in didaktični material:	knjižica navodil »Varno s soncem«
Uporabljene informacije z naših izobraževanj?	ne

Varno s soncem

Spomladi smo začeli spoznavati vremenske pojave, opazovati in opisovati vreme, ugotavljati razlike v dnevni spremembah vremena – dež, sonce, veter ... Eksperimentirali smo (okušanje kapljic dežja, opazovanje »plesa« listov na drevesu, lovljenje vetra v plastične vrečke, opazovanje gibanja balona in milnih mehurčkov v vetru) in se učili zaznavati lastne občutke in potrebe (toplo, hladno, žejen, utrujen ...). Otroci so utrjevali načine za zadovoljitev potreb in skrb za lastno dobro počutje. Preko domišljajske igre so otroci usvajali načine zaščite pred soncem: ustvarjalno-gibalna igra »Zaščitimo se pred soncem« in pogovor o nujnih pripomočkih na počitnicah (klobuk, očala, zaščitna krema, steklenička pijače – vode) ter iskanje sence pri igri. V poznem spomladanskem času smo sezuli čevlje in se privajali na hojo z bosimi nogami po različnem terenu. Otroci so preko občutka ugotavljali razliko med različnimi podlagami: parket, guma na atriju, hrapave plošče igrišča, pesek in trava. Nadgradili sva z igro: stopi na topla tla (osončena) – stopi na mrzla tla (tla v senci). Preko tipa smo ugotavljali, kateri del ograje je vroč oziroma hladen, glede na to, ali je na soncu ali ne. V poletnem času smo se na igrišču škropili z vodo, jo prelivali iz lončka v lonček in ustvarjali mavrico. V pesku smo izkopalni luknje, vanje natočili vodo in opazovali, kako voda izgine. V programu imava še mini bazene in poletne igre z vodo.

- Zap. št. naloge:** **6**
- 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: **7**

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:** **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).