

PROGRAM ZDRAVJE V VRTCU

POROČILO O IZVEDENIH AKTIVNOSTIH

ZA KREPITEV ZDRAVJA V ŠOLSLEM LETU 2019/20

Navodilo:

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

Naziv vrtca: VRTEC LJUTOMER

Kraj: LJUTOMER

Enota vrtca: CENTRALNI VRTEC

Naslov enote: FULNEŠKA ULICA 5

Skupina: VRTAVKE

Starost otrok: 4-6 LET

Izvajalki:

- vzgojiteljica: **SIMONA KOSI**

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

- pomočnica vzgojiteljice: **INGRIDŠTEFANČIČ**

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: Zobozdravstvena vzgoja

Metoda dela: Pogovor Ogled / obisk Demonstracija

Zunanji izvajalci: MEDICINSKA SESTRA, ZOBOZDRAVNICA

Čas trajanja: meseci (št) 1

Ciljna skupina: otroci starši izberite iz šifranta

Uporabljeno gradivo in didaktični material: ZLOŽENKE, ZOBNE ŠČETKE, ZOBNA PASTA

Uporabljene informacije z naših izobraževanj? da

ZOBNI ALARM

Zobni alarm je program s katerim otroke učimo, kako redno, pravilno in z veseljem skrbijo za svoje zobe. Naš vrtec sodeluje z zdravstvenim domom Ljutomer. V treh starejših skupinah nas je večkrat obiskala medicinska sestra ga. Mihaela Senčar. Zadolžena je za ozaveščanje otrok o zobni higieni. Podučila nas je o pravilni tehniki ščetkanja zob, ki smo jo tudi preizkusili, uporabi majhne količine zobne paste ter pomembnosti obiska zobozdravnika. Obiskali smo zobno ambulanto, kjer nas je prijazno sprejela zobozdravnica ga. Zima Alenka skupaj z organizatorico projekta ga. Senčar Mihaelo. Otroci so opravili pregled zob ter se pogovorjali o pravilni tehniki čiščenja zob. To je bil tudi namen našega celoletnega sodelovanja, da se otroci naučijo pravilnega ščetkanja s pomočjo staršev. Z ustrezno preventivo lahko zobje ostanejo zdravi za vse življenje. Na koncu projekta sta nas obiskala Lili in Luka (maskoti projekta »Zobni alarm«), ki sta otroke zabavala, se z njimi igrala in jim čestitala ob zaključku. Otroci so v spomin in kot nagrado prejeli praktičen nahrbtnik s spodbudnimi nalepkami, pobarvanko in didaktično igro.

Zap. št. naloge:	2
Vsebina:	"Varno s soncem"
Metoda dela:	Pogovor Demonstracija Uporaba avdiovizulanih sredstev
Zunanji izvajalci:	/
Čas trajanja:	meseči (št) 3
Ciljna skupina:	otroci starši osebje vrtca
Uporabljeno gradivo in didaktični material:	zliženke, plakat, pokrivala, diaprojektor, sončna očala
Uporabljene informacije z naših izobraževanj?	da

VARNO S SONCEM

Že nekaj let je naš vrtec vključen v vprojekt Varno s soncem. Zato smo se z otroci pri jutranjih krogih in priložnostno pogovarjali o pomenu pravilne zaščite pred škodljivim delovanjem sončnih žarkov. Otroci so dobili knjižice, ki so jih odnesli domov in s tem seznanili še starše. Otroke sva spodbujali pri nošenju pokrival, sončnih očal in mazanjem s kremami s primernim zaščitnim faktorjem. Krema z zaščitnim faktorjem imamo na razpolago v vrtcu, tako otroke pred odhodom na prosto namažemo ali se namažejo sami. Ko je zunaj zelo vroče odhajamo ven takoj po malici in se okrog desetih že vračamo v igralnico. Otroke sva opozorili o pomenu sence in jim omogočili, da se igra izvaja v senci. Prav tako sva jih seznanjale o zaščiti pred soncem preko različne literature in preko medijev. Tudi sami se trudiva, da sva otrokom za vzor in uporabljava različna zaščitna sredstva

Zap. št. naloge: **3**

Vsebina: Varnost v prometu / na igrišču

Metoda dela: **Pogovor Pogovor Uporaba avdiovizualnih sredstev**

Zunanji izvajalci: POLICIJSKA POSTAJA LJUTOMER

Čas trajanja: **meseci (št) 1**

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

Uporabljeno gradivo in didaktični material: Plakat, flomastri, letaki, kartončki, štampljke, tatuji, pobarvanke, avto sedež, papir, škarje, koledar, merilni trak, karton, prometni znaki, različni gradniki, oblačila, maskota Pasovček, internetna stran, fotoaparati, merilni trak, kazalo za knjige, beležke...

Uporabljene informacije z naših izobraževanj? ne

PROJEKT PASOVČEK

Pri tem projektu so se otroci seznanjali z varnim vedenjem in ravnanjem v prometu. Spoznavali so poklic policist in si ogledali policijska vozila. Prav tako pa smo obiskali policijsko postajo. Otroci so spoznavali pomen pripenjanja v avtomobilu in se urili v pripenjanju v avto sedežu. Izvedli smo vadbene ure na temo promet, izdelali plakat po KWL metodi, se naučili pesmico Pasavček in ples Moj rdeči avto. Ob vključevanju v promet smo promet pozorno opazovali in se ob tem veliko pogovarjali o pomenu prometnih znakov in upoštevanja le teh. Preko KWL metode smo lahko že osvojeno znanje nadgrajevali in pri otrocih širili znanje o cestnih pravilih. Otroci so se zelo radi vključevali v koticke igre vlog, kjer so imeli možnost vlog policist, voznik, pešec, kolesar. Ozavestili so pomen pripenjanja v avtomobilu, pomen nošenja varnostne čelade, ko so na kolesu in pomen nošenja odsevnikov ko se vključijo v promet kot pešci. Starši večkrat povejo, da so opozorjeni s strani otrok o pravilnem obnašanju v prometu, kar kaže na to, da so otroci osvojili nek nov nivo zavedanja in znanja o pravilih v cestnem prometu.

Zap. št. naloge:	4
Vsebina:	Zdrava prehrana
Metoda dela:	Pogovor Ogled / obisk Demonstracija
Zunanji izvajalci:	privat kmetija
Čas trajanja:	meseci (št) 1
Ciljna skupina:	otroci izberite iz šifranta izberite iz šifranta
Uporabljeno gradivo in didaktični material:	poraba avdiovizualnih sredstev, knjige o zdravi prehrani, knjiga z recepti, slikovni material.
Uporabljene informacije z naših izobraževanj?	ne

OD MLEKA DO POGAČE

Na začetku TS smo obiskali kmetijo na Podgradju. Videli smo veliko krav, bikov, telička in spoznali proces moljenja in hranjenja krave. Sveže mleko smo okušali in ga kupili. V vrtcu smo ga dali v stekleno posodo in ga opazovali. Že naslednji dan pa ugotovili, da se je mleko sedlo. Nastala je kislá smetana in jogurt. S segrevanjem pa skuta. Ta mesec smo se veliko pogovarjali o zdravi prehrani. Spoznavali smo jo preko multimedijev, knjig in s pogovori. V igralnici smo izdelali plakat s piramido zdrave prehrane. Igrali smo se igrice razvrsti pravilno, pri kateri so otroci razvrščali zdravo in nezdravo hrano. Uživali smo ob slovenskem tradicionalnem zajtrku. Na obisku smo povabili kuharico Vido, ki nam je pokazala pripravo domačega sadnega jogurta. Iz skute smo si pripravili okusno zlevanko in skutni namaz z zelišči. Ta mesec smo ob lepem vremenu izvedli veliko pohodov in se gibali na svežem zraku. Veliko smo se pogovarjali v jutranjih krogih, se igrali različne socialne in dramske igrice, se pogovarjali o dobrih prijateljskih odnosih in s tem so otroci imeli možnost razvijati sposobnosti in načine za vzpostavljanje, vzdrževanje in uživanje v prijateljskih odnosih. Obiskal nas je čebelar in sodelovali smo pri dramski uprizoritvi življenja čebel, katera je otrokom bila všeč in hkrati je bila dobro spodbudno učno okolje. Obiskala nas je tudi Medena kraljica in zapeli smo ji pesem Čebelar. Mesec je bil pester a poučen.

- Zap. št. naloge:** **5**
- Vsebina:** Gibanje
- 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

V mesecu septembru, smo se otroci iz skupine Vrtavke udeležili tretjih športnih iger v vrtcu Cezanjevci. Iger so se udeležili tudi drugi vrtci iz okolice. V večnamenskem prostoru smo si ogledali film o nalogah, ki jih bomo opravljali. Ogrelimo se z gimnastičnimi in nato nadaljevali z oviratlonom. Tekli smo po tekaški stezi, nato pa skozi gozd, kjer so nas čakale različne ovire (hoja po hlodih, po deblu, plezanje skozi gume, hoja pod vrvjo po štirih, preskakovanje ovir...). Vse ovire smo uspešno premagali. Okrepčali smo se s slastnim sadjem in vodo. Sledila je podelitev medalj, katerih so se otroci zelo razveselili. Preživeli smo zelo aktiven, sončen in sproščen dopoldan..

Zap. št. naloge: **6**

Vsebina: Gibanje

Metoda dela: **Pogovor Demonstracija Praktično delo**

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

Čas trajanja: **meseci (št) 12**

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

Uporabljeno gradivo in didaktični material: športni rekviziti

Uporabljene informacije z naših izobraževanj? da

MALI SONČEK

Naš vrtec je vključen v gibalno – športni pilotski projekt »Mali sonček«. Tako je naša skupina izvajala naloge 3. in 4. stopnje (oranžni in rumeni sonček). Namen projekta je pri otrocih ozavestiti pomen gibanja, obogatiti program na področju gibanja v vrtcu s sodobnimi gibalno/športnimi vsebinami, pri otrocih spodbuditi željo, navado in potrebo po športnem udejstvovanju v vseh starostnih obdobjih ter v program aktivno vključiti starše. Projekt daje poudarek igri in vadbi, ki naj bo prijetna in prilagojena otroku. Pomemben se nama zdi moto tega projekta, ki se glasi: »Vsi otroci (torej tudi manj uspešni) naj uživajo v gibanju in se veselijo lastnega napredka.« Tako je oranžni sonček: 4-5 let, izvajalo šest otrok. Rumeni sonček: 5-6 let, pa je izvajalo 12 otrok. Ob mednarodnem dnevu športa - 31.5.2020 bomo pripravili slovesni zaključek, ki ga obogatimo z različnimi gibalnimi dejavnostmi in na koncu dobijo otroci priznanja.

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).