

ODGOVORI RESPONDENTA

Dobrodošli v spletni anketi. Anketa je pisana v moškem spolu, velja za oba spola. Anketo izpolni koordinator programa Zdravje v vrtcu. Prav tako jo izpolnijo tudi vzgojitelji in pomočniki vzgojiteljev, ki želijo pridobiti potrdilo o sodelovanju v programu Zdravje v vrtcu oz. želijo pridobiti potrdilo za dve točki za napredovanje v nazive. Anketa je aktivna do 31. 7. 2021. Po tem datumu poročanje ni več mogoče. ZA ENO SKUPINO SE IZPOLNI ENO POROČILO. Izpolni ga vzgojitelj ali pomočnik vzgojitelja. Če vzgojitelji oz. pomočniki vzgojiteljev ne bodo oddali svojega poročila, izpolni poročilo o izvedenih aktivnostih koordinator programa Zdravje v vrtcu za celoten vrtec. Za pridobitev potrdil mora v programu Zdravje v vrtcu sodelovati vsaj tretjina skupin iz vrtca. Kontaktni podatki strokovnih delavcev, ki jih boste navedli v anketi bo NIJZ uporabil izključno za potrebe komunikacije med tekočim šolskih letom v okviru programa Zdravje v vrtcu (npr. pošiljanje vabil na izobraževanja, pošiljanje vabil na sestanke, pošiljanje gradiv ...). Hvala za sodelovanje! S klikom na Naslednja stran pričnete z izpolnjevanjem ankete.

Regijski koordinator za vaš vrtec je iz NIJZ OE

[Murska Sobota](#)

Naziv vrtca:

[VRTEC LJUTOMER](#)

Naslov vrtca - ulica in hišna številka:

[FULNEŠKA ULICA 5](#)

Poštna številka in kraj:

[9240 LJUTOMER](#)

Ime in priimek koordinatorja programa Zdravje v vrtcu v vašem vrtcu v šolskem letu za katerega oddajate poročilo:

[Nada Rajtman](#)

E- naslov koordinatorja programa Zdravje v vrtcu:

(npr. janez.novak@gmail.com)

nada.rajtman@guest.arnes.si

Ime in priimek poročevalca:

Anja Karba

Anketo izpolnjujem:

vzgojitelj

Ime vaše enote:

/

Ime vaše skupine:

JEŽKI

Starost otrok v vaši skupini:

nižje starostne skupine (od 1-3 leta)

Izvajanje aktivnosti v posamezni skupini (vsaj 3 mesece):

Vzgojitelj: Anja Karba, 7-DEC2020/17, 7-APR2021/50

Izvajanje aktivnosti v posamezni skupini (vsaj 3 mesece):

Pomočnik vzgojitelja: Romana Pintarič

Za koliko aktivnosti želite podati poročilo?

V kolikor želite prejeti potrdilo za sodelovanje v programu morate izbrati in opisati vsaj 3 aktivnosti. nbsp;nbsp;

za 3 aktivnosti

Navedite vsebino 1. aktivnosti

V kolikor označite drugo obvezno navedite vsebino.

Zdrav način življenja

Čas trajanja aktivnosti

v kolikor ste izvajali aktivnost nekaj ur označite ure, v kolikor nekaj dni označite dnevi ...

meseči

Vpišite število:

7

Navedite gradivo in didaktične materiale, ki ste jih uporabili pri tej vsebini:

kartonke in slikanice s sadjem, zelenjavo in ostalo hrano, sestavljanke iz več delov (sadje, zelenjava), vstavke (jedi), slikovno gradivo (otroci, ki aktivno preživljajo čas doma zunaj in v naravi). Različni športni pripomočki (obroči, žoge, trakovi, elastika, večje blazine za poligon, baloni....).

Ste pridobljene informacije iz naših izobraževanj uporabili pri vsebini?

da

Navedite metode dela, ki ste jih pri izvajanju aktivnosti uporabljali.

Možnih je več odgovorov

praktično delo (npr. vaje, izdelki, nastopi, športne dejavnosti, pohodi, delo na terenu ...),
pogovor,
predavanje/razlaga,
demonstracija

Navedite za katero ciljno skupino ste aktivnost izvajali.

Možnih je več odgovorov

otroci,
starši,
osebje vrtca

Opis aktivnosti (okoli 200 besed):

Zdrav način življenja smo v naši skupini uresničevali preko različnih dejavnosti. Organizirali smo dva popoldanska pohoda z družinami. S starši smo v času zaprtja vrtca sodelovali preko izmenjave video posnetkov otrok, na katerih je posneta njihova gibalna dejavnost doma. Otroke sem spodbujala k gibalni aktivnosti v skupini. Tekom izvajanja vsakodnevnih jutranjih razgibanj z in brez športnih pripomočkov ter tedenskih vadbenih ur, so si razvijali gibalne spretnosti. V kolikor je bilo ustrezno vreme oziroma ustrezna temperatura zraka, smo vsakodnevno bivali na terasi na svežem zraku. Otroke sem spodbujala k okušanju različnih jedi pri malici in kosilu. Poskrbela sem za vsakodnevni vnos svežega sadja v obliki sadne malice. Prav tako sem otroke spodbujala k pitju čaja in vode. Praznovanje rojstnih dni smo izvedli na zdrav način. V igralnici smo postavili velik poligon iz večjih blazin, kjer so otroci izvajali naravne oblike gibanja. Sledili so ježku, ki je premagoval ovire skozi gozd (poligon), da bi našel malega ježka. Na koncu poligona so našli malega ježka

v veliki košari s sadjem. To sadje smo potem ob lepo pogrnjeni mizi zaužili in na ta način obeležili rojstne dneve otrok. Otroke sem učila samostojnega umivanja rok. Demonstrirala sem jim miljenje rok ter umivanje z vodo. Ob umivanju sem ubesedila, kaj počnemo in da je pomembno, da si umijemo roke pred vsakim obrokom. Ogledali smo si posnetek, kjer punčka poje pesem Umivaj si roke. V knjižnem kotičku smo imeli skozi vso leto na voljo različne slikanice o sadju, zelenjavi in drugi hrani. Ob prebiranju smo vse poimenovali ter se pogovarjali o tem, da je to hrana, ki je zdrava. V kuhinjskem kotičku smo se igra simbolno igro ter pripravljali zdrave jedi. V kotičku z namiznimi igrami, smo sestavljali sestavljanke in vstavljali vstavke z motivi različne hrane.

Navedite vsebino 2. aktivnosti

Varno s soncem

Čas trajanja aktivnosti

v kolikor ste izvajali aktivnost nekaj ur označite ure, v kolikor nekaj dni označite dnevi ...

meseci

Vpišite število:

1

Navedite gradivo in didaktične materiale, ki ste jih uporabili pri tej vsebini:

zloženke, plakat Varno s soncem, slikovno gradivo (preživljanje časa na soncu, v senci, na plaži, na morju, mazanje z zaščitno kremo, nošenje klobuka, dolgih rokavov....)

Ste pridobljene informacije iz naših izobraževanj uporabili pri vsebini?

da

Navedite metode dela, ki ste jih pri izvajanju aktivnosti uporabljali.

Možnih je več odgovorov

praktično delo (npr. vaje, izdelki, nastopi, športne dejavnosti, pohodi, delo na terenu ...),
pogovor,
predavanje/razlaga,
demonstracija

Navedite za katero ciljno skupino ste aktivnost izvajali.

Možnih je več odgovorov

otroci,

starši,
osebje vrtca

Opis aktivnosti (okoli 200 besed):

Tudi v naši skupini smo se lotili izvajanja dejavnosti v sklopu programa Varno s soncem. Ker so v naši skupini otroci, stari 1-2 leti, so dejavnosti bile prilagojene njihovi starosti. Vedno, ko je sonce močno sijalo, smo najprej teraso zaščitile s senčnikom. Na ta način smo otroke delno zaščitili pred prekomerno izpostavljenostjo sončnega UV sevanja. Delček terase pa ni zaščiten, zato otroke vsakodnevno opominjamo, naj se umaknejo v senco. Tudi starše smo seznanili z izvajanjem programa s plakatom in reševanjem spletne ankete. Otrokom sem preko pogovora ob različnih fotografijah, kjer so otroci izpostavljeni soncu, razložila, da se je vselej potrebno namazati z zaščitno kremo, saj nam sonce lahko kožo opeče. Pogledali smo svojo kožo in skupaj ugotavljali, kje nas je sonce že opeklo. Ob pogovoru sem jih predstavila zaščitno kremo in jo najprej namazala sebi. Nato sem kremo nanesla še otrokom. Otrokom sem nadelala še klobučke, čepice in očala, če so jih starši prinesli v vrtec. Ko smo zunaj, še posebej v toplih mesecih, skrbim, da so otroci hidrirani in jim ponudim ohlajen čaj, vodo in sadno malico. V poletnih mesecih smo spremenili rutino in sicer gremo na teraso v jutranjih urah, ko sonce še ne sije tako močno. Otrokom večkrat pripravimo vodne koticke, ob katerih se osvežijo. Če smo zunaj dlje časa, poskrbim, da otroke ponovno zaščitim s kremo.

Navedite vsebino 3. aktivnosti

V kolikor označite drugo obvezno navedite vsebino.

Gibanje

Čas trajanja aktivnosti

v kolikor ste izvajali aktivnost nekaj ur označite ure, v kolikor nekaj dni označite dnevi ...

meseci

Vpišite število:

7

Navedite gradivo in didaktične materiale, ki ste jih uporabili pri tej vsebini:

Preživljanje časa doma s predšolskim otrokom, različne športni pripomočki

Ste pridobljene informacije iz naših izobraževanj uporabili pri vsebini?

da

Navedite metode dela, ki ste jih pri izvajanju aktivnosti uporabljali.

Možnih je več odgovorov

praktično delo (npr. vaje, izdelki, nastopi, športne dejavnosti, pohodi, delo na terenu ...),
demonstracija,
uporaba avdiovizualnih sredstev

Navedite za katero ciljno skupino ste aktivnost izvajali.

Možnih je več odgovorov

otroci,
starši,
osebje vrtca

Opis aktivnosti (okoli 200 besed):

Gibanju smo dali velik poudarek. Otroke, ki so prišli v vrtec in še niso znali hoditi, smo spodbujali k gibanju. Otrokom smo večkrat tedensko postavili različne poligone iz velikih blazin. Omogočila sem jim, da so lahko samostojno premagovali ovire (plazenje, lazenje, hoja) in jih spodbujala k različnim oblikam izvajanja naravnih oblik gibanja. Ker so otroci bili navdušeni nad tem, sem jim ga večkrat pripravila že zjutraj in tako obenem poskrbela za "prijetno" ločitev od staršev. Otrokom sem vsakodnevno pripravila jutranje razgibavanje z različnimi športnimi pripomočki ali brez. Izvajali smo različne elementarne igre z žogami in obroči. Razvijali smo gibalne sposobnosti z vrvicami, penastimi črvi, palicami, s spuščanjem po toboganu. Gugali smo se na različnim gugalnikih. Večkrat smo si igralnico prepletli z elastiko ter si s tem otežili gibanje po celotni igralnici. Tedensko smo izvedli tudi vadbeno uro. Prednostna naloga vrtca je bila letos plesna umetnost. Tudi ples je gibanje, zato smo v tem letu izvedli tudi veliko plesnih dejavnosti. Plesali smo rajalni ples Ringaraja in Bela lilija ter različne plesne igre. Izvedli smo tudi dva popoldanska družinska pohoda. V načrtu smo imeli tudi pogovorno uro drugače s starši, kjer bi izvedli gibalno dejavnost. Zaradi vseh preventivnih ukrepov, je nismo uspeli realizirati na ta način. Dejavnost smo izvedli tako, da so starši posneli gibanje otrok in mi posnetke poslali po elektronski pošti. Na ta način sem starše spodbudila k gibalnemu preživljanju prostega časa. Na posnetkih se otroci žogajo, igrajo v peskovniku, plešejo ob glasbi, se vozijo s poganjalci in tricikli ter premagujejo ovire v motoričnem parku.