

PROGRAM ZDRAVJE V VRTCU

POROČILO O IZVEDENIH AKTIVNOSTIH ZA KREPITEV ZDRAVJA V ŠOLSLEM LETU 2016/17



Navodilo:

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

Naziv vrtca: VRTEC LJUTOMER

Kraj: LJUTOMER

Enota vrtca:

Naslov enote: FULNEŠKA UL.5

Skupina: ČEBELICE (ime) **starost otrok:** 2-4 LET

Izvajalki:

- vzgojiteljica: **Melanija Grnjak** (ime in priimek)

- pomočnica vzgojiteljice: **Karmen Kosi** (ime in priimek)

Ali ste se v tekočem šolskem letu udeležili izobraževanj, ki jih je za program Zdravje v vrtcu pripravil NIJZ OE Ljubljana?

- spomladansko izobraževanje

da ne

- če da, vpišite številko potrdila

da ne

- če da, vpišite številko potrdila

- jesensko izobraževanje

da ne

- če da, vpišite številko potrdila

da ne

- če da, vpišite številko potrdila

Aktivnosti za krepitev zdravja, ki ste jih v vaši skupini izvajali v tekočem šolskem letu 2016/17

Zap. št. naloge	Aktivnosti, naloge, projekti (naslov, opis)	Vsebina	Ciljna skupina (otroci/starši/ posamezniki ...)	Metoda dela	Čas trajanja (v urah)	Zunanji izvajalci	Uporabljeno gradivo in didaktični material	Ali ste pri načrtovanju oz. izvajanju te naloge uporabili informacije z naših izobraževanj?
1.	ZDRAVA PREHRANA	TS Otroci nekoč in danes. Priprava soka iz ananasove mete, jesenska tržnica, obisk babice - hrana nekoč.	otroci, vzgojitelji, starši, kuharica	pogovor, razlaga, opazovanje, preizkušanje, lastna aktivnost, vodenje, igra.	5 ur		Recept za sok.	
		TS Zdrava hrana. Spoznavanje sadja in zelenjave - spoznavanje okusov; tipanje hrane - igra kateri sadež manjka; priprava sadne solate, zdravih namazov, prigrizkov,	otroci, vzgojitelji, starši, kuharica	pogovor, razlaga, opazovanje, preizkušanje, lastna aktivnost, vodenje, igra.	2 tedna		plakat NIJZ Z zdravo prehrano in gibanjem do zdravja. namizna igra Od kod pride hrana? Slikovni material - hrana. Enciklopedije in knjige s pravljičami na temo zdrava prehrana, skrb za zdravje.	da

		pitje vode; spoznavanje piramide zdravja - uvrščanje hrane;						
		Teden zdrave hrane; obisk čebelarja; obisk kuharice - priprava čičerikinega namaza; tradicionalni slovenski zajtrk; igra vlog - kuhanje;	otroci, vzgojitelji, starši, kuharica	demonstracija ,pogovor, opazovanje, preizkušanje, lastna aktivnost, vodenje, igra, uporaba avdiovizualnih sredstev.	1 teden	Čebelar Šalamun Vlada RS	Film Krajnska sivka Internet	da
		Polnovredno obroki, sadne malice, pomen pitja vode - hidracija in pitje nesladkanega čaja, kultura prehranjevanj a	otroci, vzgojitelji, starši	pogovor, razlaga, preizkušanje, lastna aktivnost	vsak dan		jedilnik, plakat pravil obnašanja v skupini	da
2.	NARAVA IN VAROVANJE OKOLJA	TS Prijatelji narave. Urejanje,	otroci, vzgojitelji, starši	pogovor, demonstracija ,opazovanje,	2 meseca		internet -ogled posnetkov o recikliranju,	da

		<p>zalivanje in skrb za gredice in zeliščni vrt vrtca; čiščenje in skrb za naravo - urejanje okolice vrtca; ekobranje za ekoživljenje; izdelava košev v igralnici - razvrščanje odpadkov; sodelovanje v zbiralnih akcijah; ogled ekoloških otokov; opazovanje dela smetarjev, odvoz smeti; igra vlog - smetar.</p>		<p>delo na terenu, lastna aktivnost, uporaba avdiovizualnih sredstev</p>			<p>odpadkih na internetu, knjige, PWP - aplikacije, slikovni material</p>	
		<p>Prireditev ob svetovnem dnevu Zemlje</p>	<p>otroci, starši, vzgojitelji, občina, podjetje Krka, DSO Ljutomer, GFML</p>	<p>ogled, pogovor, poslušanje, opazovanje, razlaga, lastna</p>	<p>2 uri</p>			<p>da</p>

3.	OSEBNA HIGIENA	<p>Skrb za čisto telo, umivanje pred in po obroki, navajanje na samostojno brisanju nosu, navajanje na samostojnost pri uporabi stranišča</p> <p>Zračenje igralnice</p> <p>Počitek po kosilu</p>	otroci, vzgojitelji	aktivnost pogovor, razlaga, lastna aktivnost	vsak dan			da
4.	VARNO S SONCEM	Projekt Varno s soncem - pred bivanjem na prostem vsakodnevna zaščita pred soncem (krema, kape, sončna očala), igra v senci dreves	otroci, vzgojitelji, starši	pogovor o pomenu zaščite pred soncem, lastna aktivnost	3 mesece (junij, julij, avgust)	Nacionalni inštitut za javno zdravje	gradivo Varno s soncem v e-obliki - uporabljeno tudi za izdelavo plakata.	da
5.	GIBANJE	Jutranja razgibavanja, gibalne minute, ples, sprostitvene dejavnosti.	otroci, vzgojitelji	demonstr., razlaga, vodenje, igra, lastna aktivnost	vsak dan		FIT Slovenija	da
		Vadbene ure	otroci,	demonstr.,	1 x tedensko		FIT Slovenija	da

			vzgojitelji	razlaga, vodenje, igra, lastna aktivnost	(45 min)			
		Športni program Mali sonček Orientacijski in družinski pohod. Dan brez avtomobila	otroci, vzgojitelji, starši	demonstr., razlaga, vodenje, igra, lastna aktivnost	celo šolsko leto 3 x po 90 minut 3 x letno prihod v vrtec		Zavod za šport Republike Slovenije Planica FIT Slovenija	da
6.	ZDRAV NAČIN ŽIVLJENJA	bivanje na svežem zraku, spodbujanje k gibanju, pitje vode, skrb za počitek, uživanje zdrave hrane, spodbujanje k pozitivnemu razmišljanju in prijateljskim odnosom.	otroci, vzgojitelji, starši	pogovor, demonstracija igra, lastna aktivnost, lasten vzgled	vsak dan		Nacionalni inštitut za javno zdravje	da
7.	SVETOVNI DNEVI POVEZANI Z ZDRAVJEM	Svetovni dan zdravja 7.4.2017 Svetovni dan zemlje 22.4.2017	otroci, vzgojitelji, starši, stari starši	pogovor, lastna aktivnost, lasten vzgled	6 ur		FIT Slovenija	da

		Svetovni dan športa 30.5.2017 - zaključek malega sončka.						
8.	VARNOST V PROMETU / NA IGRIŠČU	pogovor o varnosti v prometu ob sprehodih (pravila obnašanja), ... pregled igrišča, skrb za varnost otrok ob uporabi igral	otroci, vzgojitelji,	pogovor, demonstracija igra, lastna aktivnost, lasten vzgled	vsak dan			

Opombe:

Izvajalke programa:

_____ - vzgojiteljica

_____ - pomočnica vzgojiteljice

Datum poročila: 26.6.2017