

PROGRAM ZDRAVJE V VRTCU

POROČILO o IZVEDENIH AKTIVNOSTIH

ZA KREPITEV ZDRAVJA V ŠOLSLEM LETU 2017/18 _____

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 ulica 5

Skupina: Cekinčki

Starost otrok: 3 - 4 leta

Izvajalki:

- vzgojiteljica: **Nada Marinič**

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: **Katja Černi**

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

- Zap. št. naloge:** **1**
- Vsebina:** Zdrava prehrana
- Metoda dela:** pogovora, razlage, poslušanja, demonstracije, opazovanja, posnemanja, igre
- Zunanji izvajalci:** čebelar, kuharica
- Čas trajanja:** 6. 11. -10. 11. 2017, 45 minut
- Ciljna skupina:** otroci, strokovni delavci
- Uporabljeno gradivo in didaktični material:** TRADICIONALNI SLOVENSKI ZAJTRK, LCD projektor, računalnik, USB ključek, namizni prt, vazice z dekoracijo
- Uporabljene informacije z naših izobraževanj?** da

TRADICIONALNI SLOVENSKI ZAJTRK

Za tematski sklop smo si izbrale BREZ KMETIJE NI HRANE. Otroci so spoznavali različno prehrano in pridobivali navade zdravega prehranjevanja. Uživali smo lokalno pridelano hrano (sadje, zelenjavo). Kuharica iz vrtca nam je pripravila, skutni namaz z zelišči, videli in okušali smo mleko in mlečne izdelke (jogurt, skuta, sir, smetana, maslo...). Pripravili smo tudi medeni napitek z limoninim sokom. V vrtec smo povabili podpredsednika ČZ Slovenije - čebelarja, ki nas je seznanil s čebeljo družino, čebelnjaki... Pogostil nas je z domačimi medenjaki. Za tradicionalni slovenski zajtrk smo si svečano pognili mize in uživali lokalno pridelano hrano (rženi kruh, maslo, mleko in jabolka). Oglledali smo si risanko in kratek film na temo kmetija in čebele. V atriju vrtca smo zapeli pesem Čebelar.

Zap. št. naloge:	2
Vsebina:	gibanje
Metoda dela:	igre, razlage, vodenja, demonstracije, improvizacije, lastne aktivnosti
Zunanji izvajalci:	delavci ZD Ljutomer
Čas trajanja:	celo leto, od 15 do 60 minut
Ciljna skupina:	otroci, strokovni delavci, starši

Uporabljeno gradivo in didaktični material: FIT plesno gibalne in elementarne igre, različni športni rekviziti (različne žoge, kolebnice, različni obroči, padalo, časopisni papir, vrv, igrala na igrišču, mali trampolin, markerji...), pesek, sneg, sani

Uporabljene informacije z naših izobraževanj? da

Jutranje razgibavanje, gibalne minute in odmori, vadbene ure, igre na igrišču vrtca (različna igrala in športni rekviziti), aktivni sprehodi, pohodi s starši, izleti, športno popoldne s starši

Vsako jutro izvajamo jutranje razgibavanje z različnimi športnimi rekviziti (ob glasbi ali brez nje), izvajamo plesne, rajalne, štafetne igre.

Enkrat tedensko pripravimo vadbenu uro, ki je največkrat tematsko obarvana.

Vsak dan bivamo na prostem: igre v peskovniku, vožnja s poganjalci, skiroji, rikšami, metanje žoge na koš, poligon, igre na snegu s snegom, sankanje... Tudi po počitku otroci ob lepem vremenu starše pričakajo na igrišču.

Na sprehod se podamo med polja, v park, na bližnje igrišče.

Dvakrat na leto pripravimo pohod s starši. V jeseni smo pred pohodom sodelovali z Zdravstvenim domom Ljutomer. Izmerili so nam srčni utrip in sladkor v krvi. Starši so lahko izbrali pohod do Babjega loga ali kolesarjenje do čistilne naprave.

Letos sem izvedla športno popoldne s starši in otroki. Izbrali smo padalo in med drugim izvedli fit gibalno igro: Mačka in miš.

- Zap. št. naloge:** **3**
- Vsebina:** varno s soncem
- Metoda dela:** razlage, poslušanja, demonstracije
- Zunanji izvajalci:**
- Čas trajanja:** sončni dnevi, 45 - 60 minut
- Ciljna skupina:** otroci, strokovni delavci
- Uporabljeno gradivo in didaktični material:** Varno s soncem, pokrivala, očala, oblačila, senca (drevesa, šotor, senčnik, zaščitna krema)
- Uporabljene informacije z naših izobraževanj?** da

Varno s soncem

Preden se odpravimo na igrišče ali sprehod, se zaščitimo s kremo za sončenje, s klobukom in očali. V toplejših in vročih dneh gremo na igrišče po malici, nato pa se po deseti uri vrnemo v igralnice. Mnogi starši brez naše spodbude dajo otrokom pokrivala. Zunaj se zadržujemo največkrat v naravni senci (drevesa, blok).

- Zap. št. naloge:** **4**
- Vsebina:** izberite iz šifranta
- Metoda dela:** navedite
- Zunanji izvajalci:** navedite kdo (npr. policist, medicinska sestra)
- Čas trajanja:** ura/dan/mesec
- Ciljna skupina:** navedite
- 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: **5**

Vsebina: izberite iz šifranta

Metoda dela: navedite

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

Čas trajanja: ura/dan/mesec

Ciljna skupina: navedite

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:** **6**
- Vsebina:** izberite iz šifranta
- Metoda dela:** navedite
- Zunanji izvajalci:** navedite kdo (npr. policist, medicinska sestra)
- Čas trajanja:** ura/dan/mesec
- Ciljna skupina:** navedite
- 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: navedite

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

Čas trajanja: ura/dan/mesec

Ciljna skupina: navedite

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:** navedite
- Zunanji izvajalci:** navedite kdo (npr. policist, medicinska sestra)
- Čas trajanja:** ura/dan/mesec
- Ciljna skupina:** navedite
- 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:** navedite
- Zunanji izvajalci:** navedite kdo (npr. policist, medicinska sestra)
- Čas trajanja:** ura/dan/mesec
- Ciljna skupina:** navedite
- 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: navedite

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

Čas trajanja: ura/dan/mesec

Ciljna skupina: navedite

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)