



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:** VRTEC LJUTOMER

**Naslov enote:** FULNEŠKA ULICA 5

**Skupina:** SONČKI

**Starost otrok:** 1-2 LETI

### Izvajalki:

- vzgojiteljica: **NADA RAJTMAN**

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

izberite da ali ne

izberite da ali ne

NE

DA 19.10.2017 dop/59

- pomočnica vzgojiteljice: **SONJA VENCELJ**

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

izberite da ali ne

izberite da ali ne

NE

NE

Zap. št. naloge: **1**

Vsebina: Osebna higiena

Metoda dela: **Predavanje / razlaga    Demonstracija    Pogovor**

Zunanji izvajalci: NIJZ

Čas trajanja: **6 mesecev    15 minut dnevno**

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

Uporabljeno gradivo in didaktični material: kahlice, umivalniki, robčki, plenice, dojenčki, igrače, brisačke

Uporabljene informacije z naših izobraževanj? da

#### **UMIVAMO SE SAMI**

Od samega začetka smo v skupini veliko poudarjali, da si moramo umivati roke. Tako so si otroci to zapomnili in naju obe pri tej dejavnosti vsakodnevno posnemali. Seveda pa so otroci različno sposobni in nekateri rabijo pri tem pomoč. Zato smo pričeli igro z dojenčki, katerim smo redno vsakodnevno pred obroki in vmes umivali roke, usta. Najprej midve in nato še otroci. Res se je večkrat zgodilo, da je dojenček bil ves moker in cel v umivalniku, vendar so otroci dojeli, da preden gremo k mizi jest, res moramo umiti roke. Zelo radi to počnejo sami in pomagajo mlajšim, ki so še nespretni odpiranja pip in trganja brisačk za brisanje rok.

**Zap. št. naloge:** **2**

**Vsebina:** Zdrava prehrana

**Metoda dela:** **Predavanje / razlaga Pogovor Demonstracija**

**Zunanji izvajalci:** kuharica, starši otroka

**Čas trajanja:** **12 meseci 30 minut**

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

**Uporabljeno gradivo in didaktični material:** sadje, krožnik

**Uporabljene informacije z naših izobraževanj?** da

#### **SADNI ROJSTNI DNEVI SKUPAJ S STARŠI**

V začetku šolskega leta smo se skupaj s starši dogovorili, da bomo praznovali rojstne dneve samo s sadjem in v njihovi prisotnosti. Vsak starš je bil prisoten pol ure v skupini, kjer je praznoval rojstni dan, pomagal pri pogostitvi sadja in pripravi sadnega krožnika. Na ta način smo predstavili staršem zdrav način praznovanja, ki je v našem vrtcu stalnica in tudi način kvalitetnega preživljanja časa z otrokom v vrtcu. Pomembno je bilo, da je bil starš zraven, da je sodeloval pri pripravi in da je prinesel sadje od doma. Otroci so imeli domače lokalno sadje rajši in seveda so se ob tem naučili poimenovanja sadja, barv, štetja, razdelitve ena meni ena tebi...Uživali smo prav vsi.

<b>Zap. št. naloge:</b>	<b>3</b>
<b>Vsebina:</b>	Svetovni dnevi povezani z zdravjem
<b>Metoda dela:</b>	<b>Pogovor</b> <b>Predavanje / razlaga</b> <b>Ogled / obisk</b>
<b>Zunanji izvajalci:</b>	čebelar
<b>Čas trajanja:</b>	<b>1 teden</b> <b>1 ura dnevno</b>
<b>Ciljna skupina:</b>	<b>osebje vrtca</b> <b>otroci</b> izberite iz šifranta      izberite iz šifranta
<b>Uporabljeno gradivo in didaktični material:</b>	čebelarska oprema, čebelice, glasba
<b>Uporabljene informacije z naših izobraževanj?</b>	da

#### **TEDEN SLOVENSКИH TRADICIONALNIH JEDI**

Kot vsako leto, smo tudi letos pri najmlajših obeležili teden slovenske hrane, kjer je največji poudarek na tradicionalnem slovenskem zajtrku. Izvedli smo ga 17.11.2018, kot vsi po Sloveniji. Cel teden smo namenili dejavnostim, ki so bile povezane smiselno in se navezovala na čebele in na prehrano. Otrokom, ki so najmlajši smo prikazali preko čebelic, slikovnih gradiv in lutk pomembnost življenja in narave. Ker vse dajejo v usta, smo okušali med in medenjake, ki nam jih je prinesel čebelar. Predavanje je bilo prilagojeno starosti in najbolj jih je prevzela prav oprema, ko so si pogumni lahko naredili čebelarski klobuk in opravo, ter se za spomin fotografirali. Da bi bile teme bližje, smo jim preko risanke Čebelica maja predstavili čebele, z lutkami zaplesali in se zabavali ob čebeljih smešnih igrh. Kljub temu, da so otroci stari 1-2 leti, so se veliko naučili.

**Zap. št. naloge:** **4**

**Vsebina:** Gibanje

**Metoda dela:** Demonstracija Predavanje / razlaga Pogovor

**Zunanji izvajalci:** Mitja in Tina Sport Lendava

**Čas trajanja:** 1 dan 30 minut

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

**Uporabljeno gradivo in didaktični material:** športni pripomočki

**Uporabljene informacije z naših izobraževanj?** da

#### **Gibalno športno dopoldne**

Obiskala nas je izvajalka gibalno športnega programa za otroke iz Lendave in ga predstavila nam in otrokom. Z otroki je na zanimiv način skozi igro predstavila nekaj osnovnih gibanj in rokovanj z majhno žogo, kasneje z balonom in sledila postopnim naravnim oblikam gibanja. Izvajali smo v garderobi kjer imamo več prostora in skupaj s paralelno skupino otrok 1-2 leti. Otroci so zraven uživali kljub temu, da je bila to popolnoma neznana oseba, vendar jih je z igro motivirala in prepričala. Nekaj staršev se je odločilo in redno v zimskem času obiskovalo ta program.

<b>Zap. št. naloge:</b>	<b>5</b>
<b>Vsebina:</b>	Narava in varovanje okolja
<b>Metoda dela:</b>	Predavanje / razlaga    Demonstracija    Ogled / obisk
<b>Zunanji izvajalci:</b>	/
<b>Čas trajanja:</b>	1 teden            30 minut
<b>Ciljna skupina:</b>	osebje vrtca    otroci izberite iz šifranta    starši
<b>Uporabljeno gradivo in didaktični material:</b>	eksperimentalni pripomočki
<b>Uporabljene informacije z naših izobraževanj?</b>	ne

### **Eksperimentiranje**

Letos smo imeli v vrtcu prednostno nalogo iz naravoslovnih vsebin, točneje eksperimentiranje. Tudi pri najmlajših smo se lotili enostavnih eksperimentov in jih izvedli na oddelku, predstavili na strokovnih aktivih in kasneje na pogovornih urah drugače tudi staršem. Otroci so sodelovali z opazovanjem in se navajali na prve izkušnje z eksperimenti, aktivno pa še niso sodelovali. Imeli smo balone, ki jih otroci radi rokujejo, vendar se jih zaradi pokanja bojijo. Tako, da so bili baloni ves čas prisotni kot rekvizit za gibanje in za poskuse. Potem smo mešali različne snovi in opazovali pisane barve, ki so se prelivale v kozarcu. Tudi tukaj otroci niso mogli sodelovati aktivno, vendar so z začudenjem in vriskanjem potrdili navdušenje. Starše smo naprosili, da pristopijo k stalnim akcijam zbiranja odpadnega papirja, zamaškov in plastenk v okviru eko projekta na ravni vrtca. Tukaj otroci ne morejo sodelovati sami. Obeležili smo različne dneve brez avtomobila, dan zemlje, dan zdravja in starše spodbujali k zdravemu načinu življenjskega sloga. Izvedli pohode jeseni in spomladi, kolesarili do čistilne naprave in se ves čas pogovarjali in ozaveščali o ohranjanju narave.

**Zap. št. naloge:** **6**

**Vsebina:** "Varno s soncem"

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

**Zunanji izvajalci:** /

**Čas trajanja:** 1 meseci      30 minut dnevno

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

**Uporabljeno gradivo in didaktični material:**      zloženke, kreme, klobuki, očala, senčniki

**Uporabljene informacije z naših izobraževanj?**      da

#### Varno na igrišče

V projektu sodelujemo vsako leto in kot prve seznanimo s tem starše. Razdelimo jim zloženke in jih opozorimo na vse, kar morajo poskrbeti v vročih poletnih mesecih, ko so otroci v vrtcu in tudi ko gredo na dopuste. Starši sodelujejo in resnično za večino otrok priskrbijo lahka bela oblačila, klobučke, kape in očala. Mi pa zavestno gremo zgodaj dopoldan na igrišče, na sprehod in se umaknemo v senco, med kritičnimi urami pa se umaknemo nazaj v igralnice. Otroke navajamo k pitju navadne vode in to večkrat, tudi ko smo zunaj. Projekt je zanimiv in obarvan z različnimi lutkami in zgodbami, včasih pa se kar vzgojiteljice našemimo in opremimo in odigramo krajo igro vlog, v kateri z kratkimi navodili opozorimo otroke na pomembnosti, ko smo poleti zunaj na igrišču.

**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).