

Pozdravljeni CICIBANI!

Če bi obiskovali vrtec, bi v prihodnjih dneh zagotovo namenili največ pozornosti ravno našemu zdravju in bivanju na svežem zraku.

Se pa na žalost sedaj nahajamo v obdobju, ko je utrjevanje znanja in pridobivanje veščin, kako poskrbeti zase in svoje zdravje, najbolj pomembno.

Vsak dan poslušamo nasvete in prebiramo članke, kako še okrepiti naš imunski sistem.

Nekaj idej, kaj lahko na to temo počnemo z otroki, je zapisano spodaj.

Upava, da vam bodo dejavnosti popestrile vaš vsakdan doma.

TEMATSKI SKLOP: ZDRAV DUH V ZDRAVEM TELESU

PRIPRAVILI: Anja Karba in Dolores Kosič

STAROST OTROK: 5-6 LET


IZHODIŠČE: »Zdravje je naše največje bogastvo«, pravi znani rek in ravno temu smo priča v teh dneh, ko po celem svetu razhaja korona virus. Prisiljeni smo se ustaviti in poskrbeti za to, da zavarujemo sebe in druge. V teh dneh, ko ostajamo doma, pa lahko veliko naredimo za ohranjanje zdravja in krepitev imunskega sistema.



V NADALJEVANJU SLEDI NEKAJ IDEJ, KI JIH POČNEMO V VRTCU IN JIH LAHKO SKUPAJ Z VAŠIM OTROKOM, IZVEDETE DOMA.

OSNOVNO PODROČJE: NARAVA

GLOBALNI CILJ: Spoznavanje svojega telesa, življenjskega cikla ter zdravega in varnega načina življenja.

KORELACIJA S PODROČJI: gibanje, jezik, umetnost, družba, narava. matematika

Področje:	Cilji:	Dejavnosti:
<p><i>Gibanje:</i> <i>potrebi po gibanju in igri sta otrokovi primarni potrebi.</i></p> 	<p>-Osvajanje osnovnih gibalnih konceptov: kje in kako se telo giblje, spoznavanje različnih položajev in odnosov med deli telesa, med predmeti in ljudmi.</p> <p>-Spoznavanje vloge narave in čistega okolja v povezavi z gibanjem v naravi.</p>	<p>- Izvajanje naravnih oblik gibanja v zaprtem prostoru in v naravi (hoja, tek, lazenje, plazenje, visenje, skoki, poskoki, meti, valjanje, potiskanje, vlečenje); v različne smeri, z različno hitrostjo; z različnimi rekviziti.</p> <p>-Igranje elementarnih in drugih iger:</p> <ul style="list-style-type: none">➤ lovljenje,➤ skrivanje,➤ skupinski teki,➤ štafetne igre,

		<ul style="list-style-type: none"> ➤ igre ravnotežja, ➤ igre hitre odzivnosti. <p>-Ustvarjalno gibanje ob glasbi, izvajanje bansov in preprostih ljudskih rajalnih iger, npr.:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Bela lilija, ➤ Rdeče češnje rada jem, ➤ Mati, v kleti je stroh, ➤ Konjenik, ➤ Kranjski Janez gre v planine, ➤ Lapadu. <p>-Vožnja z različnimi otroškimi vozili: tricikel, skiro, kolo (v olajšanih in oteženih pogojih).</p> <p>-Sprehodi v naravi, v bližnji okolici (gozd, poti med polji).</p>
<p><i>Jezik:</i> <i>Jezikovna dejavnost v predšolskem obdobju je najpomembnejše obdobje za razvoj govora.</i></p> 	<p>-Otrok razvija jezikovno zmožnost v različnih funkcijah in položajih ob vsakodnevnih dejavnostih ter v različnih socialnih situacijah.</p> <p>-Otrok v vsakodnevni komunikaciji posluša jezik in je vključen v komunikacijske procese z otroki in</p>	<p>-Vsakdanja komunikacija, pri kateri je otrok priča različnim situacijam, v katerim se uporablja slovenski jezik kot državni jezik (pogovori o počutju, čustvih, družini, potrebah otroka, tudi o nastali situaciji, zakaj smo sedaj doma in ne obiskujemo vrtca, o zdravju, na naših navadah...).</p> <p>-Poslušanje pravljic, ugank, zgodbic, pesmic o zdravju, zdravem načinu življenja in</p>





odraslimi (neverbalna in verbalna komunikacija, stili komunikacije, vljudnost).

naravi ter ostalih kvalitetnih besedil.

- Listanje kuharskih knjig, branje receptov, seznanjanje z novimi sestavinami, iskanje novih in zanimivih jedi za vso družino.
- Igra vlog (prelevite se v vloge kuharja, prodajalca sadja in zelenjave, natararja, ki meša zdravilne sokove, zdravnika, medicinske sestre, lekarnarja).
- Doživljanje vsebin preko različnih medijev (ogled risank in drugih kvalitetnih vsebin na televiziji in internetu).

Nekaj idej, ki so na voljo na youtu:

- ČISTE ROKE ZA ZDRAVE OTROKE – lutkovni film;
- INFODROM Zakaj je umivanje rok pomembno?;
- VILA EKSENA: Kako pravilno kihati in kašljati;
- VILA EKSENA: Kako si pravilno umiti roke;
- BOBI IN PIKA: Vnetje ušes;
- RADOVEDNI JAKA: Kaj imam pri pomladi najraje, Kaj lahko naredim s svojo zbirko

		<p>narave, Kaj potrebujemo za gojenje fižola...; -GOSENICA TINKA: Gosenica tinka v gozdu, Gosenica Tinka na kmetiji...</p>
<p>Narava: Z naravoslovnimi dejavnostmi otrok spoznava tudi sebe, svoje telo in zmožnosti.</p>  	<p>-otrok spoznava, da na njegovo zdravje vpliva okolje in on sam.</p> <p>-Otrok spoznava, kako se lahko varuje pred boleznimi in škodljivimi snovmi.</p> <p>-Otrok spoznava različno prehrano in pridobiva navade zdravega in raznolikega prehranjevanja.</p>	<p>-Preučevanje svojega telesa in njegovega delovanja med hranjenjem, vadbo, počitkom.</p> <p>-Doživljanje posameznih čutil (poslušanje, vohanje, okušanje, tipanje, opazovanje):</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ poslušanje glasbe, pravljič, bitja srca, lahko se igrate igro »Skriti zvok« (proizvajamo različne zvoke s predmeti, npr. tolčemo s kamni, režemo s škarjami, udarjamo s pokrovkami, prelivamo vodo tako, da nas otrok ne vidi), on pa mora ugotoviti, kaj je povzročilo zvok; ➤ vohanje zelišč, hrane, toplih napitkov (otroka vključite v pripravo vseh obrokov); ➤ tipanje predmetov, hrane, rastlin, kamnov ter spodbujanje k opisovanju tega, kar občutijo;

		<ul style="list-style-type: none"> ➤ okušanje različne hrane, začimb, napitkov, lahko poskusimo igro z zavezanimi očmi ter s tem dejavnost še otežimo in popestrimo; ➤ opazovanje telesa, načina gibanja, razpoloženja... <p>-Sodelovanje v pogovoru o tem, katera hrana je zdrava, katera ne, zakaj moramo zdravo jesti, kako zdrava hrana vpliva na naše počutje, katera hrana je bogata z vitamini.</p> <p>-Listanje in poimenovanje različne hrane v reklamnih letakih različnih trgovin.</p> <p>-Seznanjanje s posodobljeno prehrambno piramido.</p> <p>-Spodbujanje k raznoliki, polnovredni prehrani in pitju vode ter nesladkanega čaja.</p>
<p><i>Umetnost.</i></p> <p><i>Izkušnje na področju umetnosti so zaradi celovitosti doživljanja in ustvarjanja pomemben dejavnik uravnoveženega</i></p>	<p>-Spodbujanje radovednosti in veselja do umetniških dejavnosti, umetnosti in različnosti.</p>	<p>-Petje otroških, ljudskih in umetnih pesmic v obsegu svojega glasu. Nekaj ljudskih pesmi, ki jih mogoče poznate in jih lahko prepevate skupaj:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Majhna sem bila, ➤ Huda mravljica, ➤ Barčica po morju plava, ➤ Marko skače,

razvoja in duševnega
zdravja.



(ideja: lahko pripravite lutkovno
predstavo v glavni vlogi z
bananami, na koncu pa jih
pojeste.)

- Čuk se je oženil,
- Abraham ma sedem
sinov,...


-Pesmi lahko spremljate tudi z
igranjem na instrument ali pa kar
na lastne instrumente (ploskanje,
tleskanje, topotanje...).


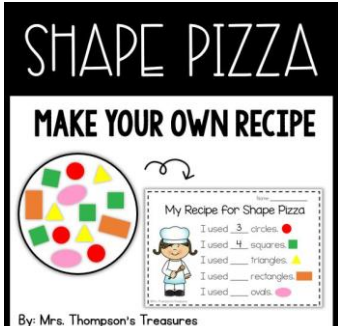
-Umetnost ni samo risanje in
slikanje, ampak tudi umetnost na
krožniku!

-Igrajte se in ustvarjajte igrive in
privlačne vitaminske krožke;

-Nekaj idej:



		<p>-Izdelava prehrambne piramide (izrezovanje slik hrane iz reklamnih letakov, lepljenje na papir, izrezan v obliki trikotnika).</p>
<p><i>Matematika:</i> <i>Otrok se v vsakodnevnem življenju že zelo zgodaj srečuje z matematiko.</i></p> 	<ul style="list-style-type: none"> -Otrok rabi imena za števila. -Otrok od poimenovanja posamičnih predmetov postopno preide na štetje in razlikovanj med številom in števnikom. -Otrok išče, zaznava in uporablja različne možnosti rešitve problema. -Otrok klasificira in razvršča. -Otrok utrjuje znanje o geometrijskih likih. 	<ul style="list-style-type: none"> -Štetje podobnih objektov na sprehodih (drevesa, klopi, deske v ograji, stopnice, ko hodi po njih, prometni znaki...). -Štetje več stvari ali reči, ki jih otrok ne more prijeti (npr. okna pri sosednji hiši). -Igranje družabnih iger, ki vsebujejo štetje (Človek, ne jezi se, domino, igre, kjer se meče kocko in se pomika po poljih naprej in nazaj glede na navodila na poljih). -Igranje s kalkulatorjem in drugimi objekti, ki prikazujejo številke (mobitel, digitalne tehtnice, digitalni termometri, blagajna za igri vlog – trgovina), poimenovanje števil na zaslonu. -Splošno razvrščanje in po pravilu eden z enim (pripravljanje mize za kosilo, deljenje prtičkov, pribora, kozarca vsem družinskim članom).

	<p>-Razvrščanje dobre in »slabe« hrane, npr. tako:</p>  <p>-Naredite si pico iz geometrijskih likov, npr.:</p> 
--	--

Metode dela: igra, učenje z raziskovanjem, opazovanje, poslušanje, razlaga, pripovedovanje, demonstracija.

Oblike dela: individualna, skupna, skupinska, delo v dvojicah.

Načela: odprtosti kurikulumu, avtonomnosti ter strokovne odgovornosti vrtca in strokovnih delavcev v vrtcu.

IDEJE ZA BRANJE DEKLAMACIJE:

ZDRAVILO (Kajetan Kovič)	POČIVAM (F. Lainšček)	OTROCI (Tone Pavček)
<p>Naša stara, siva vrana že boleha teden dni. Huda mrzlica jo trese, glava jo močno boli.</p> <p>»Morala bom do zdravnika,« sama zase godrnja. »Bom stopila k botru štrku, ki na gripo se spozna.«</p> <p>Modri doktor pri pregledu le latinsko govori. Z repom malo pomigava in navzkriž vrti oči.</p> <p>»Sedem bolh in pet komarjev naj v lekarni ti dado. Z močnim kropom jih popari in popij takoj nato.«</p> <p>To preskušeno zdravilo res je gripo prepodilo: Lonec kropla je požrla in takoj nato umrla.</p>	<p>Ne, nimam zdaj časa. Cel dan že počivam. Se nič mi ne zljubi in tega ne skrivam.</p> <p>Prav nič me ne mika in nimam sploh volje. Je tudi ne rabim, brez nje mi je bolje.</p> <p>Lahko pa, če vztrajaš, napraviš kaj zame. Blag čaj mi pripraviš, daš vzglavnik pod rame.</p>	<p>Otroci imajo majhne noge, a delajo največje korake do sonca do sreče, čez svet in puščajo za vse zanesenjake v prihodnosti sled.</p> <p>Ko prihajajo iz njihovih ust tiste velike besede, kakor sonce in sreča in svet, je kot bi iz velike sklede zajemali sladko jed.</p> <p>In ko se nasitijo, sijejo od zdravja in židane volje kot sonce kot sreča kot svet, ki se je premaknil na bolje za celo velikanovo ped.</p>

UGANKE:

Lahko
jo zamrzuješ, kuhaš z njo
obaro,
ob hudi vročini pa spremeni
se v paro. (VODA)

Kadar
si bolan, ti predpiše ga
zdravnik,
če pa ješ ga, ko si zdrav, boš
postal bolnik. (SIRUP)

Ko bolan boš, mama s tabo k
njemu bo zavila, da te
pregleda, in da predpiše ti
zdravila. (ZDRAVNIK)

IZŠTEVANKA:

Jabolka dišijo.
Na mizi se smeji.
Tebi enega, tebi enega....
Vzemi jabolko še ti,
aa boš zdrav
in velik ravno prav.
1 2 3 še po eno pojdi ti.

Ta hiša je večnadstropna

Čist, svetel, zelo pomemben.

Tu boste srečali različne zdrav

Zdravijo odrasle in otroke.

Ležali boste v postelji

Kohl je hudo bolan.

Ne želimo biti tukaj!

Kje, povej? (*V bolnišnici*)

IDEJA ZA UČENJE NOVE PESMI:

VSAKO JUTRO SI UMIJEM

Tamara Laganin Kranjec

čistoča/moje telo

Tamara Laganin Kranjec

Voice 
VSA - KO JU - TRO SI U - MI - JEM RO - KE IN OB - RAZ,

Vo. 
SI OŠ - ČET - KAM ŠE ZO - BE, KER ČIST OT - ROK SEM JAZ.

Vo. 
SE ZGLAV - NI - KOM ŠE PO - ČE - ŠEM, U - RE - DIM SE CEL,

Vo. 
DA V VR - TEC - SE OD - PRA - VIM VED - NO ZDRAV, VE - SEL!