

PROGRAM ZDRAVJE V VRTCU

POROČILO o IZVEDENIH AKTIVNOSTIH ZA KREPITEV ZDRAVJA V ŠOLSLEM LETU 2019/2020

Navodilo:
Izpolni koordinator/ka vrtca

Naziv vrtca: Vrtec Jurček pri OŠ Gornji Petrovci

Naslov vrtca: Gornji Petrovci 2

Kraj: Gornji Petrovci

Enote vrtca: /

Skupine: vse: 4

sodelujoče: 4

Sodelujoče skupine:

nižja starostna skupina: 2

višja starostna skupina: 2

mešana skupina: /

Vzgojiteljice: 4

Pomočnice: 4

Št. vzgojiteljic, ki so oddale poročilo o izvedenih aktivnostih: 4

Izobraževanje – udeležba v tem šolskem letu:

- jesensko: 1
- spomladansko: izpolnjena anketa 1 vzgojiteljice

Udeležba na obeh izobraževanjih: 1

Navedite imena in priimke udeleženk, ki so se udeležile obeh izobraževanj (0,5 točke)

Mateja Meško	Ime in priimek
Ime in priimek	Ime in priimek
Ime in priimek	Ime in priimek
Ime in priimek	Ime in priimek
Ime in priimek	Ime in priimek

Ali imate poročila objavljena na spletni strani vrtca: da ne

Zap. št. naloge: **1**

Vsebina: **RDEČA NIT – Medgeneracijsko povezovanje**

Vsebino izvajajo: **2 skupin**

Metoda dela: **Pogovora, praktično delo, obisk.**

Zunanji izvajalci: **/**

Čas trajanja v: **2 uri/dnevih/mesecih/celo leto**

Ciljna skupina: **Otroci, stari starši**

Uporabljeno gradivo in didaktični material: **Naravni material, smrečica, okraski.**

Uporabljene informacije z naših izobraževanj? da ne

Opis: V prvi in četrti skupini vrtca so izvedli srečanje z dedki in babicami. Srečanje je potekalo v veselem decembru. V prvi skupini vrtca so skupaj z dedki in babicami okrasili novoletno smrečico v igralnici, ta dan so namenili tudi prijetnemu medgeneracijskemu druženju. V četrti skupini pa so izvedli adventne delavnice z naravnim materialom. Srečanje je bilo ustvarjalno in prav tako potekalo v prijetnem in sproščenem vzdušju. Žal zaradi virusa COVID 19 in zaprtja vrtcev v času epidemije načrtovanih srečanj z babicami in dedki niso izvedli v drugi in tretji skupini vrtca. Srečanja sta bili načrtovani za mesecu april.

Zap. št. naloge: 2

Vsebina: Zobozdravstvena vzgoja

Vsebino izvajajo: 3 skupin

Metoda dela: Pogovor, praktično delo, demonstracija, ogled/obisk.

Zunanji izvajalci: Medicinska sestra ZD Murska Sobota

Čas trajanja v: Skozi celo leto

Ciljna skupina: Otroci, starši

Uporabljeno gradivo in didaktični material: Ščetke, lutka, pobarvanke, slikanice, likovni material.

Uporabljene informacije z naših izobraževanj? da ne

Opis: Vse tri skupine smo sodelovale v programu Moja ščetka. V vrtcu prakticiramo ščetkanje po vsakem obroku. Sodelovali smo tudi z ZD Murska Sobota. Zobna asistentka na pride vsako leto večkrat obiskat in nam predstavi pravilno ščetkanje zob in pomen samega ščetkanja. Otrokom pripravi tudi lutkovno predstavo, kar otrokom na njim primeren način predstavi že prej omenjeno vsebino in je dobra motivacija za vnaprej. Vsakemu otroku se tudi individualno posveti in mu pokaže pravilno ščetkanje zob in jih opomni, da je potrebno pri higieni zob, da v predšolskem obdobju pomagajo doma pri ščetkanju tudi starši.

Zap. št. naloge: **3**

Vsebina: **Zdrava prehrana**

Vsebino izvajajo: 3 skupin

Metoda dela: Pogovora, praktično delo.

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

Čas trajanja v: Skozi celo leto

Ciljna skupina: Otroci, starši

Uporabljeno gradivo in didaktični material: Otroške enciklopedije, slikanice, slikovne aplikacije, sadje in zelenjava, likovni material.

Uporabljene informacije z naših izobraževanj? da ne

Opis: V vrtcu skrbimo, da otroci uživajo raznovrstno in zdravo prehrano. Imamo to srečo, da ima vrtec kljub svoji majhnosti samostojno kuhinjo, ker pripravljajo hrano svežo in primerno zdravemu načinu prehranjevanja. Skozi vso šolsko leto smo se veliko pogovarjali o tem kaj je zdrava hrana. Otroke smo o tem seznanjali preko raznih zgodbic, slikovnih aplikacij itd. Rojstne dni smo v vrtcu praznovali predvsem tako, da smo velik poudarek dajali praznovanju in se namesto sladkarij posladkali z sadjem. Sadje smo tisti dan še posebej praznično postregli in tudi sam način priprave sadja se je menjaval skozi vso leto (npr. sadna kupa, sadni krožnik, sadno nabodalo ipd.). Kot vsako leto smo obeležili slovenski tradicionalni zajtrk in na zajtrk povabili tudi župana naše občine. Otrokom so bile še posebej zanimive dejavnosti ko so lahko samostojno sodelovali pri pripravi hrane in potem jim je hrana še posebej teknila.

- Zap. št. naloge:** **4**
- Vsebina:** **Narava in varovanje okolja**
- Vsebino izvajajo:** 1 skupin
- Metoda dela:** Pogovora, praktično delo, ogled.
- Zunanji izvajalci:** navedite kdo (npr. policist, medicinska sestra)
- Čas trajanja v:** **Skozi celo leto**
- Ciljna skupina:** navedite
- Uporabljeno gradivo in didaktični material:** navedite
- Uporabljene informacije z naših izobraževanj?** da ne

Opis: Skrb za naravo in ločevanje odpadkov je bila nit, ki se je odvijala skozi celo leto v četrti skupini vrtca. Pri tem so poudarjali pomen okolja za naše zdravje. Preko pravljice EKO Zajček so spoznavali pravilno ločevanje odpadkov in recikliranje. Ogleдали so si tudi veliko zabavnih in otrokom zanimivih video vsebin, da so potem bolje razumeli kam gredo odpadki ter razmišljali o tem kako lahko sami skrbimo za lepšo in čistejšo naravo. Izdelali so svoje koše za smeti in igrice ločevanje odpadkov. Otroci so bili zelo aktivni pri vseh načrtovanih dejavnostih.

Zap. št. naloge: 5

Vsebina: Osebna higiena

Vsebino izvajajo: 4 skupin

Metoda dela: Pogovora, demonstracija, praktično delo, obisk.

Zunanji izvajalci: Medicinska sestra ZD Murska Sobota.

Čas trajanja v: Celo leto.

Ciljna skupina: navedite

Uporabljeno gradivo in didaktični material: Slikanice, likovni material, IKT tehnologija.

Uporabljene informacije z naših izobraževanj? da ne

Opis: Pogovori o osebni higieni so stalnica v našem vrtcu. Otroke na njim primeren način seznanjamo o pravilni osebni higieni in njenem pomenu. To šolsko leto smo seveda glede na izredne razmere tej temi dali še večji poudarek. Ogleдали smo si kar nekaj poučnih video vsebin, ki otroke učijo pravilne osebne higiene. V vrtcu nas je obiskala tudi medicinska sestra, ki je otrokom s pomočjo lučke in pravljičice še bolj nadzorno predstavila pomen in potrebo o umivanju rok. Pravljičico smo potem vzgojiteljice večkrat ponavljale ob umivanju rok v umivalnici. Otroci so sedaj pozorni tudi na pravilno sušenje rok po umivanju. Otroke spodbujamo, da upoštevajo higieno kašlja in tudi brisanje noskov.

- Zap. št. naloge:** **6**
- Vsebina:** **»Varno s soncem«**
- Vsebino izvajajo:** 1 skupin
- Metoda dela:** Pogovor, demonstracija, praktično delo.
- Zunanji izvajalci:** navedite kdo (npr. policist, medicinska sestra)
- Čas trajanja v:** 2 tedna
- Ciljna skupina:** Otroci, starši
- Uporabljeno gradivo in didaktični material:** navedite
- Uporabljene informacije z naših izobraževanj?** da ne

Opis: Ker se bomo v poletnem času veliko zadrževali na prostem, bomo morali dobro poznati pomembne stvari o varnosti pred soncem. V tretji skupini vrtca smo se že veliko pogovarjali, kaj vse moramo storiti, da se obvarujemo pred škodljivimi vplivi močnega sonca. Naredili smo plakat o sredstvih, ki nas ščitijo pred soncem. V tem času zamenjamo odhod na igrišče, tako se takoj po zajtrku odpravimo na igrišče in se vrnemo v vrtec že okoli 10 ure. Pijemo tudi več tekočine, vode ali nesladkani čaj.

Zap. št. naloge: **7**

Vsebina: **Varnost v prometu/na igrišču**

Vsebino izvajajo: 2 skupin

Metoda dela: Pogovora, praktično delo, demonstracija.

Zunanji izvajalci: Policist policijske uprave Gornji Petrovci.

Čas trajanja v: 2 uri

Ciljna skupina: navedite

Uporabljeno gradivo in didaktični material: **Odsevni brezrokavniki, likovni material.**

Uporabljene informacije z naših izobraževanj? da ne

Opis: V vrtcu nas je obiskal policist, policijske postaje Gornji Petrovci. Obiskal nas je z namenom ozavestiti otroke o varnosti v prometu. Seznanil nas je s predmeti, ki nas naredijo vidnejše (odsevni brezrokavnik, rutice, kresničke, odsevni trakovi). Otrokom je povedal tudi nekaj o varnosti v avtomobilih, na kolesu, skiroju, kako se obnašamo na cesti in katera pravila moramo upoštevati za našo varnost in varnost vseh drugih udeležencev v prometu. Odpravili smo se na sprehod po kraju. Ustavili smo se na prometno pomembnih mestih in se pogovorili, kako bomo varno prečkali cesto. Otroci so na obisk bili pripravljene saj smo en teden prej izvajali dejavnosti na temo varno v prometu in začeli s projektom Pasavček.

Zap. št. naloge: **8**

Vsebina: **Duševno zdravje**

Vsebino izvajajo: 1 skupin

Metoda dela: Pogovor, demonstracija, praktično delo, uporaba avdiovizualnih sredstev.

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

Čas trajanja v: 3 mesece

Ciljna skupina: Otroci, vzgojno osebje.

Uporabljeno gradivo in didaktični material: navedite

Uporabljene informacije z naših izobraževanj? da ne

Opis: Preko raznih socialnih iger in učenja veščin so se otroci učili medsebojnih odnosov in reševanja sporov. Poudarek smo dajali na pozitivnih spodbudah, občutkih, ki so krepile otrokovo samopodobo, samozavest in samospoštovanje ter s tem vplivali na otrokovo dobro počutje in oblikovali varno okolje. Otroci so se zato počutili varno, sprejeto in ljubljeno. Preko različnih vsebin, glasbene, slikopisov, lutk, ogledal smo spoznavali čustva kot so strah, jeza, trma, veselje itn. Ugotavljali smo, da nismo vedno veseli in žalostni ter, da so v nas prisotna še številna druga čustva. Na področju duševnega zdravja so se otroci srečali z različnimi načini sproščanja in umiritve: poslušanje umirjene glasbe, z vajami za jogo v predšolskem obdobju, sproščanje s slikanjem in sproščanjem v naravi.

Zap. št. naloge: 9

Vsebina: Gibanje

Vsebino izvajajo: 4 skupin

Metoda dela: Pogovor, praktično delo, demonstracija.

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

Čas trajanja v: Skozi celo leto

Ciljna skupina: navedite

Uporabljeno gradivo in didaktični material: navedite

Uporabljene informacije z naših izobraževanj? da ne

Opis: Otrok skozi gibanje zaznava, odkriva, preizkuša svoje telo, doživlja veselje in ponos ob razvijajočih se sposobnostih in spretnostih ter gradi zaupanje vase. Gibanje daje otroku občutek ugodja, varnosti in veselja. Otrokom skozi vse leto pripravljamo dejavnosti iz gibalno/športnega programa MALI SONČEK. V projekt so vključeni vsi oddelki vrtca razen najmanjše jaslične skupine, ker je starost otrok 1-2 let. Tako vsi otroci usvojijo dejavnosti, ki so primerne njihovi starosti. Naš vrtec ima prednost v tem, da imamo vse naokoli veliko gozda. To zelo radi izkoristimo in veliko dejavnosti pripravimo v gozdu. Otroci v gozdu plezajo, premagujejo razne ovire, razvrščajo liste ali palice, v gozdu smo naredili čutno pot ali se preprosto igrajo in zabavajo v gozdu. Pri bivanju v naravi se naučimo spoštovati naravo, jo čuvati, jo ne onesnaževati in spoznamo kaj vse nam lahko ponudi. Redno izvajamo sprehode po okolici vrtca in skušamo uresničiti naš cilj, da smo vsak dan zunaj. Gibalne dejavnosti izvajamo v različnih okoljih (igralnica, vezni hodnik, zunanje površine vrtca, telovadnica OŠ in na različnih površinah v bližnji okolici vrtca. Cilji, ki smo jim sledili: omogočanje in spodbujanje gibalne dejavnosti otrok, spoznavanje in izvajanje različnih elementarnih gibalnih iger, sproščeno izvajanje naravnih oblik gibanja, spoznavanje pomena sodelovanja v igralni skupini, medsebojne pomoči in »športnega obnašanja«, spoznavanje vloge narave in čistega okolja v povezavi z gibanjem v naravi. Otroci obožujejo dejavnosti povezanih z gibanjem, zato se izplača to izkoristiti in iz tega dobiti največ kar se da.

Zap. št. naloge: **10**

Vsebina: **Svetovni dnevi povezani z zdravjem**

Vsebino izvajajo: navedite št. skupin

Metoda dela: navedite

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

Čas trajanja v: urah/dnevih/mesecih/celo leto

Ciljna skupina: navedite

Uporabljeno gradivo in didaktični material: navedite

Uporabljene informacije z naših izobraževanj? da ne

Opis: opis

Zap. št. naloge: **11**

Vsebina: **Zdrav način življenja**

Vsebino izvajajo: navedite št. skupin

Metoda dela: navedite

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

Čas trajanja v: urah/dnevih/mesecih/celo leto

Ciljna skupina: navedite

Uporabljeno gradivo in didaktični material: navedite

Uporabljene informacije z naših izobraževanj? da ne

Opis: opis

Zap. št. naloge: **12**

Vsebina: **Dodatna naloga - navedite naslov**

Vsebino izvajajo: navedite št. skupin

Metoda dela: navedite

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

Čas trajanja v: urah/dnevih/mesecih/celo leto

Ciljna skupina: navedite

Uporabljeno gradivo in didaktični material: navedite

Uporabljene informacije z naših izobraževanj? da ne

Opis: opis