

Projekt ZDRAVJE V VRTCU

Ozaveščanje o pomenu zdrave prehrane in telesne dejavnosti, osebne higiene, medsebojnih odnosih, varnem fizičnem okolju itd. pomembno prispeva k uresničevanju naše vizije vrtca kot zdravega, varnega in spodbudnega okolja. Zato smo se v letošnjem šolskem letu odločili za projekt Zdravje v vrtcu. Projekt je podprt s strani Nacionalnega inštituta za javno zdravje in je usmerjen v vse ciljne skupine v vrtcu (otroci, starši, delavci).

V nadaljevanju si lahko preberete in pogledate, kaj vse se je dogajalo v povezavi s projektom.

SKUPINA BALONČKI

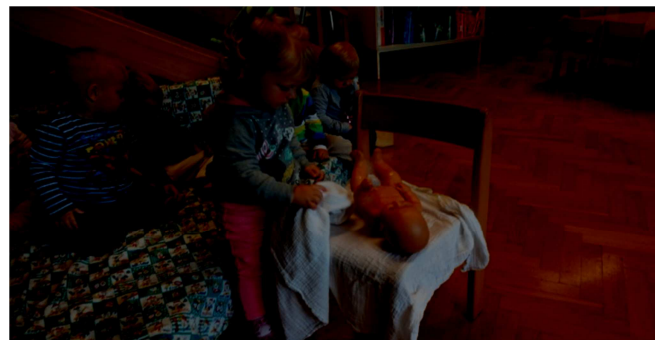
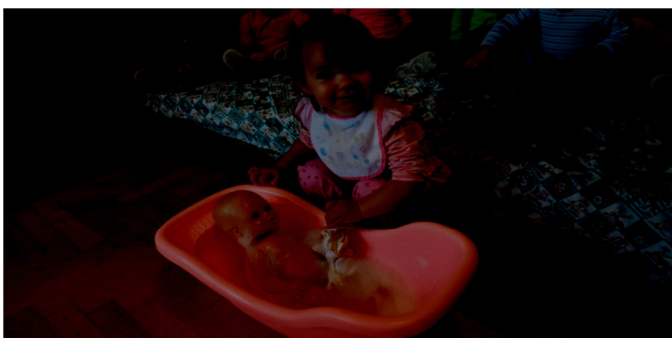
Kopanje in umivanje lutk: Otrokom smo pripravili banjice z vodo v katero so kanili nekaj mila. V banjice so otroci položili lutke in jih okopali ter umivali s krpicami. Po končanem kopanju so lutke obrisali in namazali s kremo.

Česanje lutk: Otrokom smo razdelili lutke in glavnike, otroci so nato česali lutke in jim spenjali lase.

Umivanje zob: Otroci so lutkam umivali zobe z zobnimi ščetkami in se tako učili higiene zob.

Brisanje nosu: Otrokom smo razdelili papirnate robčke, ki so jih nato uporabili za brisanje nosov lutkam. Pri dejavnosti smo jih usmerjali k pravilnem brisanju nosov in odnašanju uporabljenih robčkov v smeti.

Previjanje in oblačenje lutk: Otroci so po končanem umivanju in urejanju dojenčkov le-te tudi zavili v plenice in jih oblekli v primerna oblačila glede na letni čas.



SKUPINA ŽOGICE

Tudi otroci iz skupine Žogice smo sodelovali v projektu Zdravje v vrtcu. Ogledali smo si lutkovni film Kako ostati zdrav. Nato smo se ob knjigah pogovarjali o zdravju, skrbi za zdravje in si izdelali plakat o zdravi prehrani.

Imeli smo mesečni tematski sklop na temo **gibanje za zdravje**. V okviru tematskega sklopa smo se pogovarjali o skrbi za zdravje, predvsem o pomenu gibanja za zdravje in naredili naloge za gibalni program **Mali sonček**. Slikali in risali smo na temo gibanje. Nekateri otroci so izrezovali športne rekvizite iz revij in jih lepili na liste.



SKUPINA GUMBKI

1. Zimska oblačila/kaj storiti za dobro počutje

- oblačila primerna za zimski čas, zaporedje oblačil (spodnje perilo, nogavice/hlače, majica, hlače, jopica, bunda/jakna, čevlji, kapa, šal, rokavice), plastificiran model dečka, na katerega so v pravilnem zaporedju (od kože navzven) prilepili plastificirana oblačila (izdelana didaktična igra)
- razvrščanje oblačil
- pesmica Jurček (J. Kuhar)
- pravljice (Rokavička, Veliki pulover malega medveda, Zelena jopica, Bor in Bina na snegu, ...)
- pogovori o tem, kaj storimo: kadar nas zebe? kadar nam je vroče? kaj takrat oblečemo/slečemo? Kaj oblečemo, preden gremo ven? Kaj, preden gremo spat? Kaj oblečemo, ko gremo na bazen? Kaj poleti in kaj pozimi?
- kašljanje in kihanje v rokav, samostojno brisanje nosu



2. Peka piškotov in čajanka

- osebna higiena in higiena okolja pred pripravo piškotov, med samim delom in po končani dejavnosti
- varnost pri peki piškotov; opazovanje piškotov v pečici, poudarek na tem, da je vroče in ne smejo prijemat
- priprava mize za čajanko, priprava sadnega in zeliščnega čaja, okušanje čaja, sladkanje z medom, dodajanje limone
- ustvarjanje prijetnega vzdušja



3. Čustva/ Piščanček Pik

- spoznavanje čustev preko pravljice Piščanček Pik (M. Manček)
- doživljanje čustev ob glasbi
- pogovor o počutju (poudarek sem dala na individualni pogovor ob spontanih dogodkih, kadar je bil kdo žalosten, jezen, vesel...
- izdelava lutk Piščanček Pik, igra z lutkami



4. Skuhajmo sok

- osebna higiena in higiena delovnega okolja, pred, med in po dejavnosti
- merjenje količin, opazovanje kuhanja vode in sladkorja
- nabiranje bezgovih cvetov
- umivanje in namakanje bezgovih cvetov
- precejanje soka v plastenke
- okušanje soka, ki smo ga sami skuhal. Imeli so ga zelo radi.



5. Senca

- seznanitev staršev o zaščiti
- pokrivala,
- upoštevanje pravila sence,
- merjenje sence (obris sence ob 9.00 uri, primerjanje ob 11.00 uri)
- pitje vode

6. Gibanje

- sodelovanje v projektu Mali sonček (modri sonček)
- vsakodnevno jutranje razgibavanje v igralnici, rajanje ob glasbi
- vsakodnevno bivanje na prostem (igra na vrtčevskem igrišču, igra na šolskem igrišču (z rekviziti, teki, vadbene ure, prosta spontana igra)



7. Tradicionalni slovenski zajtrk

- obisk čebelarjev, ki so nam predstavili čebelo, med in delo čebelarja, ter njegovo opremo



SKUPINA BARVICE

- **Seznanjanje z začetki tenisa**

Dejavnost smo izvajali na teniškem igrišču v Krškem. Pod vodstvom treh trenerjev tenisa so otroci spoznali prvine tenisa. Dejavnosti so bile primerne predšolskim otrokom, pripravili pa so štafetne igre (stožci, loparji...) in različne poligone.



- **Projekt Mali sonček**

Mali sonček (gibalni projekt): v projektu smo sodelovali z izvajanjem nalog, ki so določene za pridobitev priznanj za oranžni in zeleni sonček. Izvajali smo naloge Oranžni planinec (4 izleti: 9. 10. 2014- Senovo; 15. 10. 2014- Senovo, 9. 12. 2014- Grad Rajhenburg; 7. 5. 2015- lovška koča), mini kros, kolesarjenje, igre z žogo, ustvarjanje z gibom in ritmom, elementi gimnastične abecede. Vsi otroci so prejeli priznanja.



- **Jutranje razgibavanje**

Naš oddelek se je osredotočil na gibalne dejavnosti, ki so temelj zdravega življenja. Vsak dan smo se razgibavali po jutranjem krogu. Poleg osnovnih vaj za razgibavanje smo vključili še: Začetni program joge za otroke, Tibetančke, igro Dan in noč, ciljanje v odprtino (hranjenje medveda), masaže, vodeno vizualizacijo. Razgibavali smo se tudi ob izštevankah.



- **Plesna dramatizacija**

Plesno dramatizacijo smo ustvarjali cel mesec. Skupaj smo jo ustvarili od same ideje do končne izvedbe. Najprej smo prosto gibalno ustvarjali ob afriških ritmih, nato pa smo določili vloge v dramatizaciji in se dogovorili za določene gibalne vzorce glede na ritem.



- **Uvod v plezanje**

S pomočjo dveh trenerjev smo v telovadnici osnovne šole spoznali uvod v plezanje. Otroci so se preizkusili v gibalnih spretnostih skozi poligon - plezanje po lestvi, plazenje skozi obroč, gaganje z vrvjo, plezanje po drogu, povzpenjanje po plezalni steni.



- **Od glave do peta**

Ob informativnih slikanicah smo se seznanjali s telesom, podrobneje smo se seznanili tudi z ustno higieno. Posvetili smo se čutnim organom, zato smo s taktilnimi dejavnostmi (tipanje predmetov, tipanje Braillove pisave na škatlicah zdravil) izpostavili pomen vida.



- **Pravljica o Materi naravi**

Otroci so spoznali pravljico o Materi naravi. Skrb za zdravje so povezali s prsti na rokah (vsak prst pomeni en element zdravja), nato pa so slišano ponazorili z likovnim ustvarjanjem.



SKUPINA BOMBONČKI

- VRTEC V NARAVI

Dvodnevno bivanje v Črmošnjicah

V vrtcu vsako leto organiziramo dvodnevno bivanje v naravi. Otroci se tega še posebno veselijo, saj res večino časa preživijo zunaj. V gozdu, travniku, ob potoku. Izdelovali smo mlinček za vodo, vozili splav, izdelali trobento iz lubja, piščalko. Igrali smo se pastirske igre, se prelevili v gozdne živali in uživali v novih dogodivščinah.





- ZOBOZDRAVSTVENA VZGOJA

Celo leto skrbimo za čiste in zdrave zobe. Vsako jutro po malici si zobe dobro umijemo. Sodelujemo pa tudi s preventivno zobozdravstveno službo, ki nas je mesečno obiskovala. Pokazali so nam, kako si pravilno ščetkamo zobe, ogledali smo si tudi pravljico o Zobomiški. V mesecu marcu pa smo se pogovarjali o skrbi za zdravo telo in smo tudi izdelovali zobe iz das mase, jih risali ter brali pravljice na temo zobozdravnik.

Obiskali smo tudi zobozdravstveno ordinacijo, ki se nahaja na naši šoli.



- **PROMET**

Mesec september smo posvetili prometu. Pogovarjali smo se o vrstah vozil, prometnih znakih, o varnosti na cesti, na prehodu za pešce. Risali smo prometne znake, jih prepoznavali na slikah, jih opazovali na sprehodu. Sodelovali smo tudi na likovnem natečaju »Cesta ni presta«. Bili smo izbrani med dvajset najboljših in si prislužili nagrado.



- **GIBANJE ZA ZDRAVJE**

- Prednostna naloga v vrtca v tem letuje bila gibanje za zdravje in smo res veliko časa posvetili gibanju. Odločili smo se, da obiščemo teniško šolo v Krškem, kjer so jih seznanili s tem športom. Otroci so uživali.



- Veliko smo hodili na sprehode, se igrali na vrtčevskem igrišču.

- Sodelovali smo v projektu MALI SONČEK. Šli smo na pohode, se vozili s kolesi, tekli kros, se igrali z žogo, plesali.



- V maju smo se na Senovem udeležili MINI OLIMPIJADE vrtcev občine Krško. Otroci so sodelovali v teku na 300 m, metanju žvižgača, skakanju z vrečo ter postavljanju škatel. V zrak smo spustili balone v barvah olimpijskih krogov. Prijetno vzdušje pa je popestril naš olimpijski prvak v metu kladiva Primož Kozmus, ki je otrokom podelil priznanja za udeležbo ter se z nami tudi fotografiral.

