

ZDRAVJE V VRTCU

2018/2019

POROČILO



VRTEC PRI OSNOVNI ŠOLI OREHEK KRANJ- VRTEC MAVČIČE

V sklopu nacionalnega instituta za javno zdravje smo v našem vrtcu tudi letos sodelovali v projektu Zdravje v vrtcu. V okviru projekta smo v skupini Sovice zajeli področja, ki pomembno vplivajo na naše zdravje in počutje in tako obogatili življenje in delo v vrtcu.

PRAZNOVANJE LETNIH ČASOV

Letošnja rdeča nit projekta je bila medgeneracijsko sodelovanje. V vrtcu Mavčiče že vrsto let praznujemo prihod letnih časov na ravni celotnega vrtca. Lahko bi rekli, da je postalo že tradicionalno. V ta namen se vsi otroci iz vrtca zberejo v eni izmed igralnic. Otroci iz skupine Sovic smo bili letos zadolženi za pripravo programa. Skozi celo leto smo skrbno izbirali pravljice in pesmice za dramatizacijo. Poskrbeli smo za pripravo rekvizitov oz. vse kar je bilo potrebno. Za pripravo praznovanja, je bilo potrebno veliko dobre volje, poguma in vaje. Vendar se je na koncu izplačalo, ker so nas otroci nagradili z ploskanjem. Zaigrali smo pravljico: Domišljavi želodek, Novoletna jelka, Grad gradiček, Zrcalce. Na koncu igrice smo skupaj prepevali pesmi in se še malo družili. Tako smo naše bivane v vrtcu še dodatno obogatili. Za otroke iz skupine Sovic pa je bila to spodbudna in prijetna izkušnja. Ugotovili so, da je trud poplačan, če se potrudiš in vadiš. Veliko otrok je premagalo strah pred nastopanjem in si s tem pridobili zaupanje vase ter v svoje sposobnosti. Po opravljenem nastopu so si želeli še nastopati. Tako so z vsako dramatizacijo postajali boljši in boljši. Pravljico Grad gradiček smo zaigrali tudi staršem.



VRTNARJENJE

V skupini Sovice smo se letos, pod vodstvom naše pomočnice vzgojiteljice Nataše Stružnik odločili prevzeti skrb za naš vrtčevski vrtiček. S pomočjo pogovora sva preverili, kaj otroci vedo oz. poznajo o vrtu. Povedali so, da raste zelenjava, da jo je potrebno posaditi ali posejati ter pridno zalivati. S pregledovanjem knjig smo pridobivali različne informacije. Pogovarjali smo se o pomenu prehrane, še posebej o lokalno pridelani zelenjavi ter zakaj je zelenjava zdrava. Ugotovili smo, da je bogata z vitamini, minerali, zato smo bolj zdravi in ne zbolimo tako hitro. Pogovorili smo se o paradižnikih (kje rastejo, zakaj vse jih uporabljamo, vrste paradižnikov...). Izdelali smo plakat, nato smo jih posejali v cvetlična korita. Ker smo jih pridno zalivali, so hitro zrasli, zato smo jih morali presaditi v večje lončke. Otroci so paradižnike lahko odnesli tudi domov. Za ostale sadike smo skrbeli v igralnici, dokler zunaj ni postalo dovolj toplo, da smo jih posadili v vrtiček. Poleg paradižnika smo posadili še baziliko, timijan, papriko in redkvico. Za vrtiček so nam pomagali skrbeti tudi otroci iz vrtca. Pomagali so ga zalivati in urejati. Otroci so bili nad delom navdušeni, še posebej radi pa so opazovali njihovo rast. Zelenjavo z vrtička so zelo radi poskušali.



GIBANJE

V mesecu oktobru se je odvijal tradicionalni humanitarni Čopkov tek. Prizorišče dogajanja je bil na travniku Drakslerjeve kmetije. Vreme nam je bilo naklonjeno, tako da smo lahko uživali v toplém jesenskem vremenu. Tekom popoldneva so se razvrstila tekmovanja v teku po skupinah in starosti. Različna športna društva so pripravila svoj predstavitveni program, v katerem so lahko sodelovali otroci šole in vrtca. Dogodek se je zaključil z zabavnim programom.

Ker se s sodelavko se zavedava, da je gibanje ena izmed primarnih otrokovih potreb, hkrati pa ima tudi velik vpliv na vzdrževanje zdravja. Zato sva gibalne dejavnosti skrbno načrtovali.

Gibalne dejavnosti smo z otroki izvajali v igralnici, v telovadnici, na igrišču, terasi. Zelo pogosto smo se odpravili na različno dolge sprehode npr. do jezera, dolg sprehod po vasi, poljski poti. V bližini vrtca imamo gozdiček, ki ga večkrat obiščemo, zaradi njegove pestrosti. Hodimo po koreninah, plezamo, nabiramo veje, se sproščamo in s pomočjo povečevalnih stekel (lup) raziskujemo različne rastline in živali. Ko se zabavamo velikokrat pozabimo na čas in na to, da se lahko umažemo. Gibanje smo izvajali vsakodnevno, kljub vsem vremenskim vplivom. Izvajali pa smo tudi gibalne dejavnosti v okviru športno gibalnega programa »Mali sonček« v sodelovanju s športnim pedagogom, ki nam je pripravljal in načrtoval gibalne urice v telovadnici. Z učiteljem smo telovadili enkrat na 14 dni po eno šolsko uro. Projekt smo zaključili s štafetnimi igrami za gasilnim domom in podelitvijo medalj.

Šolsko leto smo letos zaključili z družabno športnim dogodkom, ki se je odvijal na nogometnem igrišču v Mavčičah. V športnih igrah so sodelovali otroci s svojimi starši, starimi starši ter s sesticami in bratci. Športne igre so bile razporejene po postajah. Otroci so izžrebali barvo žetončka in tako so ugotovili na kateri postaji družina sodeluje. Ko so se udeležili vseh postaj, so se odpočili odžejali in posladkali s sladoledom.







SKRB ZA ZDRAVE ZOB

Preko celega leta sva otroke navajali na samostojnost pri oblačenju, umivanju, hranjenju in počitku. Še posebej smo dali veliko pozornosti na umivanje zob, saj je ključnega pomena za zdravje naših zob. Z otroki smo si ogledali poučni posnetek o pravilni tehniki umivanja zob. Po ogledu posnetka smo se učili pravilnega umivanja zob. V vrtcu se skozi celo leto vsakodnevno otroci po zajtrku umijejo zobe. S tem si pridobijo navado umivanja zob in spoznajo zakaj je pomembno, da si zobe redno umivamo. Veliko smo se pogovarjali tudi o zdravi prehrani, ki je pomembna za naše zobe. Izdelali smo plakat, prebirali smo razne knjige o zobeh in pravlјice. V igralnici smo si uredili začasni kotiček, ki smo ga poimenovali kotiček zobozdravnik. Pripravili smo čakalnico, ordinacijo z vsemi pripomočki in oblačili. V kotičku je potekala igra vlog- veliko je bilo dogovarjanja, usklajevanja, pogajana in pogovarjanja. Otroci so si s pomočjo igre vlog urili besedni zaklad, biti potrpežljivi in popustljivi. Najbolj so jim bila všeč oblačila in pripomočki. Zelo radi so doma pripovedovali staršem o igri in opremljenosti kotička. Čeprav smo s temo zobozdravnik končali, smo ga na željo otrok imeli še nekaj časa.



SKRB ZA PALIČNJAKE

V skupini Sovice imamo letošnje leto živi kotiček v katerem prebivajo paličnjaki. Pomočnica vzgojiteljice je v igralnico prinesla terarij, stekleničko in manjšo posodo za zemljo. Na poučnem posnetku smo si ogledali predstavitev življenjskega kroga in naravnega okolja paličnjaka. S pomočjo predstavitve smo spoznali primeren življenjski prostor za paličnjake in se seznanili z njihovim prehranjevanjem. Vzgojiteljica in pomočnica vzgojiteljice otrokom razložita in pokažeta, kakšna hrana je primerna za paličnjake. Skupaj z otroki pripravimo terarij, vanj namestimo paličnjake in poiščemo primeren prostor za terarij v igralnici. V bližnji gozdiček smo odšli iskati primerno hrano za paličnjake in zemljo. Z Otroki paličnjake vsakodnevno opazujemo v terariju, kako se prehranjujejo, gibljejo, razmnožujejo, rastejo in poginejo. Spoznavamo njihov življenjski krog. Hrano zanje nabiramo kadar gremo na sprehod v gozdiček. Redno jim menjavamo tudi vodo in vlažimo prst v terariju. Večkrat jih vzamemo iz terarija, in jih položimo na mizo ali kar na naša oblačila, da jih od blizu opazujemo. Ker so se in se še razmeroma hitro razmnožujejo smo jih nekaj tudi oddali otrokom, seveda na željo otrok in s strinjanjem staršev. V vrtec so prinesli primerno posodo, da so jih lahko odnesli domov.



Zapisala: Petra Lunder