

PROGRAM ZDRAVJE V VRTCU

POROČILO O IZVEDENIH AKTIVNOSTIH

ZA KREPITEV ZDRAVJA V ŠOLSLEM LETU 2018/2019

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: BALONI

Starost otrok: 2 – 3 LET

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

da

da

46

26.11.2018DOP/39

- 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

ne

ne

Če DA vpišite številko potrdila

Če DA vpišite številko potrdila

Zap. št. naloge: **1**

Vsebina: "Varno s soncem"

Metoda dela: Pogovor Demonstracija Uporaba avdiovizualnih sredstev

Zunanji izvajalci: /

Čas trajanja: 1mesec (št) 30 MINUT DNEVNO

Ciljna skupina: starši otroci osebje vrtca

Uporabljeno gradivo in didaktični material: zloženske, 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 zloženske 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 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 kakšno igro vlog, v kateri z kratkimi navodili opozorimo otroke na pomembnosti, ko smo poleti zunaj na igrišču.

Zap. št. naloge:	2		
Vsebina:	Zdrava prehrana		
Metoda dela:	Predavanje / razlaga	Pogovor	Demonstracija
Zunanji izvajalci:	starši otroka		
Čas trajanja:	12 mesecev (št)	30 minut	
Ciljna skupina:	starši	otroci	izberite iz šifranta
Uporabljeno gradivo in didaktični material:		sadje, krožniki	
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.

Zap. št. naloge: **3**

Vsebina: Svetovni dnevi povezani z zdravjem

Metoda dela: Pogovor Predavanje / razlaga Demonstracija

Zunanji izvajalci: ČEBELAR

Čas trajanja: 1 teden (št) 1 ura

Ciljna skupina: otroci osebje vrtca izberite iz šifranta

Uporabljeno gradivo in didaktični material: čebelarska oprema, čebelice, glasba, lutke

Uporabljene informacije z naših izobraževanj? 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 16.11.2018, 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 kratkega FILMA predstavili čebele, z lutkami zaplesali in se zabavali ob čebeljih smešnih igrach. Kljub temu, da so otroci mlajši, so se veliko naučili.

Zap. št. naloge: **4**

Vsebina: Gibanje

Metoda dela: **Praktično delo Demonstracija** izberite iz šifranta

Zunanji izvajalci: /

Čas trajanja: skozi celo šolsko leto Vpišite število

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

Uporabljeno gradivo in didaktični material: športni rekviziti

Uporabljene informacije z naših izobraževanj? da

JUTRANJE RAZGIBAVANJE, VADBENA URA, SPREHODI, GIBANJE

V skupini skozi celo šolsko leto dajemo velik poudarek gibanju. Saj je gibanje primarna človekova potreba. Zjutraj najprej izvajamo jutranje razgibavanje z rekviziti ali brez njih. Ponavadi vključimo otroke tako, da sami vodijo en delček razgibavanja in so še boljše notranje motivirani. Nato izvajamo tedenske vadbene ure po FIT programu. V lepem vremenu smo veliko časa preživeli zunaj na igrišču kjer smo izvajali različne gibalne dejavnosti s športnimi rekviziti, se vozili s poganjalci in usvajali različna igrala s plezanjem. Tudi starše sva vključili pri pohodih v jeseni in maja – družinski pohod. Ter januarja skupaj s starši izvedli vadbenu uro z obroči. Skozi vse te dejavnosti pa sva otroke navajale na samostojno obuvanje in oblačenje.

Zap. št. naloge:	5
Vsebina:	Osebna higiena
Metoda dela:	Praktično delo Pogovor Demonstracija
Zunanji izvajalci:	/
Čas trajanja:	skozi celo šolsko leto 30 minut dnevno
Ciljna skupina:	otroci izberite iz šifranta izberite iz šifranta
Uporabljeno gradivo in didaktični material:	milo, brisačke, toaletni papir, plenice
Uporabljene informacije z naših izobraževanj?	da

ZMOREM SAM

V skupini 2 – 3 let sva otrokom najprej na začetku leta predstavile nov prostor – umivalnico. Tam smo pričeli s postopnim učenjem higienskih opravil. Fantje so spoznali pisuarje in z veseljem pričeli raziskovati to opravilo, otroci v plenica so prvi mesec uporabljali kahlice, ostali, ki so se že odvajali, pa so pričeli hoditi na majhna stranišča. Vse je bilo novo in zelo zanimivo. Rutinsko smo postali zelo samostojni in tako ob koncu leta resnično obvladamo vsa opravila, vključno z umivanjem rok in brisanjem v brisačnik ter metom v koš. Kljub različnim potrebam otrok sva zadovoljni z uspehom, saj se vsak otrok trudi po svojih najboljših močeh in opravlja higieno samostojno. Sami se slečejo, oblečejo, obrišejo po mali potrebi, umijejo roke in obrišejo ter vržejo papir v koš. Drug drugega opazujejo in opozarjajo, ko je papirček na tleh ali pozabijo umiti roke. Vse to si želiva, da ponesejo domov in opravljajo prav tako vestno in redno kot v vrtcu, kljub temu, da otroci hitro izkoristijo pridne starše, ki namesto otrok naredijo vse.

Zap. št. naloge: **6**

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: **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).