

# ODGOVORI RESPONDENTA

**NIJZ** Nacionalni inštitut  
za javno zdravje

\includegraphics[width=3cm]/var/www/nijz.si/anketa/uploads/editor/1620720183zdravje\_

v\_vrtcu\_logo

Dobrodošli v spletni anketi.

Anketa je pisana v moškem spolu, velja za oba spola. Anketo izpolni koordinator programa Zdravje v vrtcu. Prav tako jo izpolnijo tudi vzgojitelji in pomočniki vzgojiteljev, ki želijo pridobiti potrdilo o sodelovanju v programu Zdravje v vrtcu oz. želijo pridobiti potrdilo za dve točki za napredovanje v nazive. Anketa je aktivna do 31. 7. 2022. Po tem datumu poročanje ni več mogoče.

ZA ENO SKUPINO SE IZPOLNI ENO POROČILO. Izpolni ga vzgojitelj ali pomočnik vzgojitelja. Če vzgojitelji oz. pomočniki vzgojiteljev ne bodo oddali svojega poročila, izpolni poročilo o izvedenih aktivnostih koordinator programa Zdravje v vrtcu za celoten vrtec. Za pridobitev potrdil mora v programu Zdravje v vrtcu sodelovati vsaj tretjina skupin iz vrtca.

Kontaktne podatke strokovnih delavcev, ki jih boste navedli v anketi bo NIJZ uporabil izključno za potrebe komunikacije med tekočim šolskim letom v okviru programa Zdravje v vrtcu (npr. pošiljanje vabil na izobraževanja, pošiljanje vabil na sestanke, pošiljanje gradiv ...). Hvala za sodelovanje! S klikom na Naslednja stran pričnete z izpolnjevanjem ankete.

## Soglasje za zbiranje osebnih podatkov v anketi

**Anketa, ki je pred vami, zbira osebne podatke in podatke, ki jih posredujete v anketi:**

**Ker bomo skupaj z vašimi odgovori zbirali zgoraj navedene osebne podatke, vas prosimo, da se pred izpolnjevanjem strinjate z zbiranjem vaših osebnih podatkov. Posredovanje anketnih in osebnih podatkov je prostovoljno in pogoj za sodelovanje v anketi. V primeru, da podatkov ne posredujete, ne morete nadaljevati z izpolnjevanjem ankete. Podrobnosti o zbiranju, hranjenju in obdelovanju vaših podatkov v tej anketi si lahko preberete tukaj. Politika zasebnosti in splošni pogoji so dostopni na tej povezavi.**

**Kontaktne podatke sodelujočih bo NIJZ uporabil izključno za potrebe evalvacije in izdaje potrdil sodelujočim.**

**Prosimo, označite, ali se strinjate z zbiranjem vaših osebnih podatkov:**

Da, strinjam se z zbiranjem mojih osebnih podatkov

**Regijski koordinator za vaš vrtec je iz NIJZ OE**

Murska Sobota

**Naziv vrtca:**

VRTEC LJUTOMER

**Naslov vrtca - ulica in hišna številka:**

FULNEŠKA UL. 5

**Poštna številka in kraj:**

9240 LJUTOMER

**Ime in priimek koordinatorja programa Zdravje v vrtcu v vašem vrtcu v šolskem letu za katerega oddajate poročilo:**

Nada Rajtman

**E-naslov koordinatorja programa Zdravje v vrtcu iz vašega vrtca:**

(npr. janez.novak@example.com)

nada.rajtman@guest.arnes.si

**Ime in priimek poročevalca:**

Ksenja Kosi Viher

**Anketo izpolnjujem:**

vzgojitelj

**Ime vaše enote:**

Fulneška ulica 5

**Ime vaše skupine:**

Čebelice

**Starost otrok v vaši skupini:**

mešane skupine

**Izvajanje aktivnosti v posamezni skupini (vsaj 3 mesece):**Vzgojitelj: [Ksenja Kosi Viher, 7-DEC2021/134, 7-MAJ2022/130](#)**Izvajanje aktivnosti v posamezni skupini (vsaj 3 mesece):**Pomočnik vzgojitelja: [Karmen Kosi, 7-DEC2021/133, 7-MAJ2022/129](#)**Za koliko aktivnosti želite podati poročilo?**

V kolikor želite prejeti potrdilo za sodelovanje v programu morate izbrati in opisati vsaj 5 aktivnosti.&amp;nbsp;nbsp;

[za 5 aktivnosti](#)**Navedite vsebino 1. aktivnosti**

V kolikor označite drugo obvezno navedite vsebino.

[Gibanje](#)**Čas trajanja aktivnosti**

v kolikor ste izvajali aktivnost nekaj ur označite ure, v kolikor nekaj dni označite dnevi ...

[meseci](#)**Vpišite število:**

10

**Navedite gradivo in didaktične materiale, ki ste jih uporabili pri tej vsebini:**[Kurikulum za vrtce, spletni viri...](#)**Ste pridobljene informacije iz naših izobraževanj uporabili pri vsebini?**[da](#)**Navedite metode dela, ki ste jih pri izvajanju aktivnosti uporabljali.**

Možnih je več odgovorov

praktično delo (npr. vaje, izdelki, nastopi, športne dejavnosti, pohodi, delo na terenu ...),  
pogovor,  
demonstracija

**Navedite za katero ciljno skupino ste aktivnost izvajali.**

Možnih je več odgovorov

otroci

**Opis aktivnosti (okoli 200 besed):**

V vrtcu nasploh in še posebej v skupini veliko pozornost namenjava gibanju. Vključeni smo v gibalni program MALI SONČEK pod okriljem Zavoda za šport RS Planica, ki je namenjen otrokom od drugega do šestega leta starosti. Obe v tandemu se močno zavedava, da je gibanje osnovna otrokova potreba skozi katero tako otrok kot odrasel spoznava sebe, svoje telo in okolje okrog sebe. Na osnovi tega spoznanja gibanje vsakodnevno vključujeva v načrtovanje mesečnih sklopov in dnevnih priprav. Preko vsakodnevnih gibanj, spontanih in načrtovanih, kot so jutranja razgibanja, gibalni odmori, vadbene ure ob petkih, FIT gibalni sprehodi, bivanje na prostem smo razvijali NOG, urili različne gibalne sposobnosti, spoznavali nove elementarne igre, utrjevali že znane pri katerih je potrebno upoštevati pravila, iskali lastne rešitve in se urili v upoštevanju timskega sodelovanja. Dejavnosti smo izvajali v igralnici in na prostem. Preko otrok se trudimo pozitiven odnos do gibanja prenašati na starše, katere smo vključevali v popoldanske družinske pohode v jesenskem in spomladanskem času. Nekateri starši so to priložnost že prepoznali tako z vidika skrbi za zdravje kot del druženja.

**Navedite vsebino 2. aktivnosti**

Zdrava prehrana

**Čas trajanja aktivnosti**

v kolikor ste izvajali aktivnost nekaj ur označite ure, v kolikor nekaj dni označite dnevi ...

meseci

**Vpišite število:**

1

**Navedite gradivo in didaktične materiale, ki ste jih uporabili pri tej vsebini:**

Kurikulum, Priročnik h Kurikulu, brošure, spletni viri

**Ste pridobljene informacije iz naših izobraževanj uporabili pri vsebini?**

da

**Navedite metode dela, ki ste jih pri izvajanju aktivnosti uporabljali.**

Možnih je več odgovorov

praktično delo (npr. vaje, izdelki, nastopi, športne dejavnosti, pohodi, delo na terenu ...),  
pogovor,  
predavanje/razlaga,  
demonstracija,  
uporaba avdiovizualnih sredstev

**Navedite za katero ciljno skupino ste aktivnost izvajali.**

Možnih je več odgovorov

otroci

**Opis aktivnosti (okoli 200 besed):**

Slovenski tradicionalni zajtrk V okviru Slovenskega tradicionalnega zajtrka smo v skupini Čebelice načrtovale Teden Slovenske zdrave prehrane. Tako smo vso pozornost namenili lokalno pridelanim živilom in tako posledično kakovosti pripravljenih jedi. Vzgojiteljice smo v tem kontekstu pripravile različne didaktične igre in delovne liste v tehnikah aktivnega učenja ter izkustvenega učenja. Otroci so prepoznavali različne okuse, vrste zelenjave, sadje in še druge dejavnike, ki so pomembni za zdrav življenjski slog z uživanjem dovolj tekočine na čelu. Poudarili smo vlogo lokalne pridelave in kako zelo pomembno je da uživamo svežo hrano brez dodatne predelave ipd. Gostili smo tudi lokalnega čebelarja, ki nam je nazorno in z aktivnim vključevanjem otrok prikazal razvoj čebele, njihovo življenje in delo ter pomen za človeka. Vse učne vsebine smo povezovali skozi različna področja kurikuluma od plesa, umetnosti, narave, družbe do matematike, ter si ogledale tudi animirani film Ostal bom zdrav. Na dan slovenskega tradicionalnega zajtrka pa smo temo zaključili v posebno slavnostnem vzdušju ob pogrntjenih mizah na prostem, instrumentalni glasbi in izključno ob lokalno pridelani hrani.

**Navedite vsebino 3. aktivnosti**

V kolikor označite drugo obvezno navedite vsebino.

Svetovni dnevi povezani z zdravjem

**Čas trajanja aktivnosti**

v kolikor ste izvajali aktivnost nekaj ur označite ure, v kolikor nekaj dni označite dnevi ...

dnevi

**Vpišite število:**

1

**Navedite gradivo in didaktične materiale, ki ste jih uporabili pri tej vsebini:**

Kurikulum, Fit priročnik

**Ste pridobljene informacije iz naših izobraževanj uporabili pri vsebini?**

da

**Navedite metode dela, ki ste jih pri izvajanju aktivnosti uporabljali.**

Možnih je več odgovorov

praktično delo (npr. vaje, izdelki, nastopi, športne dejavnosti, pohodi, delo na terenu ...),  
pogovor

**Navedite za katero ciljno skupino ste aktivnost izvajali.**

Možnih je več odgovorov

otroci

**Opis aktivnosti (okoli 200 besed):**

Ob svetovnem dnevu zdravja smo se z otroci v jutranjem krogu najprej pogovorili o pomenu tega dne. Ubredili smo številne dejavnosti in dejavnike, ki vplivajo na naše zdravje. Otroke smo spodbujali k aktivnemu razmišljanju, kaj sploh pomeni biti zdrav, kako lahko mi, kot posamezniki vplivamo na to ipd.. Poudarili smo, da je potrebno krepiti dobre medsebojne odnose, igro, druženje, raziskovanje sveta itd., ki posledično vpliva na naše duševno zdravje, katero je nemalokrat vzrok drugih obolenj. Nadaljevali smo v smeri gibanja in medsebojnega druženja in tako s paralelno skupino izvedli daljši FIT aktivni sprehod z vmesnimi gibalnimi aktivnostmi. Čas smo namenili tudi druženju s sovrstniki in prosti igri in tako dan zaključili v pestrem in gibalno aktivnem dnevu.

**Navedite vsebino 4. aktivnosti**

V kolikor označite drugo obvezno navedite vsebino.

Zdrav način življenja

**Čas trajanja aktivnosti**

v kolikor ste izvajali aktivnost nekaj ur označite ure, v kolikor nekaj dni označite dnevi ...

meseci

**Vpišite število:**

10

**Navedite gradivo in didaktične materiale, ki ste jih uporabili pri tej vsebini:**

Kurikulum

**Ste pridobljene informacije iz naših izobraževanj uporabili pri vsebini?**

da

**Navedite metode dela, ki ste jih pri izvajanju aktivnosti uporabljali.**

Možnih je več odgovorov

pogovor,

predavanje/razlaga

**Navedite za katero ciljno skupino ste aktivnost izvajali.**

Možnih je več odgovorov

otroci

**Opis aktivnosti (okoli 200 besed):**

Praznovanje rojstnih dni s sadnim krožnikom Praznovanje rojstnih dni v skupini za otroka predstavlja posebno doživetje in enkratno izkušnjo. Praznovanje poteka tematsko obarvano. Na vrata igralnice obesimo giralndo s simbolom skupine in napisom "PRAZNUJEMO" tako vse vstopajoče opozorimo, da imamo v skupini slavljenca. Slavljenec ja ta dan v središču pozornosti na avtorskem stolu, ki ima simbolično prevleko kralja ali kraljice odvisno od spola otroka. V krogu slavljenca zapojemo pesem Vse najboljše za rojstni dan. Nato mu v imenu otrok čestitava samo vzgojiteljici (zaradi korona stanja v jesenskem času) in izrazimo lepe želje. Otrok potem pove svoje glasbene želje. Skupaj mu zapojemo izbrane pesmi in nadaljujemo z GDI Bobenček, kjer ima slavljenec solo vlogo na kajonu. Temu sledi ples s trakovi ob otroški zabavni glasbi. Praznovanje zaključimo s pogostitvijo ob sadne krožniku. Otroci z veseljem posegajo po sadju.

**Navedite vsebino 5. aktivnosti**

V kolikor označite drugo obvezno navedite vsebino.

Varno s soncem

### Čas trajanja aktivnosti

v kolikor ste izvajali aktivnost nekaj ur označite ure, v kolikor nekaj dni označite dnevi ...

meseci

### Vpišite število:

1

### Navedite gradivo in didaktične materiale, ki ste jih uporabili pri tej vsebini:

NIJZ priporočila, zloženke, Kurikulum, splet...

### Ste pridobljene informacije iz naših izobraževanj uporabili pri vsebini?

da

### Navedite metode dela, ki ste jih pri izvajanju aktivnosti uporabljali.

Možnih je več odgovorov

pogovor,

predavanje/razlaga,

uporaba avdiovizualnih sredstev

### Navedite za katero ciljno skupino ste aktivnost izvajali.

Možnih je več odgovorov

otroci

### Opis aktivnosti (okoli 200 besed):

Na nivoju vrtca, ki je vključen v preventivni program Varno s soncem smo se s pomočjo različnih metod trudili in se bomo še skozi vso poletje, ki se šele dobro začinja, spodbujati otroke in njihove starše k pravilnemu samozaščitnemu ravnanju pred škodljivimi sončnimi žarki. Jutranji krogi temeljijo predvsem na pogovoru o zaščiti pred soncem, kaj vse vpliva na naše zdravje, vplivih sočnih žarkov na nas, o zaščitnih sredstvih za varovanje naše kože, oči.... Temu primerno so načrtovani kotički in dejavnosti v nadaljevanju dneva, kjer si izdelujemo kape kot pokrivala, igramo igre vlog na temo plaže, izdelujemo in dopolnjujemo plakat »Zaščita pred soncem«, dnevno urejamo vremenski koledar s simboli, se igramo igre sence na prostem, jih prepoznavamo, merimo, primerjamo, likovno ustvarjamo na temo poletja ipd. Naše gibanje na prostem je predvsem v času, ko je sonce



najmanj nevarno, na voljo pa je vedno dovolj tekočine s katero se otroci lahko odžejajo. Poslužujemo se tudi poslušanja in branja pravljic na prostem na temo sonca: Zlatko in Brihta in vroč poletni dan, Dan na plaži, O soncu, ki ni moglo zaspati itd.. Otroke spodbujamo k redni uporabi pokrival in se igramo igre z vodo. Tudi gibalne igre, ki se vršijo prav tako na prostem so povezane predvsem s poletnimi športi ali športi na vodi, in otroke dodatno spodbujajo k razmišljanju in aktivnosti. Prepevamo tudi pesmice o poletju in se igramo različne socialne igre ipd.