PROGRAM ZDRAVJE V VRTCU

POROČILO O IZVEDENIH AKTIVNOSTIH   
ZA KREPITEV ZDRAVJA V ŠOLSKEM LETU 2019/20

Navodilo:

Izpolni vsak tim izvajalk (vzgojiteljica in pomočnica vzgojiteljice)

- ter posreduje koordinatorici programa v svojem vrtcu.

**Naziv** **vrtca:**  **O.Š. VELIKA NEDELJA S PODRUŽNICO PODGORCI, VRTEC PODGORCI**

Kraj**:**  PODGORCI

**Enota** **vrtca:** **PODGORCI**

Naslov enote: PODGORCI 81A

**Skupina: Igralnica gosenice Tinke**

**Starost otrok**: 1 IN 2 LETI

**Izvajalki:**

* vzgojiteljica: **SILVA MORI**

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  Če DA vpišite številko potrdila | ne  Če DA vpišite številko potrdila |

* pomočnica vzgojiteljice: **LIDIJA BRUMEN**

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  Če DA vpišite številko potrdila | ne  Če DA vpišite številko potrdila |

**Zap. št. naloge: 1**

**Vsebina:** Gibanje

**Metoda dela:** IGRA, DEMONSTRACIJA, PRAKTIČNO DELO,

**Zunanji izvajalci:** -

**Čas trajanja:** VSAKODNEVNO, TEDENSKO, MESEČNO =100 UR

**Ciljna skupina:** otroci

**Uporabljeno gradivo in didaktični material:** ŠPORTNI REKVIZITI IN PRIPOMOČKI

**Uporabljene informacije z naših izobraževanj?** ne

GIBANJE JE IGRA

Letošnje šolsko leto smo v našem oddelku veliko časa posvetili razvoju gibalnih spretnosti otrok. Gibanju je bilo namenjeno veliko dejavnosti. Gibalne naloge smo zastavljali tako, da so bile primerne starosti otrok v skupini. Veliko časa smo preživeli v telovadnici osnovne šole in na prostem kjer so otroci osvajali gibalne naloge in izzive, ki smo jim jih pripravili. Zelo pomembno je tudi, da so se navajali na pravila, ki so pri teh dejavnosti pomembna in krepili spretnosti povezane z različnimi oblikami vaj. Plezali so na letvenike, se plazili pod ovirami, lazili čez različne ovire, skakali, krepili ravnotežje in moč rok ter nog … Izvajali smo tudi mnoge gibalne dejavnosti za razvoj in krepitev koncentracije, finomotorike in senzorike. Različni pripomočki, ki smo jih uporabljali so popestrili gibalne dejavnosti. V tej starosti smo pri otrocih razvijali ravnotežje, koordinacijo, moč, hitrost, gibljivost. Vadba je bila prilagojena otrokovim sposobnostim in interesu.

**Zap. št. naloge: 2**

**Vsebina:** Zdrava prehrana

**Metoda dela:** praktično delo, razgovor, igra, prikazovanje

**Zunanji izvajalci:** medicinska sestra, zobna sestra

**Čas trajanja:** 20 ur

**Ciljna skupina:** otroci

**Uporabljeno gradivo in didaktični material:** knjige in slikanice o zdravi prehrani, lepila, škarje, papir,…

**Uporabljene informacije z naših izobraževanj?** da

MI JEMO ZDRAVO

 Otroci te skupine so letošnje leto prišli v vrtec kot novinci. Iz varnega zavetja doma so prišli v neznani kraj in se tam prilagajali na drugačno rutino kot je bila doma – in seveda tudi na drugačno prehrano. Za marsikaterega otroka je bilo kakšno živilo v vrtcu, ki ga je srečal in okusil prvič. V tem obdobju je izjemno pomembno, ne le, da otrok jé dovolj, ampak predvsem da uživa kakovostno, raznoliko in zdravo hrano. Pred vsakim obrokom smo hrano pogledali, če je bilo mogoče potipali, povonjali, poimenovali in na koncu poizkusili. Prehranske potrebe otrok se v času rasti in razvoja spreminjajo. Zgodnje otroštvo je obdobje, ko otrok spoznava različne okuse in živila in se o njih uči. Prav je, da otroku ponudimo čim širši nabor različnih živil, ki so del zdrave in uravnotežene prehrane. Pri zavračanju hrane smo se potrudili, da smo otrokom pripravili in servirali hrano na bolj privlačen način (narezano sadje v obliki kakšne živali…).

**Zap. št. naloge: 3**

**Vsebina:** Narava in varovanje okolja

**Metoda dela:** IGRE, DEMONSTRACIJE, PRAKTIČNEGA DELA

**Zunanji izvajalci:** ČEBELAR

**Čas trajanja:** 50 ur

**Ciljna skupina:** OTROCI

**Uporabljeno gradivo in didaktični material:** KNJIGE IN SLIKANICE O NARAVI.

**Uporabljene informacije z naših izobraževanj?** ne

**OKOLI NAS**

Narava je in bo okolje in prostor, ki navdihuje in spodbuja. To je učilnica, s katero vplivamo na otroka, na njegov razvoj in odnos do narave ‒ okolja. Spodbujali smo radovednost otrok do narave in okolja, ker je to pozitivna lastnost za ustvarjalen odnos do okolja, v katerem otrok živi. Zdravo okolje (dobri medčloveški odnosi, odnosi do narave …) je osnova človekovega bivanja in nadaljnjega razvoja na Zemlji - vse to pa je odvisno od nas. Vsebine zgodnjega naravoslovja so temeljno področje, na katerem otroke premišljeno usmerjamo k opazovanju in raziskovanju skozi dejavnosti. Prav zaradi naštetega smo v tem šolskem letu veliko bivali v naravi. Uspelo nam je priti tudi do gozda kjer smo opazovali dogajanje v gozdu, drevesa, poslušali ptičje petje… Ob dejavnostih na prostem smo srečevali različne živali in pojave, ki so nas spomnile na različne otroške pesmi, ki smo jih skupaj tudi zapeli. Naravo smo spoznavali preko različnih knjig.

**Zap. št. naloge: 4**

**Vsebina:** Osebna higiena

**Metoda dela:** m. igre, demonstracije, uporaba AV sredstev, pripovedovanja

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

**Čas trajanja:** 100 ur

**Ciljna skupina:** otroci

**Uporabljeno gradivo in didaktični material:** slikanice, knjige, oblačila, posnetki oz. lutkovni filmi.

**Uporabljene informacije z naših izobraževanj?** da

**Skrb za zdravje.**

Čeprav so otroci v tej skupini bili v začetku šolskega leta še zelo majhni smo jih od prvega dne naprej navajali na redno in pravilno umivanje rok, po igri in pred ter po vsakem obroku. Otrokom smo umivanje rok predstavili na njihov starosti razumljiv način in preko različnih bibarij. V različnih letnih časih smo spoznavali kako smo oblečeni in kakšna oblačila potrebujemo ob različnih vremenskih stanjih in pojavih ter glede na letni čas. Tudi pri teh dejavnostih smo si ogledovali različne knjige in se igrali z didaktičnimi igrami, ki smo jih vzgojiteljice izdelale same.

**Zap. št. naloge: 5**

**Vsebina:** Zdrava prehrana

**Metoda dela:** igre, demonstracije, praktičnega dela

**Zunanji izvajalci:** -

**Čas trajanja:** 1

**Ciljna skupina:** otroci

**Uporabljeno gradivo in didaktični material:** zgodba, beli krogi, zajček.

**Uporabljene informacije z naših izobraževanj?** ne

**Beli zajček**

V okviru trajnostne mobilnosti smo sodelovali v projektu Beli zajček. S projektom smo seznanili starše, ki so nam bili v veliko pomoč pri tej starostni skupini. Starši so se odzvali našemu povabilu v projekt in spremenili potovalne navade v vrtec in nazaj domov. Skupaj z otroki so se posluževali drugačnih prihodov v vrtec. V vrtec so prihajali peš ali s kolesom. Otrokom smo v vrtcu predstavili zgodbico Beli zajček preko lutk. Sami so si nalepili krogec na zajčka vedno, ko so prišli v vrtec peš ali s kolesom.

**Zap. št. naloge: 6**

**Vsebina:** izberite iz šifranta

**Metoda dela:** navedite

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

**Čas trajanja:** ura/dan/mesec

**Ciljna skupina:** navedite

**Uporabljeno gradivo in didaktični material:** navedite

**Uporabljene informacije z naših izobraževanj?** izberite da ali ne

Opišite aktivnost (cca 200 besed)

**Zap. št. naloge: 7**

**Vsebina:** izberite iz šifranta

**Metoda dela:** navedite

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

**Čas trajanja:** ura/dan/mesec

**Ciljna skupina:** navedite

**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:** navedite

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

**Čas trajanja:** ura/dan/mesec

**Ciljna skupina:** navedite

**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:** navedite

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

**Čas trajanja:** ura/dan/mesec

**Ciljna skupina:** navedite

**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:** navedite

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

**Čas trajanja:** ura/dan/mesec

**Ciljna skupina:** navedite

**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)