

PROGRAM ZDRAVJE V VRTCU

POROČILO O IZVEDENIH AKTIVNOSTIH

ZA KREPITEV ZDRAVJA V ŠOLSLEM LETU 2018/19

Navodilo:

Izpolni vsak tim izvajalk (vzgojiteljica in pomočnica vzgojiteljice)

- ter posreduje koordinatorici programa v svojem vrtcu.

Naziv vrtca: OŠ BLAŽA ARNIČA

Kraj: LUČE

Enota vrtca: VRTEC 1

Naslov enote: LUČE 77

Skupina: POLŽKI

Starost otrok: 2 DO 3 LETA

Izvajalki:

- vzgojiteljica:

ALBINA MOLIČNIK

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

- pomočnica vzgojiteljice:

ANDREJKA SEM

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:	Gibanje
Metoda dela:	Praktično delo Pogovor izberite iz šifranta
Zunanji izvajalci:	STARI STARŠI
Čas trajanja:	ure (št) 2
Ciljna skupina:	drugo otroci starši
Uporabljeno gradivo in didaktični material:	SLIKE TETKE JESENI – GIB, JESENSKA DEKORACIJA IN JESENSKI PLODOVI - TRŽNICA
Uporabljene informacije z naših izobraževanj?	ne

PRAZNOVANJE JESENI IN SIMBIOZA GIBA

V mesecu oktobru smo, v popoldanskem času, praznovali tetko jesen. Praznovanje jeseni smo združili s projektom Symbioza giba. Na praznovanje so bili vabljeni starši in tudi stari starši. Otroci so se s starimi starši odpravili na sprehod. Med potjo je bilo več postaj. Na vsaki postaji je bila fotografija s tetko Jesen, na kateri so bile prikazane različne gibalne vaje. Otroci in stari starši so skupaj telovadili in ponavljali vaje. Otroci so se je gibal tik ob starših. Večina otrok je telovadila skupaj z dedki in babicami, nekateri pa so vse skupaj smo opazovali. Do cilja je večina otrok prehodilo samih, nekatere pa so nekaj časa nosili. Na cilju pa jih je pričakala tetka jesen in jih obdarila s sokom in bomboni. Bomboni pa so jim dali toliko energije, da so lahko še pripešali nazaj do vrtca. Medtem ko so bili otroci s starimi starši na aktivnem sprehodu, so starši pomagali pri pripravi tržnice z jesenskimi dobrotami. Tržnico smo postavili na igrišču ob vrtcu. Otroci so dobili vsak svojo denarnico, kjer so imeli »denar« za dobrote, zase in za svoje domače. Ker je bilo toplo in sončno so najprej spraznili stojnico z jabolčnim moštom. Otroci so zelo uživali, saj se zamenja vloga plačnika in tokrat otroci kupujejo dobrote svojim domačim.

Zap. št. naloge:	2
Vsebina:	Duševno zdravje
Metoda dela:	Demonstracija Praktično delo Razstava
Zunanji izvajalci:	STARI STARŠI
Čas trajanja:	ure (št) 1, 5
Ciljna skupina:	otroci drugo izberite iz šifranta
Uporabljeno gradivo in didaktični material:	MATERIAL ZA USTVARJANJE – NOVOLETNI OKRASKI
Uporabljene informacije z naših izobraževanj?	ne

PREDBOŽIČNO DRUŽENJE S STARIMI STARŠI

V začetku decembra smo v vrtec, v dopoldanskem času, povabili stare starše otrok. Dedki in babice so se vabilu z veseljem odzvali. Cilj tega je bil, da prikažemo majhen del življenja v vrtcu in medgeneracijsko sodelujemo pri okrasitvi naše igralnice. Otroci so skupaj s starimi starši ustvarjali novoletne okraske iz papirja, filca in lesa. Vsi otroci so izdelali vsaj dva okraska, nekateri pa so ustvarili vse tri. Večina otrok se je stiskala k svojim babicam in tudi tisti otroci, ki so bili brez spremstva so prišli na vrsto, saj so jih druge babice stisnile k sebi. Ena deklica se je oklenila svoje babice in jokala. Spodbudila sem jo naj pokaže svoji babici kakšne igrače imamo v vrtcu in s čim se sama rada igra. Deklica je babico peljala po igralnici in ji pokazala nekaj igrač in veliko žogo, s katero sta tudi nekaj časa telovadili. Potem sta začeli ustvarjati novoletne okraske. Babice so bile zelo aktivne in so poleg svojim vnukom, pri ustvarjanju pomagale tudi otrokom, ki so bili brez starih staršev. Druženje je potekalo v sproščujočem vzdušju. Pogostili smo jih tudi s keksi in čajem. Otroci so ponosno gostili svoje dedke in babice.

Zap. št. naloge:	3
Vsebina:	DRUŽENJE S STAREJŠIMI OBČANI
Metoda dela:	Praktično delo Ogled / obisk izberite iz šifranta
Zunanji izvajalci:	OBČANI KUMROVE NJIVE
Čas trajanja:	ure (št) 2
Ciljna skupina:	otroci občani izberite iz šifranta
Uporabljeno gradivo in didaktični material:	NOVOLETNA VOŠČILNICA
Uporabljene informacije z naših izobraževanj?	ne

POLEPŠAMO PRAZNIKE STAREJŠIM OBČANOM

Mesec december je mesec veselja in dobrih želja. Ker pa vemo, da otroci nosijo »veselje« smo se v vrtcu odločili, da se sprehodimo po vasi in z majhno pozornostjo in lepimi željami presenetimo starejše ljudi. Izdelali smo voščilnice in se odpravili na sprehod. Pri nekaterih hišah smo pozvonili in so nam odpirali presenečeni obrazi, nekateri pa so nas že opazili in sami hiteli na vrata, da so nas z nasmehom pozdravili. Ena gospa je prišla na balkon in nas povabila v hišo. S polovico otrok smo odšli k njej, ker težko hodi. Ponudila nam je kekse in še nekaj jih je dala za otroke, ki so čakali zunaj. In še potem, ko smo že odšli naprej je stala na balkonu in gledala za nami. Druga starejša gospa, ki živi sama, nas je že od daleč opazila skozi okno in nas kar nekaj časa čakala pri vratih, zato smo preskočili nekaj hiš in najprej odšli k njej. Tako nas je bila vesela, da kar ni vedela kaj bi nam dala. Objela je fantka, ki ji je dal voščilnico in oči so se ji kar zasolzile. Pri vseh ljudeh, ki smo jih obiskali, nam je uspelo, da smo priklicali nasmeha na njihove obraze in dve gospe sta potočili tudi solze sreče. Še tako majhna pozornost osreči veliko ljudi, zato smo se odločili, da bomo še naprej nosili »veselje« od hiše do hiše.

Zap. št. naloge:	4
Vsebina:	DUŠEVNO ZDRAVJE
Metoda dela:	Ogled / obisk izberite iz šifranta izberite iz šifranta
Zunanji izvajalci:	STAREJŠA GOSPA IN STAREJŠI GOSPOD
Čas trajanja:	ure (št) 1
Ciljna skupina:	otroci občani izberite iz šifranta
Uporabljeno gradivo in didaktični material:	navedite
Uporabljene informacije z naših izobraževanj?	ne

OGLED TEHNIKE PLETENJA

V mrzlih dneh smo v vrtcu spoznavali volno. Tipali in ogledovali smo si klobčiče volne in tudi volnene kape, šale, rokavice in nogavice. Iz volne in kartona smo izdelali vtikanke in si krepili fino motoriko. Brali smo pravljici Tistega lepega zimskega dne in Pika plete. Obe knjigi sta imeli del za potipat, kar so otroci zelo radi počeli. Iz volne pa smo hoteli splesti nogavice, vendar tega nismo znali narediti. Odločili smo se, da se odpravimo na obisk h starejši gospe, ki plete nogavice iz domače volne. Gospa nam je pokazala kako se »štrikajo zokni«. Igle smo opazovali in tipali. Ugotovili smo, da so igle hladne, tanke in ostre ter da z njimi ne smemo mahati, ker se lahko poškodujemo oziroma poškodujemo druge. Nekaj otrok je poskusilo plesti in so ugotovili, da to ni tako lahko kot so mislili. Otroci so nogavice obuvali in jih oblačili na roke, nogavice so bile tudi različnih velikosti. Zanimivo nam je bilo tudi vreteno, na katerem je bila navita volna. Ko pa smo opazili, da so otroci postajali nemirni je gospod prinesel orglice in nam nanje zaigral. Otroci so kar začeli peti in plesati in tudi gospa se nam je pridružila. Večina otrok je hotelo tudi samih poskusiti zaigrati, kar jim je bilo tudi omogočeno. Gospa nas je povabila še za mizo in nas pogostila z domačimi keksi in sokom. Na koncu pa smo se jima lepo zahvalili in jima zapeli še eno pesmico. Po videzu sodeč smo jima polepšali in poživali dan.

Zap. št. naloge:	5
Vsebina:	izberite iz šifranta
Metoda dela:	Ogled / obisk Pogovor izberite iz šifranta
Zunanji izvajalci:	starejša gospa
Čas trajanja:	dni (št) 2
Ciljna skupina:	otroci občani izberite iz šifranta
Uporabljeno gradivo in didaktični material:	sestavine za testo
Uporabljene informacije z naših izobraževanj?	ne

Peka Micinih keksov

Ko smo se z otroki pogovarjali o keksih smo ugotovili, da jih ne znamo narediti sami. Odpravili smo se na sprehod, če srečamo koga, ki bi nam pomagal. Srečali smo teto Mico in jo vprašali, če bi nam pomagala narediti testo za dobre kekse. Mica je bila takoj za in nas povabila, da pridemo drug dan h njej na obisk. Pričakala nas je že oblečena v predpasnik in s polno mizo sestavin. Posedli smo se okrog mize in skupaj poimenovali sestavine za testo. Razen masla so jih otroci poznali. Večina otrok je hotela Mici pomagati pri mešanju, zato smo se odločili, da bomo samo opazovali. Mica je dala zgneteno testo v hladilnik, kjer bo počivalo do naslednjega dne. Naslednji dan je prišla teta Mica s testom v vrtec. Pri eni mizi so otroci pomagali gneti testo in z modelčki oblikovati kekse, pri drugi mizi pa so otroci gnetli plastelin in tudi oblikovali z modelčki. Vsi otroci so zelo radi pomagali teti in nestrpnost čakali, da so bili na vrsti. Kekse smo spekli in jih po počitku z užitkom pojedli. Teti Mici smo se zahvalili z albumom slik.

- Zap. št. naloge:** **6**
- Vsebina:** Narava in varovanje okolja
- Metoda dela:** **Praktično delo** izberite iz šifranta izberite iz šifranta
- Zunanji izvajalci:** navedite kdo (npr. policist, medicinska sestra)
- Čas trajanja:** ure (št) 2
- Ciljna skupina:** otroci starši izberite iz šifranta
- Uporabljeno gradivo in didaktični material:** naravni materiali za izdelavo »gregorčkov«
- Uporabljene informacije z naših izobraževanj?** ne

Spuščanje »gregorčkov« po Savinji

Ker smo bili letos prostorsko omejeni, smo se odločili, da materinski dan praznujemo malo drugače. V vrtec smo povabili mamice, da se nam pridružijo v igralnici, kjer smo jim postregli s kavico in keksi. Kavico sva stregli z vzgojiteljico, piškote pa so stregli otroci. Pohvalili smo se, da smo kekse spekli sami, pa se je hitro oglasil en deček, da nismo pekli sami, ampak, da nam je pomagala Mica. Moja Mica. Medtem ko so se mamice sladkale so otroci odplesali rajalno igro Bela lilija in ples na glasbo Vesela pomlad Janeza Bitenca. Večina otrok je plesala, nekateri pa so se cartali pri mamicah. Nato sem v igralnico prinesla nekaj naravnega materiala, vejic, leskovih palic, lampijončkov... iz katerih so izdelovali gregorčke. Nekatero mamice so se zelo potrudile, spet druge so vse skupaj bolj na hitro spletle. Mamice so se sproščeno pogovarjale med seboj in tako je čas hitro tekkel. Ko so vsi končali smo gregorčke odnesli h reki Savinji. Ob vodi smo prižgali svečke in jih začeli počasi spuščati po Savinji. Polovico gregorčkov je lepo plavalo po vodi, nekaj jih je pa kar potonilo. Vsemu temu smo se vsi skupaj dodobra nasmejali in se tudi naučili, da se je za vsako stvar treba tudi malo potruditi.

Zap. št. naloge:	7
Vsebina:	Ročne spretnosti
Metoda dela:	Ogled / obisk Praktično delo izberite iz šifranta
Zunanji izvajalci:	upokojenke, Nina
Čas trajanja:	dni (št) 2
Ciljna skupina:	otroci občani izberite iz šifranta
Uporabljeno gradivo in didaktični material:	kvačke, preja
Uporabljene informacije z naših izobraževanj?	ne

KVAČKANJE...

Na obisk smo povabili gospodično, ki ljubiteljsko kvačka. Še posebej je spretna z igračkami, nakitom in košarami. Nina je seboj prinesla preje različnih barv in debeline ter kvačke, različnih velikosti, debelin in materialov. Najprej smo potipali prejo in nato še kvačke. Otroci so ugotovili, da je kvačka ostra in da moramo paziti, da koga ne poškodujemo in da je podobna iglam. Nato nam je pokazala tehniko kvačkanja in ponudila, da tudi otroci poskusijo. Vsi otroci so želeli kvačkati. Ena punca nas je še posebej presenetila, koliko časa je vztrajala pri »kvačkanju«. Iz velike kvačkane košare pa nam je »pričarala« še veliko kvačkanih igračk in nakita. Otroci so z veseljem tipali slončke, opice..., najbolj všeč pa jim je bila žogica, ki je bila sestavljena iz treh delov. Punce so se krasile z verižicami in prstani. Vsi smo bili presenečeni kako dolgo so bili otroci osredotočeni na dogajanje. Naslednji dan pa smo se odpravili še na obisk h upokojenkam v Karitasovo hiško. Tam se zbirajo ženske v pokoju, ki se rade družijo in se učijo kvačkati. Pripravile so nam razstavo kvačkanih prtičkov in obeskov. Enemu fantu je bil najbolj všeč petelinček, prijel ga v roke ter začel peti pesem Petelinček je na goro šel. Vsi smo potegnili za njim in lepo in glasno zapeli celo pesem. Ženske so nam tako ploskale, da smo se odločili zapeti še eno pesem, in sicer Metuljček cekinček. To pesem pa zato, ker je bilo na mizi tudi polno kvačkanih metuljčkov. Upokojenke so nas bile tako vesele, da so nas pogostile s sladkarijami in za spomin dale tudi vsakemu en obesek ter nas povabile, da jih še kdaj obiščemo.

Zap. št. naloge:	8
Vsebina:	Tradicija
Metoda dela:	Ogled / obisk izberite iz šifranta izberite iz šifranta
Zunanji izvajalci:	gospod Peter
Čas trajanja:	ure (št) 1
Ciljna skupina:	otroci občani izberite iz šifranta
Uporabljeno gradivo in didaktični material:	vejice vrbe, tise, božjega lesa, oljke, bršljana
Uporabljene informacije z naših izobraževanj?	ne

IZDELOVANJE POTIC - BUTAR

Približuje se cvetna nedelja in zato smo se odpravili na obisk h stricu Petru, da nam pokaže kako se naredi potica. V vrtcu smo se pogovarjali na temo cvetne nedelje in tipali vejice vrbe, božjega lesa, oljke, bršljana in tise. Tiso sem jim ponudila na koncu, da smo si takoj umili roke. Najbolj zanimiv jim je bil božji les, ker so previdno tipali končno bodico listov. Stric Peter nam je najprej pokazal orodje, ki ga potrebuje za izdelavo butare. Skupaj smo ga poimenovali in nato so otroci z zanimanjem opazovali kako je uporabljal škarje, vrv in vejice. En otrok se je ponudil, da podaja vejice in je to s ponosom delal. Večina otrok je spremljalo, kako nastaja potica, nekateri pa so opazovali in tipali zelenje. Spoznali smo, da ima ta potica več imen, in sicer potica, butara in snop. Kar nekaj otrok je hotela končan snop prijeti in ga tudi obdržati. Zato smo vzgojiteljice spodbujale otroke, da ga podajo naprej drugim otrokom. Stric pa nas je presenetil saj je prinesel polno škatlo snopov, in sicer za vsakega otroka enega. Vsak si je izbral trak iz krep papirja, ki smo ga navezali na potice. Potice smo potem skupaj preštevali, poimenovali barve trakov in zelenja. Večina otrok si je zapomnilo, da je to snop in da ga bodo odnesli v cerkev žegnati. Dali ga bodo v drevo, da bo imelo veliko jabolk.

Zap. št. naloge:	9
Vsebina:	Narava in varovanje okolja
Metoda dela:	Ogled / obisk Praktično delo izberite iz šifranta
Zunanji izvajalci:	GOSPA MICA
Čas trajanja:	ure (št) 1
Ciljna skupina:	otroci občani izberite iz šifranta
Uporabljeno gradivo in didaktični material:	vrtno orodje, semena
Uporabljene informacije z naših izobraževanj?	ne

Polžki vrtnarijo

V tednu sredi meseca maja smo se z otroki pogovarjali o vrtnarjenju. Vrtove smo med sprehodom opazovali že dlje časa. V vrtcu smo listali knjige o cvetličnem, zeliščnem in zelenjavnem vrtu ter se pogovarjali ob slikah. Na vprašanje kaj je vrt je večina otrok odgovarjalo, da je to njiva, na kateri raste solata in korenje. En deček je rekel, da je vrt tam, kjer so rože in da se tam sprehaja. Dva otroka pa sta začela pripovedovati, da sta v živalskem vrtu videla slona, kačo... Prebrali smo pravljico Vrtnar in kratko zgodbico Mia vrtnari. Otroci so naslikali vsak svoj najlepši cvetlični vrt z novimi voščenkami ter nalepili na podlago. Tipali in opazovali smo različna semena in zemljo. Otrokom je bilo mešanje po prsti zelo všeč. Napolnili so vsak svoj lonček, v katerega smo sadili fižol ter ga zalili. Da smo spoznali vrtno orodje pa smo se odpravili h teti Mici. Pokazala nam je grablje, motiko, lopato, samokolnico, vile, grebačo, zalivalko in še rokavice in gumijaste škornje. S seboj na vrt je prinesla košaro s semeni in sadikami. Teta Mica je z grabljami naredila rižo, v katero so otroci nasadili fižol. Pomagali so tudi saditi sadike pora, kumare in peteršilja. Vse skupaj pa smo tudi zalili. Otroci so tudi preizkušali različna orodja in jih poimenovali ter pri tem zelo uživali. Naš vrt pa še naprej opazujemo in komentiramo kaj se dogaja...

Zap. št. naloge:	10
Vsebina:	izberite iz šifranta
Metoda dela:	Praktično delo izberite iz šifranta izberite iz šifranta
Zunanji izvajalci:	DEDEK
Čas trajanja:	ure (št) 1
Ciljna skupina:	drugo otroci izberite iz šifranta
Uporabljeno gradivo in didaktični material:	izrezana krila iz kartona, voščenke, lesene palice, navadne gumice
Uporabljene informacije z naših izobraževanj?	ne

Kdo se vozi po zraku

V mesecu juniju smo se pogovarjali o zračnem, vodne, cestnem oz železniškem prometu. Listali smo knjige, brali kratke zgodbe, razvrščali prevozna sredstva po barvi, kje se giblje sredstvo... Učili smo se pesmico Avtobus in Mi se z vlakom peljemo in prepevali že znane ter plesali banse. Zelo radi so se otroci igrali z leseno železnico in vlaki ter z letali. Iz kock smo zgradili letališče in pristajalno stezo. Večina dečkov je s seboj prinesla letala iz risanke Super krila. Bilo jih je dovolj za vse otroke in so si jih sposojali in jih menjali med seboj. Kar je naju z vzgojiteljico zelo presenetilo. Na sprehodu smo opazovali cestni promet in katera prevozna sredstva se gibljejo po zraku. En otrok je povedal, da njegov dedi zna narediti letalo. Dedka smo povabili in vabilu se je z veseljem odzval. En dan prej nam je poslal v vrtec krila izrezana iz kartona. Vsak otrok si je pobarval svoje dele letala z voščenkami. Naslednji dan smo se dobili na Prodih, kjer nas je dedek že pričakal. S seboj je prinesel lesene palčke in navadne gumice. Z vsakim otrokom je letalo sestavil in mu pokazal kako naj vrže, da dlje leti. Večini otrokom je bilo izdelovanje tako všeč, da so kar čakali kdaj bodo na vrsti. Skupaj smo še kar nekaj časa uživali v metanju naših letal.