

## Poročanje aktivnosti Zdravje v vrtcu

### POSAMEZNA SKUPINA - vzgojiteljice

- Ime skupine: **Rdeča soba**
- **Vzgojiteljice in pomočnice vzgojiteljic v zgoraj navedeni skupini:**  
**vzgojiteljica Karmen Jagodič**  
**Pom. Vzg. Anita Serdinšek**
- Starostna skupina:
  - Nižja
  - Višja
  - **Mešana**
- Koliko aktivnosti ste v vaši skupini izvajali v okviru programa Zdravje v vrtcu? (poročati morate za vsaj 5 aktivnosti)

### Izvajali smo dejavnosti tedensko, mesečno, celo leto

#### Aktivnost 1:

#### BIO VRTIČEK

- Ali je pri izvajanju aktivnosti 1 poleg vzgojiteljev sodeloval še kdo? (Možnih je več odgovorov)
  - svetovalna služba
  - organizator prehrane in/ali vodja zdravstveno higienskega režima
  - drugi zaposleni v vrtcu (kuhar, hišnik, čistilka, ...)
  - **zunanjí izvajalci: VRTNAR IZ BLIŽNJE VRTNARIJE**
  - starši
  - ne, nihče drug
- Koliko časa je trajala aktivnost 1?

- Enodnevna
  - Obdobna – aktivnost, ki jo izvedemo nekajkrat letno ali poteka v krajšem časovnem obdobju (npr. teden, mesec)
  - **Celoletna – aktivnost se izvaja tekom celega leta (vsaj enkrat tedensko)**
- Ste pri izvedbi aktivnosti 1 uporabili znanja iz naših izobraževanj?
    - **da**
    - ne
  - Navedite za katero ciljno skupino ste aktivnost 1 izvajali. (Možnih je več odgovorov):
    - **otroci**
    - osebje vrtca
    - starši oz. družinski člani otrok
    - lokalna skupnost (npr. sodelovanje na lokalnih prireditvah)
    - Drugo (navedite):
  - Kratek opis aktivnosti:

Osnovni namen dejavnosti je bil predstaviti otrokom sonaravni način gojenja in spodbuda k pogostejšemu uživanju izbranih vrst sadja, zelišč in dišavnic, ki smo jih v vrtcu sami pridelali .

Po ogledu bližnjih vrtov, obisku bližnje vrtnarije, usmerjenem didaktičnem pogovoru ter študiju otroške informativne literature o sonaravnem vrtnarjenju smo naredili načrt nadaljnjih dejavnosti. Ob pomoči in donaciji bližnje vrtnarije ter v sodelovanju z otroki starejše skupine smo pripravili otroške visoke grede za ponovno setev in sejanje. Na njihovo mesto smo posadili jagode, meto, meliso, origano, žajbelj, materino dušico, majaron... ter posejali nekaj koruze. Dnevno smo opazovali in primerjali napredek rasti rastlin, zalivali. Z jagodami smo se sladkali sproti in poskusili so jih tudi tisti otroci, ki prej nad njimi niso bili preveč navdušeni. Dišavnice in zelišča pa si bomo privoščili v čajih in namazih saj so otrokom okusna in zelo dišijo. Redno smo skrbeli tudi za našo jablano, skozi letne čase opazovali spremembe, opravljali vsa potrebna sadjarska dela in nestrpno čakali, kdaj se bodo iz cvetov razvili plodovi. V jeseni nas čakajo slastna bio jabolka.

## Aktivnost 2:

- **OKUŠAMO IN JEMO ZDRAVO**
  
- Ali je pri izvajanju aktivnosti 2 poleg vzgojiteljev sodeloval še kdo? (Možnih je več odgovorov)
  - svetovalna služba
  - organizator prehrane in/ali vodja zdravstveno higienskega režima
  - **drugi zaposleni v vrtcu: študentka na praksi**
  - **zunanji izvajalci: čebelarja**
  - starši oz. družinski člani otrok
  - ne, nihče drug
  
- Koliko časa je trajala aktivnost 2?
  - Enodnevna
  - **Obdobna – aktivnost, ki jo izvedemo nekajkrat letno ali poteka v krajšem časovnem obdobju (npr. teden, mesec)**
  - Celoletna – aktivnost se izvaja tekom celega leta (vsaj enkrat tedensko)
  
- Ste pri izvedbi aktivnosti 2 uporabili znanja iz naših izobraževanj?
  - **da**
  - ne
  
- Navedite za katero ciljno skupino ste aktivnost 2 izvajali. (Možnih je več odgovorov):
  - **otroci**
  - osebje vrtca
  - starši oz. družinski člani otrok
  - lokalna skupnost (npr. sodelovanje na lokalnih prireditvah)
  - Drugo (navedite):

- Kratak opis aktivnosti:

Otroci so spoznali prehransko piramido in pridobili pomembne informacije o posameznih skupinah živil (koristnost za zdravje in razvoj, primerna količina, pomen pitja vode...). V nadaljnjih dejavnostih smo se osredotočili na sadje in zelenjavo, ki smo jih v različnih didaktičnih igrah podrobneje spoznali. Prepoznavali poznavali s pomočjo različnih čutil, s pomočjo vida, voha, tipa in okusa. Še posebej so bile otrokom všeč senzorične uganke s katerimi so urili čute in poimenovali občutke. V vrtcu in knjižnici smo poiskali različne didaktične igrače s katerimi so otroci razvrščali sadje in zelenjavo po različnih kriterijih ter na koncu iz odpadnih materialov izdelali tudi lastno didaktično igro Sadno- zelenjavni pari in igro Spomin. Ob tem smo se osredotočili na barve sadja in zelenjave ter njihov pomen za zdravje.

### **Aktivnost 3:**

- **MEDGENERACIJSKO SREČANJE**
- Ali je pri izvajanju aktivnosti 3 poleg vzgojiteljev sodeloval še kdo? (Možnih je več odgovorov)
  - svetovalna služba
  - organizator prehrane in/ali vodja zdravstveno higienskega režima
  - **drugi zaposleni v vrtcu: starostniki DSO in njihovi mentorji, kuharica**
  - starši oz. družinski člani otrok
  - ne, nihče drug
- Koliko časa je trajala aktivnost 3?
  - **Enodnevna**
  - Obdobna – aktivnost, ki jo izvedemo nekajkrat letno ali poteka v krajšem časovnem obdobju (npr. teden, mesec)
  - Celoletna – aktivnost se izvaja tekom celega leta (vsaj enkrat tedensko)
- Ste pri izvedbi aktivnosti 1 uporabili znanja iz naših izobraževanj?
  - **da**
  - ne

- Navedite za katero ciljno skupino ste aktivnost 3 izvajali. (Možnih je več odgovorov):
  - **otroci**
  - osebje vrtca
  - starši oz. družinski člani otrok
  - lokalna skupnost (npr. sodelovanje na lokalnih prireditvah)
  - Drugo (navedite):
- Kratak opis aktivnosti:

Jeseni smo duhu krepitve medgeneracijskih vezi medse povabili starostnike iz Doma starejših občanov SeneCura iz Slivnice, ki so se z veseljem odzvali vabilu. Otroci različnih starostnih skupin so jim pripravili kulturni program, starostniki pa so se jim z veseljem pridružili v petju, deklamiranju in nekateri celo plesu. Popeljali so jih na ogled vrtca, starostniki pa so jim pripovedovali, kakšno je bilo otroštvo v njihovih včasih. Ob krajšem družabnem srečanju, klepetu ob zeliščnem čaju in sadju, obdaritvi z otroškimi izdelki so se orosile marsikatero oči, zato smo se dogovorili, da jim obisk ob priliki vrnemo in jih obiščemo v njihovem domu.

#### **Aktivnost 4:**

- **ŠPORTNE IGRE Z ODBOJKARJEM PETROM MOŽIČEM**
- Ali je pri izvajanju aktivnosti 4 poleg vzgojiteljev sodeloval še kdo? (Možnih je več odgovorov)
  - svetovalna služba
  - organizator prehrane in/ali vodja zdravstveno higienskega režima
  - **drugi zaposleni v vrtcu : vse vzgojiteljice enote**
  - **zunanji izvajalci: športnik**
  - starši oz. družinski člani otrok
  - ne, nihče drug
- Koliko časa je trajala aktivnost 4?
  - **Enodnevna**
  - Obdobna – aktivnost, ki jo izvedemo nekajkrat letno ali poteka v krajšem časovnem obdobju (npr. teden, mesec)

- Celoletna – aktivnost se izvaja tekom celega leta (vsaj enkrat tedensko)
- Ste pri izvedbi aktivnosti 4 uporabili znanja iz naših izobraževanj?
  - **da**
  - ne
- Navedite za katero ciljno skupino ste aktivnost 4 izvajali. (Možnih je več odgovorov):
  - **otroci**
  - osebje vrtca
  - starši oz. družinski člani otrok
  - lokalna skupnost (npr. sodelovanje na lokalnih prireditvah)
  - Drugo (navedite):
- Kratak opis aktivnosti:

Povabljeni športnik je v sodelovanju z vzgojiteljicami celotne enote otrokom predstavil radosti in pomen gibalnega udejstvovanja za dobro počutje in zdrav razvoj. Gibalne aktivnosti otrok so potekale v obliki vadbe na posameznih gibalnih postajah, ki so zajemale otrokom zanimive gibalne dejavnosti in igre z mnogimi, pestrimi športnimi rekviziti. Nekatero od njih so zahtevale individualno, druge skupno vadbo in športno sodelovanje. Skozi različne zabavne igre so se otroci preizkusili tudi v gibanju z žogami, vlečenju vrvi, igrami z velikim padalom ter osnovah odbojke. Spoznali so tudi načine varovanja pred poškodbami. Utrujeni a veseli in zadovoljni so otroci prejeli priznanja o sodelovanju, z željo o ponovnem druženju.

### **Aktivnost 5:**

- **BESEDE IMAJO MOČ**
- Ali je pri izvajanju aktivnosti 5 poleg vzgojiteljev sodeloval še kdo? (Možnih je več odgovorov)
  - svetovalna služba
  - organizator prehrane in/ali vodja zdravstveno higienskega režima

- **drugi zaposleni v vrtcu: študentka na praksi**
  - zunanji izvajalci (policist, gasilec, lovec, medicinska sestra, čebelar, ...)
  - starši oz. družinski člani otrok
  - ne, nihče drug
- Koliko časa je trajala aktivnost 5?
    - Enodnevna
    - Obdobna – aktivnost, ki jo izvedemo nekajkrat letno ali poteka v krajšem časovnem obdobju (npr. teden, mesec)
    - **Celoletna – aktivnost se izvaja tekom celega leta (vsaj enkrat tedensko)**
  - Ste pri izvedbi aktivnosti 5 uporabili znanja iz naših izobraževanj?
    - **da**
    - ne
  - Navedite za katero ciljno skupino ste aktivnost 5 izvajali. (Možnih je več odgovorov):
    - **otroci**
    - osebje vrtca
    - starši oz. družinski člani otrok
    - lokalna skupnost (npr. sodelovanje na lokalnih prireditvah)
    - Drugo (navedite):
  - Kratek opis aktivnosti:

Tekom celega šolskega leta smo ob temah skrbi za svoje telesno zdravje vključevali tudi teme s področja ohranjanja in krepitve duševnega zdravja. Izvajali smo dejavnosti na temo prepoznavanja in razumevanja svojih misli, občutkov, odnosa do sebe in drugih, primerne komunikacije, čuječnosti. Sprva smo dali poudarek spopadanju z doživljajsko močnimi in neprijetnimi občutki in razpoloženskim stanji, delali na področju samokontrole, samoobvladovanja, uravnavanja čustev. Z rednim izvajanjem krajših vaj in iger smo zmanjšali napetost, tesnobo in impulzivnost posameznikov, dosegli večjo mirnost, prijaznejši odnos do sebe in drugih (sočutje, empatija). Med izvedenimi aktivnostmi so bile različne dejavnosti zaznavanja okolja in lastnega telesa, razvijanja komunikacije s seboj in drugimi, sprejemanja, zaupanja in sodelovanja ter razvijanja vrednot. Otroci so ugotovili, da imajo besede veliko moč, z njimi lahko naredimo veliko koristi in žal tudi škode. Podrobneje smo se podali v Dino zgodbo, ki so otrokom s svojimi liki pomagale razumeti in se vživeti v moč besed, drobnih dejanj, bolj in manj primernih, iskanje rešitev konfliktov, kar smo popestrili z risbami, plakati in sodelovanjem na natečaju.

## Aktivnost 6:

- Ime aktivnosti 5 (npr. Zelenjavna tržnica, Jem zdravo, Gibam se neprestano, Samospoštovanje, Vljuden sem, Čiste roke za zdrave otroke, Moj planet, Skrbim za varnost,...
- 
- Ali je pri izvajanju aktivnosti 6 poleg vzgojiteljev sodeloval še kdo? (Možnih je več odgovorov)
    - svetovalna služba
    - organizator prehrane in/ali vodja zdravstveno higienskega režima
    - drugi zaposleni v vrtcu (kuhar, hišnik, čistilka, ...)
    - zunanji izvajalci (policist, gasilec, lovec, medicinska sestra, čebelar, ...)
    - starši oz. družinski člani otrok
    - ne, nihče drug
  - Koliko časa je trajala aktivnost 6?
    - Enodnevna
    - Obdobna – aktivnost, ki jo izvedemo nekajkrat letno ali poteka v krajšem časovnem obdobju (npr. teden, mesec)
    - Celoletna – aktivnost se izvaja tekom celega leta (vsaj enkrat tedensko)
  - Ste pri izvedbi aktivnosti 6 uporabili znanja iz naših izobraževanj?
    - da
    - ne
  - Navedite za katero ciljno skupino ste aktivnost 6 izvajali. (Možnih je več odgovorov):
    - otroci
    - osebje vrtca
    - starši oz. družinski člani otrok
    - lokalna skupnost (npr. sodelovanje na lokalnih prireditvah)
    - Drugo (navedite):



## Kratek opis aktivnosti

