

Poročanje aktivnosti Zdravje v vrtcu

POSAMEZNA SKUPINA - vzgojiteljice

- Ime skupine: **MAČEK MURI**
- Vzgojiteljice in pomočnice vzgojiteljic v zgoraj navedeni skupini:
VANJA GRDADOLNIK
LEA ERBUS
KSENIJA BEVK (nadomeščanje)
- Starostna skupina:
 - Nižja
 - **Višja**
 - Mešana
- Koliko aktivnosti ste v vaši skupini izvajali v okviru programa Zdravje v vrtcu? (poročati morate za vsaj 5 aktivnosti)
8

Aktivnost 1:

- Ime aktivnosti
ČUSTVA
- 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, ...)
 - zunanji izvajalci (policist, gasilec, lovec, medicinska sestra, čebelar, ...)
 - starši oz. družinski člani otrok
 - **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):
- Kratak opis aktivnosti:

Veliko otrok je imelo pri prihodu v novo skupino težave. Mnogi se tudi sedaj težko soočajo s spremembami. Moti jih sprememba igralnice, strokovnih delavk... Veliko otrok se je s težavo soočalo z ločitvijo od staršev, na kar so v veliki meri negativno vplivali prav starši sami, ki so bili pri prihodu v skupino neodločni, oziroma so otroke, kljub navodilom strokovnih delavk, vedno pripeljali v času zajtrka, ko se posameznikom ni moč povsem ustrezno posvetiti.

V ta namen sva izdelali obrazke, ki so predstavljali različna **čustvena stanja**. Na slednje so otroci vsakodnevno označili svoje počutje ob prihodu in kasneje v teku dneva v vrtcu. Otroke sva osveščali o pomenu upovedovanja čustev ter jim čustvovanje skušali približati s pomočjo otroške literature (Sovica Jokica...)

Aktivnost 2:

JEM 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 (kuhar, hišnik, čistilka, ...)

- **zunanj** izvajalci (**policist, gasilec, lovec, medicinska sestra, čebelar, ...**)
 - 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:

Ob začetku šolskega leta sva z otroci oblikovali **pravila skupine** in jih seznanili z načinom postrežbe obrokov v času dnevne rutine. Otroci so tako, po novem, prejeli na svoj krožnik vse kar je bilo za zajtrk ali kosilo, kar pa je sprva povzročilo veliko negodovanja, občasno pa so posamezniki, kljub temu, da so lahko izbrali kaj bodo pojedli, potočili tudi kakšno solzo. Večina otrok se je držala ustaljenih navad prehranjevanja a so počasi, ob ustreznih spodbudah, pričeli segati tudi po živilih, ki se jih sicer niso niti dotaknili. Konec šolskega leta je slika precej drugačna. Solato jejo vsi v skupini, zgolj peščica je takšnih, ki namaze samo poskusijo. Veliko pozornosti smo namenili tako **uživanju zdrave** prehrane kot **količini zaužite** hrane. Posameznike sva morali v nekaterih primerih, ko je bil ponujen njim ljubi obrok, pri zaužitju opozarjat na nezdravost prekomernosti.

Otroke sva o zdravi prehrani seznanili tako ob vsakodnevni postrežbi obrokov (pogovor pred postrežbo obrokov) kot s pomočjo zgodb in lutkovne predstave. Otroci so si z zanimanjem ogledali predstavo **Ostal bom zdrav**. V času višjih temperatur smo veliko pozornosti namenili uživanju zadostne količine tekočine in beleženju števila popitih kozarcev vode.

Aktivnost 3:

- Ime aktivnosti 3
MOJA DRUŽINA-ŽIVLJENJSKI CIKEL

- 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 (kuhar, hišnik, čistilka, ...)
 - zunanji izvajalci (policist, gasilec, lovec, medicinska sestra, čebelar, ...)
 - 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:

V enoti MOJA DRUŽINA smo se posvetili preštevanju družinskih članov in njihovi vlogi v družini. Otroci so skozi igro vlog imeli možnost rahljanja stereotipov. V času jutranjega kroga so pripovedovali o tem kaj v družini počnejo skupaj, kdo kuha in kdo pospravlja ter kakšne so njihove zadolžitve v domačem okolju. Ob tem smo se dotaknili tudi starosti (in velikosti) družinskih članov ter se seznanili z razvojem živih bitij. Veliko zanimanje so pokazali za igro vlog, še posebej igro »družina«.

Otroci so sodelovali pri izvedbi dramatizacije **Zelo lačna gosenica** s pomočjo katere smo se dotaknili tudi vprašanja **obstoja in življenjskega cikla**.

Utrinek:

L.: »Kako boš dala ime otroku, ko ga boš rodila?«

T.:«Ne vem še. Si bom še izmislila!«

T.: »Jaz bom tudi rodil ko bom velik!«

V.: »Pa ti si fant, to ne moreš, samo seme lahko daš!«

Aktivnost 4:

- Ime aktivnosti 4
OD SEMENA DO...
- 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 (kuhar, hišnik, čistilka, ...)**
 - zunanji izvajalci (policist, gasilec, lovec, medicinska sestra, čebelar, ...)
 - 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:

Otroke sva spodbudili k razmišljanju o rasti in razvoju rastlin ter v igralnici izdelali **mini rastlinjak**. Opazovali smo spremembe v lončkih in ugotavljali koliko časa je potrebno, da iz semena pridobimo živilo. Tako smo spoznali načine samooskrbe ter pomen kmetovanja za naš obstoj.

Z otroci smo se ob zgodbi Pekarna Miš maš seznanili s **procesom pridelave** in predelave hrane ter si ob tem ogledali bližnjo Hišo kruha ter tržnico ter se seznanili z lokalno pridelavo hrane. Otroci so naju ob obisku tržnice opozorili na prodajo sušenega sadja v bližnji trgovini ter na vloženo sadje, ki se je prodajalo na tržnici.

S pomočjo kuharskega osebja smo se seznanili s pripravo testa in postopki peke piškotov.

Aktivnosti projekta smo povezali s prednostno nalogo in otroke spodbudili k prepoznavanju različnih živil s **pomočjo okušanja in vonjanja** (zavezane oči). Prav tako sva jih seznanili z načinom izdelave zdravih **osvežilnih napitkov**, ki so pomembni predvsem v času visokih temperatur.

Aktivnost 5:

- Ime aktivnosti 5
OHRANJANJE ZDRAVJA
- 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 (kuhar, hišnik, čistilka, ...)
- **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):
- Kratak opis aktivnosti:

Ob vsakodnevnih aktivnostih smo veliko časa namenili spoznavanju pomena ustrezne higijene rok. Pogovore smo podkrepili z demonstracijo v času pred pripravo na obroke ter z igro vlog, kjer so kot bolniki in zdravniki utrjevali pridobljena znanja in ne nazadnje rahljali stereotipe (dečki so kuhali čaje bolnim otrokom...). Ob tem smo sodelovali tudi z zunanjimi strokovnjaki in delo nadgradili s pomočjo zobozdravnice, ki je otrokom predstavila pomen ohranjanja čistih zob in vpliv nezdrave hrane na ustno higieno. Otroke sva spodbujali k sodelovanju pri zagotavljanju čistoče skupnih prostorov. Dežurni so pomagali pri higieni miz in tal ter urejanju omaric. Aktivnosti na področju ohranjanja zdravja smo strnili z obiskom lekarne.

Otroke sva spodbujali h gibalnim aktivnostim- jutranja gibalna minutka ter vsakodnevnim aktivnostim na prostem (ne glede na vreme). Ob tem smo se dotaknili tudi, za gibanje na prostem, pomembne ustrezne obutve in oblačil, ki se razlikujejo glede na letni čas in vreme.

Aktivnost 6:

- Ime aktivnosti 6
BESEDE IMAJO MOČ
- 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:

Skozi vse, že navedene aktivnosti smo spoznavali moč besed, ki jih uporabljamo. Otroke sva ob vsakodnevnih aktivnostih opozarjali, da lahko zgolj s skupnimi napori vplivamo na lastno počutje v skupini. Rezultate smo dosegli z beleženjem in izpovedovanjem čustev (že opisana aktivnost) ter predvsem s pogovorom o tem, kaj se sme in kaj ne (narediti in izreči). Otroci so spoznali, da beseda »oprosti« vedno ne zaleže in ne popravi storjene krivde, saj težo izrečenih besed in ob tem bolečino ni moč hitro pozabiti. Beseda »oprosti« je tako zgolj le začetek v procesu obnavljanja medsebojnih odnosov, na katerih je potrebno graditi s pozitivnimi zgledi.