



Zaključno poročilo projekta Zdravje v vrtcu Vrtec Orehek Skupina cofki

Starost otrok: 2-4 let

Vzgojiteljica: Mateja Dežman

Pomočnica vzgojiteljice: Urška Kalan

Dobro počutje otrok v vrtcu

Letošnja rdeča nit projekta Zdravje v vrtcu sovpada z prednostno nalogo oddelka Cofki. Zelo pomembno se mi zdi, da se otroci v vrtcu počutijo prijetno, sproščeno, sprejeto. Zato vsako leto na začetku leta, veliko dejavnosti posvetim prav dobremu počutju. Septembra se je naša skupina oblikovala na novo, zato je bila skrb za dobro počutje otrok res na prvem mestu. Izvajala sem predvsem tiste dejavnosti, za katere so otroci kazali velik interes in zadovoljstvo. Otroci so zelo radi peli in pripevali. Naši najljubši pesmici v tem letu sta bili: Pet majhnih rač in Gosenica je lezla počasi na drevo. Ob petju smo besedilo tudi gibalno uprizarjali. Plesali smo rajalne igre: Bela, bela lilija, Biba, buba baja, En mali slonček, ...

Ob igrici Gremo loviti medveda so se otroci vživljali v zgodbico, najprej so doživljali pričakovanje ali bomo našli medveda, ko smo medveda našli, se je pojavil strah, na koncu pa so doživeli olajšanje, saj so medvedu ušli.

Za umirjanje smo se igrali masažno igro Pečemo pico. Otroci so se razdelili v pare in nato masirali drug drugega ob pripovedovanju zgodbe, kako se naredi pica. Tako so bili deležni ugodja, ko so bili masirani in pa dobili so občutek, da tudi oni nekomu delajo naredijo dobrega.



Ob koncu šolskega leta pa smo si pripravili tudi Hišico dobrega počutja.



Vsak otrok je imel v hišici svoje okno. Na to okno so otroci vsako jutro v jutranjem krogu lepili »smejokote« (vesel ali žalosten obrazek) in tudi povedali zakaj so veseli, se dobro počutijo, oz. so žalostni ali slabe volje. Na začetku tedna je bilo svoje občutke otrokom težko ubesediti, proti koncu tedna pa so povedali da so vseli v vrtcu, ker imajo prijatelje, ker se igrajo z igračami, ker plešemo, se igramo na igralih. Žalostni pa so bili zato, ker me je mamica zjutraj okregala, ker sem zaspan, ker me je eden od otrok udaril...

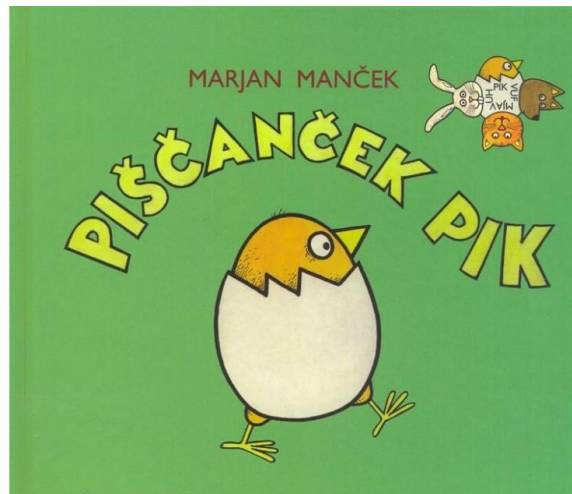


Čustva

Otroci v vrtcu doživljajo različne občutke. Enkrat so veseli, drugič žalostni, včasih jih je strah ali pa so jezni. Vsa ta čustva morajo najprej spoznati, da nato lahko ustrezno odreagirajo v različnih situacijah, ki jih doživljajo. Veliko smo se pogovarjali kdaj so veseli, kdaj jih je strah, kdaj so jezni. Spoznavali smo čustvo jeza, žalost, strah in veselje. Otroci so si ogledovali sličice oseb v različnih razpoloženjih in opisovali dogajanje na sliki. Te sličice so nato razvrščali v diagram. Ta dejavnost se je otrokom zdelo zelo zabavna, saj so izbirali vedno druge sličice.



Spoznali smo tudi pravljico Piščanček Pik – Marjana Mančka, ki ravno tako govori o teh čustvih.



Pripoveduje, kako mali piščanček išče svojo mamo, a je ne najde. Sreča pa jezo, žalost, strah in veselje, ki mu na koncu tudi pomaga poiskati mamo. Najprej smo jo večkrat prebrali, nato pa so otroci dobili vloge in jo tudi zaigrali. Ta pravljica jim je bila tako všeč, da smo jo igrali res velikokrat in so vsi otroci lahko preizkusili vse vloge.





Ker v letošnjem šolskem letu, zaradi korona virusa ni bilo mogoče izpeljati zaključka za starše, smo igrico posneli in posnetek poslali staršem.

Skrb za svoje zdravje

Umivanje zob

Z otroki smo se pogovarjali kako otroci skrbijo za svoje zobe doma, kaj potrebujejo za umivanje, kdo jim pri tem pomaga. Otroci so pripovedovali da doma umivajo zobe sami, potem jim pomagajo tudi starši, da potrebujejo pasto in ščetko. Ogleдали smo si film Zdravi zobki, ki nam je prikazal kako se pravilno umije zobe in se pogovorili kaj smo videli, kako ravnamo z zobno krtačko in koliko paste lahko uporabimo. Nato so otroci v manjših skupinicah v kopalnici poskušali pravilno umiti zobe. Otrokom sem pokazala pravi prijem krtačke in kje vse morajo podrgniti. Z umivanjem zob smo nato nadaljevali vsak dan po zajtrku. Otroke sva vsak dan spominjali na pravilno držo ščetke, umivanje v vseh delih ust, skrbi za ščetko, ... Pri umivanju so morali paziti tudi na to, da si niso zmočili oblačil.



Umivanje rok

Umivanje rok je zelo pomembno za ohranjanje našega zdravja, sploh v jesenskih in zimskih mesecih, ko je veliko prehladnih in trebušnih obolenj. Z otroki smo si najprej ogledali film Čiste roke za zdrave otroke.



Potem smo ob ponovnem gledanju ponavljali gibe za otroke na posnetku. Otrokom je bil film zelo zanimiv, zato so ga želeli pogledati še večkrat.



Nato so vsi otroci v kopalnici ob demonstraciji vzgojiteljice poskušali pravilno umiti roke.



Pogovarjali smo se tudi o tem, da imamo na rokah viruse in bakterije, ki jih moramo odstraniti iz rok. Da so si otroci lažje predstavljali umazane roke in prenašanje virusov smo se namazali z barvo in se rokovali. Nato so otroci nečistočo na rokah ustvarjali tudi s slamico in barvo na papir.

Gibanje

Gibanje je otrokova primarna dejavnost, zato sem gibalnim dejavnostim namenila veliko časa. Že v jutranjem krogu smo se vsak dan razgibali z različnimi gibalnimi igrkami in pesmicami. Vsak dan, če nam je le dopuščalo vreme smo odšli ven na igrišče, kjer so se otroci prosto igrali, se vozili s skiroji in poganjalčki ali na sprehod v okolici vrtca. Ti sprehodi so bili na začetku krajši, nato pa tudi kar precej dolgi.





Vsakih 14 dni smo imeli gibalno urico s športnim pedagogom Janezom Pustoslemškom.



ČUTILA

V mesecu januarju smo se pogovarjali o naših čutilih. Spoznavali smo kaj slišimo, tipamo, vidimo, vonjamo in okušamo. Najprej smo na velik plakat narisali velik obraz z očmi, usti, ušesi, nosom ter pobarvali kožo obraza. Pogovarjali smo se kaj, kako in zakaj slišimo, vidimo, vonjamo, okušamo in tipamo. Različne dele telesa smo povezali z zaznavanjem sveta okoli nas. Našteli smo naša čutila, ki jih imamo in kateri del telesa - organ jih omogoča. Torej če nekaj slišimo, je to zato ker imamo ušesa in zaradi njih slišimo ker ... Otroci so se spoznali z igro Kaj slišiš?. Predvajali so se različni zvoki (krava, zvonec, grmenje ...). Na mizi v igralnici pa so bile slike stvari ali predmetov, ki jim je zvok pripadal. Otroci so ob predvajanju zvoka iskali primerno fotografijo, ki jim je pripadal zvok. Otroci so prepoznali vse zvoke, ki smo jih predvajali, le da so imeli nekje manjšo težavo ugotoviti kaj bi to lahko bilo. Naslednji dan smo se spoznali z našim čutilom tipanja. Otrok se je usedel za posebno pregrinjalo tako, da predmeta, ki ga je imel v roki ni videl. Nato je ugibal kaj bi to lahko bilo. Otrokom je šlo precej dobro, saj so bili predmeti takšni, ki jih uporabljajo vsak dan v vrtcu. Tretji dan smo spoznavali čutilo vid. Otroci so se pogledali v ogledalo in povedali kakšne barve imajo oči. Nato smo skupaj naredili diagram in ugotovili, da ima večina otrok rjave oči. Namen te dejavnosti je bilo, da otrok opazuje samega sebe. Četrty dan smo po zajtrku ugotavljali kakšen vonj ima naš zajtrk. Vohali smo salamo, sir, kumarice, kruh. Spoznali smo, da ima vsaka stvar poseben in drugačen vonj. Naš peti dan pa smo spoznavali okus. Zanimivo je bilo opazovat otroke, ki niso bili prepričani ali je bil okus dober ali slab. Otroci so najprej poizkusili sladkor in sol ter nato še grenko čokolado in limono. Otrokom je bilo težko opisati kakšnega okusa je hrana, ki jo imajo v ustih. Večina je vedela, da je sladkor sladek in čokolada dobra.





KUHAMO V VRTCU

V naši skupini so otroci stari od dveh do štirih let in otroci imajo v tem obdobju še ne izoblikovan okus. Zato smo kar nekajkrat naredili različne dobrote, ki smo jih nato poizkusili. Vedno pa jih nismo pojedli do konca, saj nam okus ni vedno ustrezal. Naš tradicionalni zajtrk je izgledal malo drugače, saj smo si sami naredili maslo. Vsak otrok je naredil svojega. In sicer tako, da smo v manjši steklen lonček dali domačo smetano ter nato stresali z lončkom toliko časa, da je nastalo maslo. Seveda smo ga tudi preizkusili. Otroci so dejali, da jim je bolj všeč okus masla kot smetane. V naslednjem tednu smo si sami stisnili pomarančni sok. Otrokom ni bil najbolj všeč, saj ni bil najbolj sladkastega okusa. So pa radi rezali in ožemali pomaranče. Iz olupkov smo kasneje naredili okraske s pomočjo modelčkov za piškote. Naš naslednji kuharski podvig je bila sadna kupa. Otroci so v skupini zelo radi rezali sadje in lupili sadje. Pri tem smo bili zelo previdni, da se kdo od otrok ni poškodoval. Predvsem smo poskrbeli, da so bili noži primerni, da z njimi lahko režejo otroci. V naši skupini so otroci zelo radi posegli po čisto navadnem tekočem jogurtu. Eden od otrok je dejal, da ima raje sadnega in zato smo skupaj nato naredili sadni jogurt. Čisto enostavno smo navadnemu jogurtu dodali jabolčno čežano, ki smo jo skuhali in ohladili čisto sami. V mesecu decembru so nas v vrtcu obiskali naši starši. Tudi za njih smo nekaj pripravili – piškote! Kar nekaj otrok v naši skupini ima dieto zaradi alergij in zato smo se odločili, da naredimo piškote, ki jih bomo lahko jedli vsi. In res nam je uspelo iz ovsenih kosmičev, banan ter brusnic smo naredili odlične slastne piškote. Otroci so ob kuhanju vedno zelo uživali. Poskrbeli smo za čistočo rok, oblekli predpasnik, si priskrbeli primerne pripomočke in tako so se naši kuharski dnevi skuhali odlično.



