

ZDRAVJE V VRTCU



2019/2020

POROČILO

RDEČA NIT: Počutim se dobro

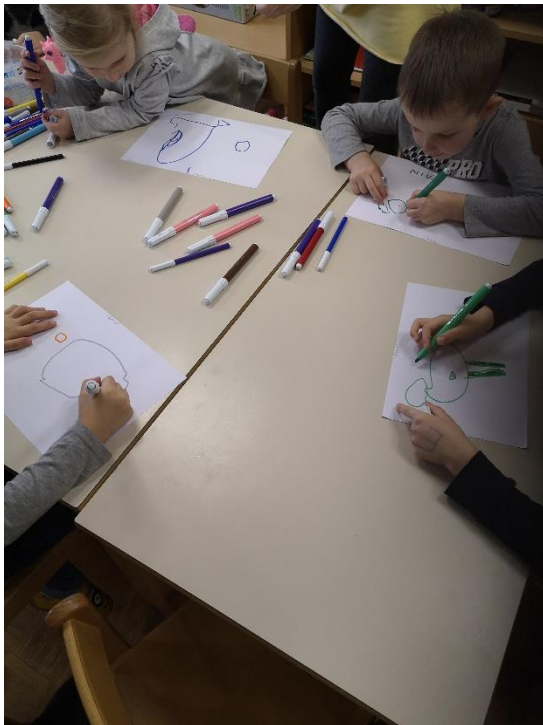
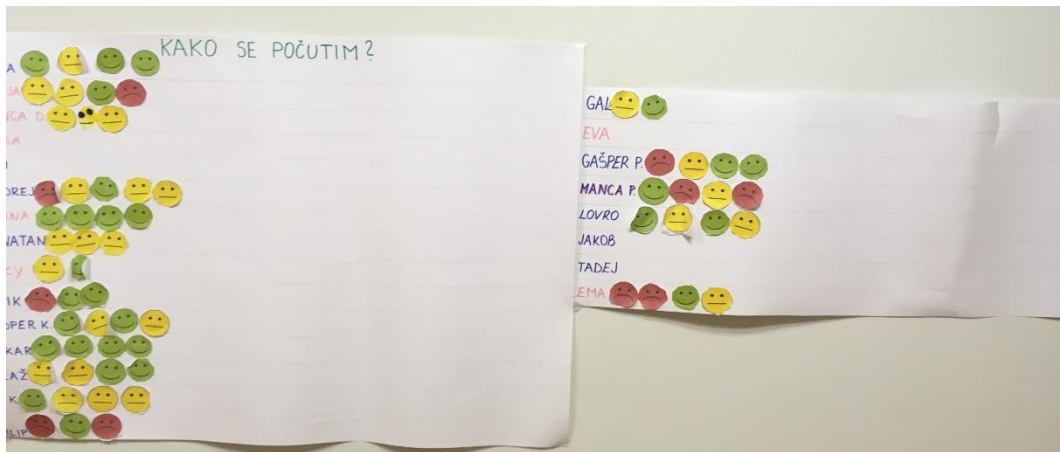
IZVAJALKI: Petra Lunder, Nataša Stružnik

VRTEC PRI OSNOVNI ŠOLI OREHEK KRANJ- VRTEC MAVČIČE

V sklopu nacionalnega instituta za javno zdravje smo v našem vrtcu tudi letos sodelovali v projektu Zdravje v vrtcu. Vendar je bilo zaradi korona virusa nekoliko okrnjeno oz. krajše. V okviru projekta smo v skupini Sovice zajeli področja, ki pomembno vplivajo na naše zdravje in počutje in tako obogatili življenje in delo v vrtcu.

KAKO SE POČUTIM?

Letošnja rdeča nit projekta je bila Počutim se dobro. Spoznavali smo čustva. Po pogovoru z otroki sva s sodelavko ugotovili, da otroci poznajo osnovna čustva (veselje, žalost, strah, jeza). Znali so tudi povedati, kdaj so veseli, žalostni in kdaj jih je strah ter to pokazali še z obrazno mimiko. Skozi vse leto smo dajali pozornost našim čustvom oz. počutju. Vendar smo se v mesecu februarju in marcu temu še posebej posvetili. Otrokom sva prebrali zgodbo Piščanček Pik in se z njimi pogovorili o njej. Da pa ne bi ostalo samo pri zgodbi, sva otroke povabili k tudi razmišljanju, o tem, kako in kdaj bi se o čustvih oz. počutju pogovarjali, da bi nam bilo lažje, zato sva jih ves čas spraševali po idejah. Odziv otrok je bil presenetljiv, tudi rešitve, ki so jih predlagali so bile zanimive. Čeprav so bile nekatere neizvedljive, smo se pogovorili o vseh. Domenili smo se, da o svojem počutju lahko spregovorimo takoj, ko pridemo v vrtec, če to potrebujemo. Lahko povemo prijatelju ali vzgojiteljicama, saj nas prijatelj lahko objame, posluša, vzgojiteljici pa tudi pocrkljata in potolažita. V jutranjem krogu smo počutju namenili več časa. Vsak je izbral simbol, ki ponazarja čustvo, povedal, kako se počuti in zakaj je izbral prav ta simbol ter ga nalepil na plakat. V tem času smo se igrali tudi različne socialne igre, se masirali in risali z brivsko peno. Otrokom je bil tak način všeč.



VRTNARJENJE

V skupini Sovice smo pod vodstvom naše pomočnice vzgojiteljice Nataše Stružnik skrbeli za naš vrtčevski vrtiček. S pomočjo pogovora sva preverili, kaj otroci vedo oz. poznajo o vrtu in kako se počutimo, ko skrbimo zanj. Povedali so, da tam raste zelenjava, da jo je potrebno posaditi ali posejati ter pridno zalivati. Povedali so tudi, da jim je všeč in da jih pomirja, ko pomagajo skrbeti za vrt. S pregledovanjem knjig smo pridobivali različne informacije. Pogovarjali smo se o pomenu prehrane, še posebej o lokalno pridelani zelenjavi ter zakaj je zelenjava zdrava. Ugotovili smo, da je bogata z vitamini in minerali, da smo zato bolj zdravi in smo boljšega zdravja. Pogovorili smo se o paradižnikih (vrste paradižnikov, kje rastejo, zakaj vse jih uporabljamo,...). Paradižnike smo nato posejali v cvetlična korita. Ker smo jih pridno zalivali, so hitro rasli. Namen smo jih imeli presaditi v večje lončke, vendar nas je korona virus presenetil, zato tega nismo mogli storiti. Po vrnitvi v vrtec nam je mamica enega otroka iz skupine, ki dela v vrtnariji, prinesla sadike. Poleg paradižnika smo posadili še meto, papriko in buče. Za vrtiček so nam pomagali skrbeti tudi otroci iz drugih skupin. Vsi otroci so bili nad delom navdušeni, še posebej radi pa so opazovali njihovo rast.



GIBANJE

V mesecu oktobru se je odvijal tradicionalni humanitarni Čopkov tek. Prizorišče dogajanja je bilo na travniku Drakslerjeve kmetije. Vreme nam je bilo naklonjeno, tako da smo lahko uživali v toplém jesenskem vremenu. Tekom popoldneva so se razvrstila tekmovanja v teku po skupinah in starosti. Različna športna društva so pripravila svoj predstavitveni program, v

katerem so lahko sodelovali otroci šole in vrtca. Dogodek se je zaključil z zabavnim programom.

Ker se s sodelavko zavedava, da je gibanje ena izmed primarnih otrokovih potreb, hkrati pa ima tudi velik vpliv za vzdrževanje zdravja in počutja, zato sva vse gibalne dejavnosti skrbno načrtovali. Le-te smo z otroki izvajali: v igralnici, v telovadnici, na igrišču in terasi. Zelo pogosto smo se odpravili na različno dolge sprehode npr. do jezera, dolg sprehod po vasi, poljski poti. Ob lepem vremenu, smo na željo otrok večkrat obiskali gozdiček in odšli na travnik, ker nam ponujata več prostora in postaneta socialni prostor, kjer se tkejo prijateljstva ter oblikujejo medsebojni odnosi. Otroci so imeli ves čas na voljo različne pripomočke za raziskovanje zunanjega prostora. Gibali smo se vsakodnevno, kljub vsem vremenskim vplivom. V okviru športno gibalnega programa »Mali sonček« smo v sodelovanju s športnim pedagogom, ki nam je pripravljaj in načrtoval gibalne urice v telovadnici, izvajali tudi različne gibalne dejavnosti. Z učiteljem smo telovadili enkrat na 14 dni po eno šolsko uro. Projekt smo zaključili s podelitvijo medalj v gozdičku.



PRAZNOVANJE LETNIH ČASOV

V vrtcu Mavčiče že vrsto let praznujemo prihod vseh letnih časov. V ta namen se vsi otroci iz vrtca zberejo v eni izmed igralnic. Otroci iz skupine Sovic smo bili letos zadolženi za pripravo programa. Skozi celo leto smo skrbno izbirali pravlјice in pesmice za dramatizacijo. Poskrbeli smo za vse, kar je bilo potrebno, torej rekvizite, veliko dobre volje, poguma in vaje. Vendar se je na koncu izplačalo, ker so nas otroci nagradili s ploskanjem. Zaigrali smo pravlјici: Babica zima in Živali iščejo sonce. Po končanih igrakah smo skupaj prepevali pesmi ter se še malo družili. Tako smo naše bivanje v vrtcu še dodatno obogatili, kar je bila za otroke iz skupine Sovic spodbudna in prijetna izkušnja. Veliko otrok je premagalo strah pred nastopanjem in si s tem pridobilo zaupanje vase ter svoje sposobnosti. Po opravljenem nastopu so si želeli nastopati še naprej.





PLES

Že ob samem opazovanju otrok je možno zaznati, da so otroci samoiniciativno pogosto v gibanju. Opazili sva, da se otroci vedno začnejo pozibavati in gibati ob zvoku glasbe oz. po njenem ritmu. Pri tem doživljajo ugodje, umirjenost, veselje in razigranost. Ravno opažanje otrok in zaznavanje njihovih potreb po gibanju je bilo najino izhodišče za organiziranje dejavnosti pri katerih je bilo prisotno tudi veliko gibanja ob glasbi. Že v jutranjem krogu smo začeli z gibanjem oziroma z izvajanjem rajalnih iger ter prav tako po njem na željo otrok zaplesali kakšen ples ali bans. V istem prostoru smo večkrat tudi odprli občasni plesni kotiček. Zelo radi so videli, da sva se vanj vlučili tudi midve, včasih kot pomoč pri izbiri, predvajanju glasbe ali kot aktivni partner pri plesu. Najraje so zaplesali ples Potovanje z vlakom. Pri obisku

vsake države so se zelo vživeli, kar so pokazali s telesno govorico, obrazno mimiko in glasom (v pričakovanju, da ne bi zamudili vlaka). Pri teh dejavnostih so bili aktivni, motivirani in srečni.



Zapisala: Petra Lunder