



ZDRAVJE V VRTCU

2021/2022

POROČILO RDEČA NIT: Krepim (oblikujem) sebe in svojo skupnost

KOMBINIRAN ODDELEK: 2-4

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. V okviru projekta smo v skupini Sovice zajeli področja, ki pomembno vplivajo na naše zdravje in sodelovanje z lokalno skupnostjo ter tako obogatili življenje in delo v vrtcu.

GIBANJE

S sodelavko se zavedava, da je gibanje za otroke zelo pomembno in da ima velik vpliv za vzdrževanje zdravja in dobrega počutja. Veliko smo se gibal na prostem, saj je razvoj možganov takrat najbolj spodbujen. Otroci z gibanjem krepijo vzdržljivost, spretnost, ravnotežje, moč, koordinacijo in orientacijo v prostoru. Ob lepem vremenu, smo na željo otrok večkrat obiskali gozdiček in odšli na travnik. V vrtcu otrokom v okviru obogatitvenega programa nudimo redno telovadno vadbo, ki smo jo poimenovali telovadne urice. Vodi jih športni pedagog Janez Pustoslemšek (Energetik šport). Vadba poteka skozi celotno leto od oktobra do maja v telovadnici, eno uro, vsakih 21 dni. Navajajo se na upoštevanje preprostih pravil in navodil ter uporabo različnih rekvizitov (žoga, kolebnica, obroči). Ob zaključku telovadnih uric nam je športni pedagog Janez

Pustoslemšek pripravil poligon in nam slovesno podelil medalje. Otroci so telovadne urice zelo radi obiskovali.









IGRANJE IGRICE ZA STARŠE IN OTROKE IZ VRTCA

S skupino smo se prvič v tem šolskem letu srečali z dramatizacijo pravljice. Pozimi smo prvič zaigrali pravljico Babica Zima. Ugotovili smo, da nam gre kar dobro, zato smo se odločili, da se bomo do spomladi naučili zaigrati pravljico, ki jo bomo zaigrali staršem na pomladnem srečanju in otrokom iz vrtca Mavčiče. Z otroki smo prebrali nekaj pravljic, ki bi bile primerne za pomladni čas. Odločili smo se za pravljico Lizika. 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 starši in otroci nagradili s ploskanjem. Na koncu smo skupaj zapeli še nekaj pomladnih pesmi. Naše bivanje v vrtcu smo s tem še dodatno obogatili. Za otroke iz skupine Sovic je bila 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.



VARNO V PROMETU

V mesecu oktobru smo imeli evakuacijsko vajo. Obiskali so nas gasilci PGD Mavčiče. Z Otroki smo se v mirni koloni preselili iz igralnic na igrišče, kjer smo opazovali dogajanje. Gasilci so z lučkami in sirenami naznanjali, da so na nujni vožnji. Žarišče požara so hitro našli in ga pogasili. Nato so pregledali še vrtec, da v njem ne bi ostal kakšen otrok ali odrasla oseba. Gasilci so nam pokazali oz. predstavili gasilska oblačila in čelado, ter gasilsko orodje, ki ga uporabljajo pri gašenju različnih požarov.



V mesecu juniju nas je v vrtcu obiskal policist. Predstavil nam je poklic policista. Pokazal nam je policijsko opremo, vozilo... Policist je otroke še posebej opozoril na varno obnašanje v prometu. Dejal je, da se morajo majhni otroci pri prečkanju ceste držati za roko in slediti navodilom odrasle osebe. Po ogledu in poslušanju predstavitve, smo se tudi v matičnih igralnicah pogovarjali o varnosti v prometu in kako se lahko varno odpravimo na sprehod. Otroke pri prečkanju ceste na prehodu za pešce opozarjamo na gledanje levo in desno, pazimo da na cesti ni nobenega avtomobila. Za varnost v prometu so nam v veliko pomoč odsevniki oziroma odsevni jopiči.



HIGIENA ROK in ZOB

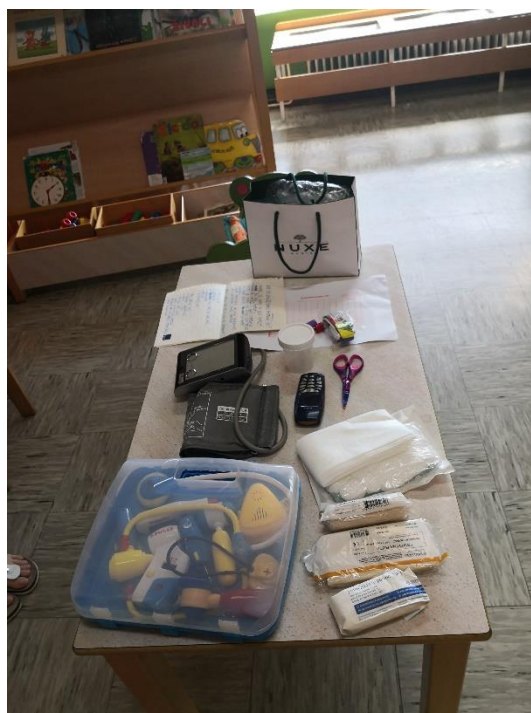
Osebna higiena otrok se začne doma. Otroci osnovne vzorce in navade pri osebni higieni osvajajo od svojih staršev, saj so jim za zgled. V vrtcu se učimo samostojno umivati roke. Ogledali smo si film "Čiste roke za zdrave otroke" in se nato naučili pravilno umivati roke, še prej pa smo se pogovorili zakaj je to potrebno. Lotili smo se tudi risanja virusov in bakterij. Roke, usta in obraz smo si umivali po potrebi, obvezno pa pred in po vsakem obroku, ter po toaletnem treningu.



Ko smo z otroki usvojili umivanje rok, smo se pogovarjali kako skrbijo za svoje zobe doma, kaj potrebujejo za umivanje, kdo jim pri tem pomaga. Otroci so pripovedovali da jim pomagajo starši, da potrebujejo pasto in ščetko. Ogledali smo si film Zdravi zobki, kjer je prikazano, kako se pravilno umije zobe. Nato smo se pogovorili kaj smo videli na posnetku, kako ravnamo z zobno krtačko in koliko paste lahko uporabimo. Z otroki smo se pogovorili, kaj je dobro jesti, da so zobki zdravi in beli. Nato smo iz reklam izrezali različno vrsto hrane npr. sadje, zelenjavo, sladkarije... Sličice so nato prilepili na vesel zobek in žalosten zobek. Izdelek smo nato nalepili na notranjo stran vrat, kjer so si jih lahko vsak dan ogledovali.



V okviru te teme, smo v vrtec povabili mamico, ki je po poklicu medicinska sestra. Predstavila nam je svoj poklic, pripomočke in nato oskrbela še kakšno rano.







Preko celega leta sva otroke navajali na samostojnost pri oblačenju, umivanju, hranjenju in počitku.

VARNO S SONCEM

Z izvajanjem programa »Varno s soncem« smo pričeli v mesecu maju. Program temelji na opozarjanju pomena pravilne zaščite pred škodljivim delovanjem sončnih žarkov. Starši so za otroke v vrtec prinesli sončno kremo in pokrivala za glavo. S pomočjo knjig in slik smo spoznavali na kakšen način se lahko ustrezno zaščitimo pred soncem. Različne predmete in rekvizite smo tudi poimenovali: sončna krema, sončna očala, senčnik. Strokovne delavke v našem vrtcu v poletnih mesecih otroke ozaveščamo o zadostnem pitju nesladkanih pijač, igri v senci ter predvsem o zaščiti pred soncem. Šolsko leto smo zaključili na ravni celotnega vrtca, ki smo jo poimenovali »poletna plaža«. Vsaka skupina si je izbrala obmorsko slovensko mesto. Z otroki smo izbrali mesto Piran in za to priložnost izdelali tablo z napisom. Z otroki iz drugih skupin smo se družili, plesali, spuščali mehurčke in se sladkali s sladoledom.





Zapisala: Petra Lunder