

Poročanje aktivnosti Zdravje v vrtcu

POSAMEZNA SKUPINA - vzgojiteljice

- Ime skupine: ROPOTULJICE
- Vzgojiteljice in pomočnice vzgojiteljic v zgoraj navedeni skupini:

___ Simona Nerat _____

___ Vesna Paul _____

- Starostna skupina:
 - **Nižja**
 - Višja
 - Mešana
- Koliko aktivnosti ste v vaši skupini izvajali v okviru programa Zdravje v vrtcu? (poročati morate za vsaj 5 aktivnosti)

_____ 5 _____

Aktivnost 1:

- Ime aktivnosti 1: **ZELENJAVNA TRŽNICA** _____
- 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):

Kratek opis aktivnosti: ZELENJAVNA TRŽNICA - V mesecu oktobru sva se z Vesno z otroki odpravili na zanimiv izlet na tržnico, v bližini vrtca. Naš cilj je bil, da otroci spoznajo različne vrste sadja, zelenjave in druge izdelke, ki jih lahko najdemo na tržnici. Pred obiskom tržnice smo se v vrtcu pogovorili o pomenu zdrave prehrane in zakaj je pomembno jesti sadje in zelenjavo. Otroci so bili zelo navdušeni in nestrpno so čakali na obisk tržnice. Ko smo prispeli na tržnico, smo se najprej sprehodili med stojnicami in opazovali različne vrste sadja in zelenjave. Skupaj smo opazovali različne vrste sadja, kot so jabolka in grozdje ter zelenjave, kot so korenje, krompir in solata. Nato smo se ustavili pri stojnici, kjer smo lahko poskusili sadje. Otroci so z veseljem poskusili različne okuse in jih primerjali. Videli smo, da imajo različni sadeži različne teksture, barve in okuse. Nato smo se odpravili še na stojnico z zelenjavo, kjer so otroci lahko videli različne vrste zelenjave, kot so korenje, krompir, bučke in solata. Spodbujali sva jih, da se dotikajo, vonjajo in opazujejo zelenjavo ter raziskujejo njene lastnosti. Obisk tržnice je bil zelo poučen in zabaven. Doživetje so naslednji dan otroci likovno ponazorili. V naslednjih dneh so otroci v dogovoru s stari sadje in zelenjavo prinašali v vrtec, tako, da smo jo lahko поближе spoznali in vonjali ter okušali (tudi s prevezo čez oči – vonj, okus).

Aktivnost 2:

- Ime aktivnosti 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, ...)
 - zunanji 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: JEM ZDRAVO

V letošnjem šolskem letu smo v naši skupini izvedli serijo dejavnosti z naslovom "Jem zdravo", s katerimi smo otroke spodbujali k zdravemu prehranjevanju in ozaveščanju o pomenu zdrave hrane. Veliko smo se pogovarjali o zdravi prehrani (zakaj se prehranjujemo, kaj je zdravo za naš organizem, kaj spada v zdravo prehrano, kako se prehranjevati, koliko obrokov je potrebno zaužiti čez dan in o kulturi prehranjevanja).

Prva dejavnost je bila spoznavanje različnih vrst sadja in zelenjave. Otroci so se udeležili interaktivnih igrice, kjer so prepoznavali in imenovali različne vrste sadja in zelenjave. Skupaj smo opazovali in razpravljali o barvah, oblikah ter okusih posameznih vrst. Naslednja dejavnost je vključevala pripravo preprostih in zdravih prigrizkov. Otroci so sodelovali pri lupljenju in rezanju sadja ter zelenjave ter pripravi sadnih nabodal in solatnih krožnikov. Skupaj smo uživali v pripravljenih prigrizkih in spodbujali otroke, najokusijo različne vrste sadja in zelenjave. Tretja dejavnost je bila povezana z igro vlog. Otroci so se preoblekli v vloge zelenjave in sadja ter se igrali trgovino. Skozi igro so se učili o različnih vrstah sadja in zelenjave ter o tem, kako jih lahko kupimo in zanje poskrbimo. Četrta dejavnost je bila povezana z gibanjem. Otroci so se udeležili vadbe, kjer so se preko gibanja in plesa učili o različnih vrstah sadja in zelenjave. Skozi gibanje so spoznavali različne gibe in oblike ter se zabavali ob ritmu glasbe. Zadnja dejavnost je bila ustvarjalna delavnica. Otroci so ustvarjali slike in plakate z motivi zdrave hrane. Skozi ustvarjanje so izražali svojo kreativnost in se hkrati učili o pomenu zdrave prehrane. Skupaj smo se zelo zabavali in veliko naučili o zdravi hrani. Otroci so postali bolj ozaveščeni o pomenu zdrave prehrane in so navdušeni nad različnimi vrstami sadja in zelenjave. Upamo, da bodo pridobljeno znanje ohranili tudi v prihodnosti ter se odločali za zdrave prehranjevalne navade.

Aktivnost 3:

- Ime aktivnosti 3: **Gibam se neprestano**
- 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 naši skupini smo vso šolsko leto izvajali dejavnosti z naslovom "Gibam se neprestano", s katerimi smo otroke spodbujali k gibanju, razvijanju motoričnih spretnosti in izražanju skozi telesno aktivnost. Otroci so se dnevno udeleževali različnih vadb, kjer so preko gibanja in plesa razvijali motorične spretnosti, koordinacijo ter izražali svoje občutke skozi telesno aktivnost. Skupaj smo izvajali različne vaje, igre in plese, ki so bili prilagojeni njihovi starostni skupini. Naslednja dejavnost je bila zunanja igra. Z otroci smo se odpravili na bližnje igrišče, kjer so se prosto gibali in raziskovali prostor. Skupaj smo se igrali različne igre, kot so skakanje čez ovire, tekanje, plezanje na igrala in uporaba različnih igrač za gibanje. Tedensko smo se podali na daljši pohod na bližnji hrib – Piramido, ali do mestnega parka in do Treh ribnikov. To je omogočilo otrokom, da se sprostijo, se povežejo z naravo ter razvijajo svoje motorične sposobnosti. Ena izmed dejavnosti je bila povezana z jogo in smo jo tudi izvajali skozi vso šolsko leto. Z otroki sem izvajala jogo za otroke, kjer so se skozi različne položaje in dihalne vaje sproščali ter razvijali svojo gibljivost. Skupaj smo se sproščali, izvajali preproste položaje ter se naučili pomembnosti sprostitve in umirjanja uma skozi gibanje. Skupaj smo se zelo zabavali in veliko naučili o pomenu gibanja ter razvijanju motoričnih spretnosti. Otroci so postali bolj aktivni, bolj samozavestni in so se veselili vsake nove dejavnosti. Ob koncu šolskega leta smo se udeležili športnih iger Šport in špas, kjer so sodelovali tako otroci, kot tudi starši in ostali družinski člani.

Aktivnost 4:

- Ime aktivnosti 4: **Čiste roke za zdrave otroke**

- 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:

V naši skupini smo izvedli več dejavnosti z naslovom "Čiste roke za zdrave otroke", s katerimi so se otroci seznanjali s pravilnim umivanjem rok, kar je ključno za ohranjanje zdravja. Ena izmed dejavnosti je bila poučna igra o umivanju rok. Otroci so se skozi igro učili, kako pravilno umivati roke. Skupaj smo si ogledali korake umivanja rok, kot so mokrenje rok, nanašanje mila, drgnjenje dlani, prstov, hrbta rok in umivanje pod tekočo vodo. Otroci so se aktivno vključevali v igro, ponavljali korake in si med seboj pomagali. Naslednja dejavnost je bila vsakodnevna rutina umivanja rok. Otroci so se naučili, da je umivanje rok pomembno po različnih situacijah, kot so uporaba stranišča, pred jedjo, po igri na prostem ali dotikanju umazanih površin. Skupaj smo vzpostavili rutino umivanja rok, kjer smo otroke spodbujali, da sami izvajajo korake umivanja rok in si med seboj pomagajo. Igrali smo se tudi z milnimi mehurčki. Otroci so se zabavali in hkrati vadili umivanje rok skozi igro z milnimi mehurčki. Skupaj smo pihali mehurčke in se igrali, kdo jih lahko ujame. Med igro smo poudarjali pomen umivanja rok in spodbujali otroke, da si po igri umijejo roke. Učili smo se tudi poučno pesmico o umivanju rok, ki je ponazarjala korake umivanja rok. Skupaj smo prepevali in izvajali gibe, ki so simulirali umivanje rok. Otroci so se skozi pesmico zabavali in si hkrati zapomnili pomembne korake umivanja rok. Veliko smo se naučili o pomenu čistih rok za ohranjanje zdravja.

Aktivnost 5:

- Ime aktivnosti: **rdeča nit - 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 (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:

Letošnja rdeča nit dejavnosti je nosila naslov "Besede imajo moč", s katerimi sva otroke v naši skupini spodbujali k razvijanju jezikovnih spretnosti in ozaveščanju o moči besed. Uvodna dejavnost je bila bralna urica. Skupaj smo se udobno namestili na preprogo in prebrali različne slikanice, ki so vsebovale pozitivna sporočila in vrednote. Otroci so bili navdušeni nad zgodbo in so se aktivno vključevali z opazovanjem slik, poslušanjem besedila ter odgovarjanjem na vprašanja. Naslednja dejavnost je bila ustvarjalna delavnica. Otroci so izdelovali svoje "močne besede" plakate. Otrokom sva pomagali pri izrezovanju sličic iz revij in jih prilepili na barvne kartone. Otroci so izbirali besede, ki so jih želeli ob sličicah izpostaviti, kot so "družina", "prijateljstvo", "hvala in prosim" itd. Plakat smo razstavili na oglasno desko. Spet druga dejavnost je bila igra vlog. Z otroki sva se prelevili različne situacije, kjer so besede imele moč. Na primer, igrali so se restavracijo, kjer so naročali hrano, ali trgovino, kjer so kupovali različne stvari, ali dom, kjer so kuhali in stregli različno hrano. Skozi igro so spoznavali, kako lahko besede vplivajo na druge ljudi in kako pomembno je izražanje želja na spoštljiv način.

Prav tako smo se naučili različne pesmi, ki je poudarjale moč besed. Otroci so prepevali in izvajali gibe, ki so ponazarjali pomen besed v pesmi. Skozi pesem in ples so se zabavali ter hkrati razvijali svoje jezikovne in motorične spretnosti. Veliko smo se tudi pogovarjali o pomenu prijaznih besed. Skupaj smo sedeli v krogu in se pogovarjali o tem, kako se počutijo, ko slišijo prijazne besede. Otroci so delili svoje izkušnje in se naučili, kako lahko s svojimi besedami vplivajo na dobro počutje drugih. Spodbujali smo jih k uporabi prijaznih besed.

Otroci so se veliko naučili o moči besed in kako lahko pozitivno vplivajo na nas same in na druge. Otroci so postali bolj zavedni svojih besed in izražanja ter so se naučili, kako s spoštljivim komuniciranjem lahko gradimo močne odnose. Upava, da bodo pridobljeno znanje uporabljali tudi v prihodnosti ter z besedami ustvarjali pozitivno in ljubeče okolje.