

# POROČILO o IZVEDENIH AKTIVNOSTIH

## ZA KREPITEV ZDRAVJA V ŠOLSLEM LETU 2017/2018



### Navodilo:

Izpolni vsak tim izvajalk (vzgojiteljica in pomočnica vzgojiteljice)  
- ter posreduje koordinatorici programa v svojem vrtcu.

**Naziv vrtca:** ZASEBNI VRTEC MALI GROF

**Kraj:** SLOVENSKE KONJICE

**Enota vrtca:** /

**Naslov enote:** /

**Skupina:** MUCE

**Starost otrok:** od 3- 5 let

### Izvajalki:

- vzgojiteljica: **Nataša Rožič**

Ali ste se v tekočem šolskem letu udeležili izobraževanj,  
ki jih je za program Zdravje v vrtcu pripravil NIJZ OE Ljubljana?

- spomladansko izobraževanje      - jesensko izobraževanje

da      ne

19.3.2018 pop/49

Če DA vpišite številko potrdila

- pomočnica vzgojiteljice: **Barbara Petek**

Ali ste se v tekočem šolskem letu udeležili izobraževanj,  
ki jih je za program Zdravje v vrtcu pripravil NIJZ OE Ljubljana?

- spomladansko izobraževanje      - jesensko izobraževanje

ne      ne

Če DA vpišite številko potrdila

Če DA vpišite številko potrdila

- Zap. št. naloge:** **1**
- Vsebina:** Zdrava prehrana
- Metoda dela:** uvod v predstavo, branje knjige : Zelo lačna gosenica, priprava lutkovnega odra, mini teatra. Razlaga ,(kaj je zdrava in kaj nezdrava prehrana).
- Zunanji izvajalci:** ne
- Čas trajanja:** 4 ure( knjigo sem jim prebrala nekajkrat, prav tako nekajkrat odigrala predstavo) Predstava se je odvijala skozi ves teden.
- Ciljna skupina:** otroci iz skupine muce
- Uporabljeno gradivo in didaktični material:** lutke v obliki sadja, zelenjave, nezdrave in zdrave prehrane- na palicah
- Uporabljene informacije z naših izobraževanj?** ne

#### **Predstava zelo lačna gosenica**

Otroci so skozi predstavo spoznali pomen zdrave in nezdrave prehrane. Predstava je bila zanimiva in poučna, zato so ji z zanimanjem sledili ves teden. V skupini smo imeli skozi ves mesec temo o zdravi in nezdravi prehrani, zanimive pa so jim bile gosenice, ki smo jih z zanimanjem opazovali na travniku. O zdravi prehrani smo se tudi pogovarjali skozi šolsko leto, zato sva se z sodelavko odločili, da odigrava predstavo Zelo lačna gosenica. Izdelala sem lutko metulja, lutko gosenico in pripravila še sličice sadja, zelenjave in slaščic. Najprej sem jim prebrala samo knjigo, ki jim je bila nadvse zanimiva, brala sem jo cel teden. Teden kasneje, ko so pravljico dodobra poznali in seveda vso vsebino, sem jim predstavo se odigrala pri tem so neizmerno uživali. Zelo dobro so si skozi predstavo zapomnili kaj spada pod zdravo prehrano in kaj ne. Kasneje sem jim pripravila iste sličice z zdravo prehrano in nezdravo prehrano. Kasneje so otroci sortirali sličice v škatlo, ker so razvrstili v eno vse kar je zdravo in v drugo vse kar je nezdravo, kot je npr. torta, lizika, kolači....

<b>Zap. št. naloge:</b>	<b>2</b>
<b>Vsebina:</b>	Zobozdravstvena vzgoja
<b>Metoda dela:</b>	pogovora, demonstracije, lastne aktivnosti
<b>Zunanji izvajalci:</b>	medicinska sestra
<b>Čas trajanja:</b>	2 ure
<b>Ciljna skupina:</b>	otroci iz skupine muce
<b>Uporabljeno gradivo in didaktični material:</b>	Pravljica o zobomiški, sličice zdrave in nezdrave prehrane
<b>Uporabljene informacije z naših izobraževanj?</b>	ne

#### **Obisk zobne sestree**

Obiskala nas je zobna sestra. Ob sličicah smo se pogovorili katera prehrana je zdrava za zobke in katera zobkom škoduje. Pokazala nam je kako si pravilno umijemo zobe. To je naredila na pravem velikem modelu zobovja, imela je tudi veliko zobno ščetko, da so otroci videli vse potankosti, kako pravilno ščetkati zobe. Otroci so imeli s sabo tudi svoje zobne ščetke in zobne paste,. Razdelili smo se v tri skupine in si na stranišču, ko je zobna sestra odšla, smo se igrali spomin na katerih so bile sličice različne hrane. Iz vrečke so otroci izžrebali slike in mi povedali ali je hrana, ki je na sliki primerna za zobke ali ne.

<b>Zap. št. naloge:</b>	<b>3</b>
<b>Vsebina:</b>	Praznovanje rojstnih dni skozi celo šolsko leto
<b>Metoda dela:</b>	lastne aktivnosti, igra
<b>Zunanji izvajalci:</b>	/
<b>Čas trajanja:</b>	2 uri ( šolsko leto 2017/ 2018)
<b>Ciljna skupina:</b>	otroci iz skupine muce
<b>Uporabljeno gradivo in didaktični material:</b>	trakovi za ples, cd zgoščenska, radio
<b>Uporabljene informacije z naših izobraževanj?</b>	ne

#### **Praznovanje rojstnih dni, izdelava sadnih krožnikov, rajanje ob različni glasbi**

Otroci se vedno veselijo, ko v skupini praznujemo rojstni dan, takrat se najprej zberemo v jutranjem krogu, kjer slavljenču ali slavljenki čestitamo, mu povemo zgodbo, kako se je rodil, kolikokrat se je zemlja zavrtela okoli svoje osi, da je praznoval prvi rojstni dan, nato drugi, vse do tistega dne, ko je v vrtcu in praznuje svoj rojstni dan s prijatelji. Slavljenču zapojemo, mu čestitamo, slavljenec piha tudi svečke na posebni torti izdelani iz stiropora, otrok, ki praznuje dobi tudi darilo, letos je bila ročna lutka muca, izdelana iz odpadnega materiala, zelo se razveselijo darila, saj ga odnesejo domov in navdušeni so, ko muca odide v njihov dom.....Kasneje otroci obrišejo mizo skupaj z vzgojiteljico preverijo čistočo, nato si umijejo roke, dobijo predpasnike, plastične nože, deske in sadje. Sadje narežejo na deski in ga nato razdelijo na krožnike. Slavljenec razdeli sadje med prijatelje. Otroci se posladkajo, saj je ta dan vedno poseben, tudi zato, ker sadje potrosimo s kakavom. Kasneje narišejo slavljenču risbice. Na koncu pa tudi plešejo in rajajo ob glasbi.

<b>Zap. št. naloge:</b>	<b>4</b>
<b>Vsebina:</b>	Gibanje
<b>Metoda dela:</b>	lastni zgled, pohvala, športne dejavnosti
<b>Zunanji izvajalci:</b>	zunanji športni pedagogi iz Alpske šole
<b>Čas trajanja:</b>	1 ura ( enkrat nas teden, šolsko leto 2017/ 2018)
<b>Ciljna skupina:</b>	otroci iz skupine muce
<b>Uporabljeno gradivo in didaktični material:</b>	žoge, rutke, poligoni, loparji, vrvi, obroči...
<b>Uporabljene informacije z naših izobraževanj?</b>	ne

Navedite naslov aktivnosti, če ste ga imeli

Enkrat na teden skozi celo šolsko leto so nas obiskali športni pedagogi iz Alpske šole. Pripravili so različne gibalne zaposlitve kot so: poligoni, vaje z različnimi žogami, rutkami, stožci, obroči, vrvmi... Otroci so se z veseljem vključevali v športne dejavnosti. S tem so se navajali na pravila, spoznavali nove igre, naučili so se formiranja kolone. najbolj všeč jim je bilo na koncu vadbene zaposlitve, ko smo skupaj podali dlani in jih povzdignili visoko v zrak, ter izgovorili alpska šola. Na koncu šolskega leta je vsak otrok dobil športno priznanje od alpske šole.

- Zap. št. naloge:** 5
- Vsebina:** Ogled lutkovnega filma »Dobili bomo dojenčka«)
- Metoda dela:** pogovor, uvod v temo, ogled različnih slikanic na temo nosečnost, dojenčki, obisk noseče mamice v skupini
- Zunanji izvajalci:** noseča mamica
- Čas trajanja:** 2 ur
- Ciljna skupina:** otroci iz skupine muce
- Uporabljeno gradivo in didaktični material:** dvd »Dobili bomo dojenčka, knjige
- Uporabljene informacije z naših izobraževanj?** ne

Navedite naslov aktivnosti, če ste ga imeli

V skupini imamo deklico, katere mamica pričakuje dojenčka. Ta deklica je od doma vsako jutro prinesla igračo dojenčka s katerim se je kasneje igrala v kotičku dom. Nato sem sama pripravila še nekaj dojenčkov in vozičkov, ter oblačil za dojenke, da se je igra lepo razvila. Ker je deklica veliko razlagala o tem, da bodo dobili dojenčka, sem mamico prijazno prosila, če pride k nam na obisk. Tako se nam je pridružila v jutranjem krogu, kjer smo se pogovarjali, kaj ima v trebuščku, kakšen je občutek, ko se dojenček premika v trebuščku, kdaj se bo rodil, kaj vse potrebuje dojenček, ko se rodi in podobno. Otroci so z zanimanjem opazovali mamico, jo spraševali različna vprašanja. Naslednji dan so si otroci pogledali posnetek z naslovom dobili bomo dojenčka. Kasneje smo se še enkrat pogovarjali o tem, kako se razvije in rodi dojenček, gledali smo tudi različne knjige različne knjige na to temo, ki smo si jih skupaj sposodili v mestni knjižnici.

<b>Zap. št. naloge:</b>	<b>6</b>
<b>Vsebina:</b>	Zdrav način življenja
<b>Metoda dela:</b>	pogovor, opisovanje, lastne dejavnosti
<b>Zunanji izvajalci:</b>	/
<b>Čas trajanja:</b>	2 ure
<b>Ciljna skupina:</b>	otroci iz skupine muce
<b>Uporabljeno gradivo in didaktični material:</b>	jedilna buča, plastični noži, deska
<b>Uporabljene informacije z naših izobraževanj?</b>	ne

Navedite naslov aktivnosti, če ste ga imeli

Deklica je v vrtec prinesla veliko bučo, postavili smo jo v jutranji krog. Pred tem smo se učili deklamacijo o buči, zato smo okrog buče napravili krog in povedali deklamacijo. Dogovorili smo se, da si bomo pripravili juho. Bučo smo kasneje umili. Otroci so dobili krpe s katerimi smo skupaj očistili mize. Kasneje so dobili predpasnike, plastične nože, deske, posode. Bučo sem narezala na manjše kose, otroci so jo narezali na koščke. Pogovarjali smo se kako skuhamo juho, kaj vse potrebujemo, ...kasneje smo narezano bučo dostavili do kuhinje, kjer nam jo je prijazen kuhar skuhal v pravo zdravo poslastico. Juho smo kasneje imeli za kosilo. Poskusili so jo tudi tisti otroci, ki ne marajo zelenjave. Naslednji dan smo likovno ustvarjali, otroci so na velike risalne liste slikali bučo z vodenimi barvami. Po kosilu, ko so šli počivat, sem jim prebrala pravljico o buči velikanki.

**Zap. št. naloge:** **7**

**Vsebina:** sodelovanje pri projektu mali sonček

**Metoda dela:** motivacija, lasten zgled, pohvala

**Zunanji izvajalci:** /

**Čas trajanja:** šolsko leto 2017/2018

**Ciljna skupina:** otroci iz skupine muce

**Uporabljeno gradivo in didaktični material:** različni rekviziti, ki se uporabljajo pri gibalnih zaposlitvah/ žogice, vedra, rutke, stožci, vrvi, obroči...)

**Uporabljene informacije z naših izobraževanj?** ne

Navedite naslov aktivnosti, če ste ga imeli

V vrtcu smo vsako leto vključeni v projekt Mali sonček. Otroci se udeležijo raznih gibalnih iger na prostem, izletov, sprehodov, pohodov v naravo v vsakem letnem času. Pohod na stari grad. Vzgojiteljice smo organizirale razne gibalne igre na travniku. Otroci so skakali iz obroča v obroč. Nato so imeli vedra polna z žogicami, jaz sem ta vedra spraznila, žogice vrgla po travniku in otroke razdelila v dve skupini. Otroci so tekmovali in pobirali žogice nazaj v vedra, zmagala je tista skupina otrok, ki je napolnila v vedro več žogic. Tretja igra je potekala tako, da so zopet bili razdeljeni v dve skupini, žogice so metali v prazna vedra, ki bo bila otrokom nekoliko odmaknjena, zmagali so tisti, ki so prvi napolnili vedro. V projektu smo sodelovali tudi tako, da smo odšli na daljše sprehode v gozd, nabirat jesenske plodove, kot so kostanj, želod, žir...pa tudi do njive, kjer smo opazovali jesenske pridelke. Večkrat smo odšli na stari grad, otroci ga obožujejo. S sabo vedno vzamemo sadno malico in vodo. Do gradu smo vedno hodili počasi, previdno. Vmes smo se večkrat ustavili, povedali kako zanimivost, o konjiškem zmaju, ki ga je Jurij pregnal iz gore, oziroma poti, ki je vodila mimo gradu, kamor tako radi hodijo domačini.