

## POROČILO SODELOVANJA PRI PROJEKTU ZDRAVJE V VRTCU

<b>Skupina</b>	<b>SONČKI</b>
<b>Vzgojiteljci</b>	Martina Urbančič, Suzana Vrh
<b>RDEČA NIT »Počutim se dobro«</b>	<p>Letošnja glavna tematika in rdeča nit z naslovom »Počutim se dobro«, ki je bila zastopana že prejšnje šolsko leto, je vsebovala veliko razširjenih dejavnosti za krepitev in ohranjanje dobrega počutja in navsezadnje s tem povezanega zdravja. S sodelavko sva se tekom celega šolskega leta trudili, da so se otroci v skupini počutili dobro in sprejeto. Leto je bilo zaznamovano z epidemiološkimi ukrepi in zaprtjem vrtca ter zagotavljanjem nujnega varstva. Zato sva se še posebej izpostavljali pozitivno klimo in vzdušje celotne skupine, da je bilo otrokom v vrtcu prijetno, da so z veseljem prihajali in se v vrtcu počutili varno.</p> <p>Tekom dveh mesečnih sklopov »Spoznavam prijatelje« in »Spet skupaj« smo namenili veliko časa spoznavanju sebe, sovrstnikov in socialne vključenosti v skupino. Obenem pa smo preko igre spoznavali drugačnost in čustveno izražanje. Prebrali smo zgodbo Zmajček Feri je jezen in se skupaj dogovorili načina izražanja jeze, da bo prijazen tudi do ostalih. V načrtovanje dejavnosti smo vključili tudi vaje čuječnosti in sproščanja. Starosti primerno smo otrokom pripravile vaje zavedanja lastnega telesa s pomočjo mirnih dihalnih tehnik in opazovanje dviga in spuščanja trebuha ob dihanju. Posluževali sva se različnih zgodb za umirjanje – vodene vizualizacije, sprostivne masaže. Veliko časa smo preživeli zunaj na svežem zraku in izvajali naravne oblike gibanja na prostem, se igrali elementarne igre, hodili na krajše in daljše sprehode, se igrali na travniku in v bližnjem gozdičku.</p> <p>Praznovali smo Teden Otroka s temo: Odgovor je pogovor. V ta namen sva vključili mimično ročno lutko. Kreativna lutkovno-</p>

dramska vzgoja je eden izmed načinov, ki je otrokom pomagala pri pridobivanju izkušenj za razvoj spretnosti, veščin in spoznanj. Lutka se je z otroki pogovarjala in se z njimi igrala. Preko kratkega vodenega pogovora so se otroci vključevali v temo pomembnosti prijateljstva, na to temo pa smo prebrali različne zgodbe, se veliko igrali in pozitivno reševali medsebojne konflikte. Načrtovali sva dejavnosti, ki so temeljile na socialni interakciji in medosebnih odnosih ter veliko časa namenili otrokovi osnovni potrebi – igri, upoštevajoč njihove želje.

**OSEBNA  
HIGIENA**

V skupini dajemo velik poudarek na tematiki osebne higiene in zdravstvene ter zobozdravstvene preventive. Otrokom sva s sodelavko v skupini razložili na njim primeren način in to podkrepili z vrsto različnih dejavnosti. V sklopu usmerjenih in načrtovanih dejavnosti, sva otrokom prikazali pravilno skrb za naše celo telo.

Glede na trenutno epidemiološko stanje z virusom in veliko mero prehladnih obolenj v vrtcih, sva jim pripravili veliko dejavnosti, v katerih smo otroke spodbujale na pravilno higieno umivanja rok, higieno kašljanja in kihanja, brisanja nosu. Otrokom sva pomočjo razpršilke in vode obarvane z zeleno tempero, prikazali in demonstrirali kako se širijo virusi in bolezni, če ne kašljamo ali kihamo v rokav. Skozi celotno šolsko leto sva otroke opozarjale in jih spodbujali k pravili osebni higieni in jim prikazale postopek pravilnega umivanja rok s pomočjo slikovnega gradiva, ki je otrokom vedno na dosegu za ogled v otroški umivalnici. Večkrat sva otrokom demonstrirali higieno kašlja, kihanja, umivanja rok tudi s pomočjo ročne lutke medveda. Otroci so medveda učili, kako se pravilno skrbi za svoje zdravje. Pogovarjali smo se tudi o skrbi za telo, umivanju telesa, preoblačenju v čista oblačila itd.

V času pred pojavom epidemije nas je obiskala diplomirana medicinska sestra ga. Dijana Godec, ki nam je v sklopu zdravstvene preventive, s pomočjo slikovnega gradiva prikazala in razložila pomen pravilnega umivanja rok, zob, brisanja nosu, zdrave prehrane in zadostne količine spanja ter gibanja. Že vrsto let nas obiskuje diplomirana medicinska sestra ga. Nataša Rebec, ki izvaja zobno preventivo. Otroci se z njo pogovorijo o zobni

higieni, poslušajo zgodbe itd. V letošnjem šolskem letu se nismo odločili za ščetkanje zob zaradi epidemioloških ukrepov. Sva pa s sodelavko podkrepili tematiko zobozdravstvene preventive z branjem pravljic in gledanjem risank na to temo. V sklopu spoznavanja poklicev smo spoznali tudi poklica zdravnika in zobozdravnika. Otrokom sva v igralnico prinesli zdravniški pribor in pripomočke in se igrali igro vlog zdravnikov.

## **VARNOST V PROMETU**

Z otroki vsakodnevno hodimo na krajše in daljše sprehode po vasi. Za varno udeležnost v prometu vedno poskrbimo z ozaveščanjem o pravilih v prometu, prometno signalizacijo in našim doprinosom k varni udeležnosti. Pred odhodom na sprehod poudarjamo, zakaj je pomembno, da hodimo v koloni dva po dva, hodimo ob robu cestišča ter smo pozorni ob prečkanje ceste. V primeru, da gremo na sprehod na bolj prometno cesto, si oblečemo odsevne brezrokavnike in se pred tem pogovorimo o pomembnosti razlogov, da imamo vidne brezrokavnike ob srečanju z vozniki. Pazljivi smo tudi ob parkiranju avtomobilov. Sodelovanje v projektu Pasavček nas je spodbudilo, da opazujemo pripetost oseb v avtomobilu.

V mesecu septembru smo obeležili Evropski teden mobilnosti, katerega namen je bil spodbujati trajnostno mobilnost. Vsakodnevno smo beležili vrsto prihoda v vrtec. Če je otrok prišel v vrtec naravi prijazno (peš, s kolesom, s skirojem, z avtobusom) je dobil beli krogec, ga prilepil na zajčka in tako »očistil« njegov umazan kožušček od izpušnih plinov avtomobilov. Za motivacijo in lažje razumevanje zgodbe, sva jim dramsko uprizorili zgodbo o Belem Zajčku v gozdičku ob vrtcu. Pogovarjali smo se o prevoznih sredstvih, ki so nam na voljo, da pridejo otroci v vrtec.

V sklopu projekta Pasavček nas je obiskal policist, gospod Viljan Ljubič, s Policijske postaje Ilirska Bistrica, ki nam je pokazal opremo in policijski avtomobil ter razložil pravila v prometu. Policist je poudaril upoštevanje pravilne uporabe otroških sedežev na zadnjih sedežih v avtomobilu. Otroci so spoznali poklic policista, njegovo

delo, si ogledali njegove pripomočke in avto. V načrtovanem mesečnem sklopu »Kaj boš, ko boš velik? – spoznavanje poklicev«, smo med drugimi podrobneje obravnavali tudi poklic policista. Preko fotografij, slikanic, slikopisov, ugank in deklamacij smo podrobneje spoznali zelo pomemben poklic, poklic policista. Tako smo medpredmetno povezali dejavnosti.

V skupini smo se seznanjali o varnosti v prometu, če smo udeleženci kot pešci ali v avtomobilih. Otrokom pa sva s sodelavko želeli predstaviti vključenost v promet tudi na kolesih, poganjalcih, rolerjih ali skirojih. Tudi takrat smo udeleženi v prometu in je potrebno spodbujati pravilno prometno sodelovanje. Z otroki smo se tako pogovarjali o pomenu uporabe zaščitne čelade, o upoštevanju varnostnih znakov, prečkanju ceste na kolesu in previdnosti na druge udeležence in pravilih v prometu nasploh. Na šolskem igrišču smo pripravili poligon in se odpeljali s kolesi brez pedalov in poganjalci. Otrokom je bil tovrstni način spoznavanja pravil v prometu zelo všeč, saj so preko igre spoznavali, da je potrebno biti previden na sopotnike in druge udeležence.

Otrokom sva ponudili veliko sestavljanek in vtikank na temo prometa nasploh. Otroci so z veseljem poimenovali, ponavljali in se seznanjali z različnimi prevoznimi sredstvi in pripomočki v prometu (semafor, prometni znaki, varnostni pas, varnostni sedež, ... ). Odpravili smo se na sprehod po vasi in si ogledali bližnje avtobusno postajališče, se seznanili z avtobusno postajo, prometno signalizacijo ter se pogovorili o vožnji v avtobusu.

## **ZDRAVA PREHRANA**

V letošnjem šolskem letu smo namenili veliko časa spoznavanju poklicev, največ pa smo posvetili spoznavanju poklica kuharja in dejavnostim namenjenim seznanjanjem z zdravo in raznovrstno prehrano. Ob načrtovanju spoznavanja in seznanjanja s poklici sva želeli otrokom omogočiti čim več izkustvenega učenja na konkretnih stvareh.

Z ročno lutko kuharjem Bojanom smo se najprej pogovorili kasneje pa spoznavali in poimenovali kuhinjske pripomočke (lonci,

zajemalke, posode, deska za rezanje, cedilo, ...) ter se pogovorili o pripravi hrane. Otrokom sva omogočili simbolno igro »kuhanja« v kotičku kuhinja s pravimi pripomočki. Kasneje smo dejavnosti obogatili s presejevanjem, precejanjem, presipanjem in jim s sodelavko ponudili pripomočke: lij, cedila in ostale posodice ter živila: moka, riž, testenina, čokoladne kroglice. Izdelali smo si tudi kuharsko kapo, si pogledali kuharske recepte, prebirali zgodbe v povezavi s prehransko vsebino.

Veliko smo se pogovarjali o izvoru hrana, pravilnem rokovanju s hrano, o higieni rok in miz pred obrokom, pospravljanju po jedi itd. Otrokom sva pripravili dejavnost, da so hrano okušali in vonjali. V posodice smo jim pripravile različno hrano (sol, sladkor, limona, kis, voda, paprika, čokoladni piškoti, bonboni, banana, slane palčke, mleko, sir, ...).

Zaigrali sva jim lutkovno predstavo »Sadno-zelenjavni prepir« s plišastimi igračami v obliki sadja in zelenjave. Na takšen način smo spoznavali raznovrstno sadje in zelenjavo, jih poimenovali in kasneje v drevesnem diagramu tudi razvrstili. Pripravili smo sadne kupe, se navajali na pravilno uporabo pribora in okušali raznovrstno sadje in smetano.

## **VARNO S SONCEM**

V mesečnem sklopu »Prihaja poletje« smo se veliko pogovarjali o zaščitnih ukrepih pred izpostavljenostjo soncu. Otroci so poslušali zgodbo »Bor in Bina na soncu« in se seznanjali zakaj in kako lahko pripomorejo, da se ne izpostavljammo močnemu soncu in sevanju. Aktivno smo sodelovali v projektu Varno s soncem in s tem namenom sva otrokom predstavili in pripravili različne dejavnosti na temo zaščitnih ukrepov pred soncem. Otroci so sodelovali in ob bivanju zunaj sami opominjali na pomembnost nošenja zaščitne kape ali klobuka ter zadrževanja v senci. Naredili smo knjižico Varno na soncu, otroci so pobarvali različne motive in ukrepe (pokrivalo, zadrževanje v senci, zaščitna krema, pitje vode, zaščitna obleka), jih poimenovali in knjižico odnesli domov. Poslali sva tudi elektronsko pošto staršem z letakom osveščanja o

---

izpostavljenosti pred soncem in jih vljudno pozvali na zaščitno opremo otrok ob bivanju na prostem.

Pripravili sva jim tudi nekoliko drugačno dejavnost in sicer smo prebrali knjigo zunaj v naravi pred vhodom v šolo v senci pod krošnjami dreves. Zunaj smo v senci tudi barvali kamenčke s tempera barvami in pili nesladkan čaj. Obenem smo ponovili, kako se lahko zaščitimo pred močno izpostavljenostjo pred sončnimi žarki, ki so lahko ob prekomernem izpostavljanju nevarni za naše zdravje. Otroci so bili ob nekoliko drugačni obliki dejavnosti zelo navdušeni in skupaj smo se odločili večkrat prestaviti dejavnosti v naravo ob upoštevanju varovalnih ukrepov pred soncem.

Na ravni vrtca smo izvedli Sončkov tek na travniku v bližini vrtca. Zaradi trenutnih epidemioloških ukrepov, so tekle skupine posamezno in ne v združevanju po starosti kot prejšnja leta. Vsak sodelujoč otrok na teku je dobil medaljo. Izdelovali smo tudi kape iz časopisnega papirja in si ogledali risanko Bobi in Pika – poletje.

---