

POROČILO SODELOVANJA PRI PROJEKTU ZDRAVJE V VRTCU

Skupina	ZVEZDICE
Vzgojiteljci	Anja Tomšič, Helena Valenčič in Barbara Boštjančič
ZDRAV NAČIN ŽIVLJENJA	<p>Tudi v tem šolskem letu se je veliko vrtelo okrog korona virusa. Vrtec je kar nekaj časa obratoval samo za nujno varstvo in vse do konca šolskega leta smo bili oblikovani v mehurčke ter upoštevali predpisane ukrepe. Pred zaprtjem vrtca v jesenskem času sta nas obiskali medicinski sestri Diana Godec in Nataša Jenko, ki sta otrokom razložili in demonstrirala pravilno umivanje rok, pravilno kihanje, kašljanje ter se z otroki pogovorili o zdravem načinu življenja (higieni, zdravi prehrani, zadostni količini spanja, gibanju, umivanju zob. . .).</p> <p>Na to temo smo se potem tudi v skupini igrali simbolno igro »zdravnike« in si ogledali nekaj videoposnetkov ter se o tem pogovorili. Tudi sami smo zaradi razmer in poostrenih ukrepov veliko pozornosti in dejavnosti namenjali pravilnemu umivanju rok (demonstracija, poizkus umivanja blatnih rok z milom oz. brez) in ustrezni higieni ter čistoči prostorov ter redno prezračevali prostore in poskrbeli za ustrezno razkuževanje igrač. Seveda smo upoštevali zadostno varnostno razdaljo ter nosili zaščitne maske, na katere so se morali otroci privaditi, predvsem ob uvajanju so imeli nekateri težave.</p> <p>Tudi v času zaprtja vrtca smo z otroki in starši ostajali v stikih prek e-mailov. Ponujale smo jim predloge za različne dejavnosti (gibalne dejavnosti, lutkovne predstave, ustvarjalne ideje, družabne/namizne igre itd.). Tisti otroci, ki so bili ves čas zaprtja vrtca doma, so imeli ob ponovnem vračanju v vrtec, (nekateri bolj, nekateri manj), ponovno malo uvajalne krize. Potrebovali so nekaj</p>

časa, da so se ponovno navadili na vrtčevo rutino, več časa smo namenile negi, »cartanju« oz. pestovanju. Nekateri otroci so ponovno rabili pomoč pri hranjenju in spodbud pri obujanju, veliko časa smo morale ponovno nameniti spodbudam, da so bili otroci bolj samostojni. Trudile smo se, da so se otroci počutili čim bolj sproščeno in so bili dobrovoljni, kljub letošnjim epidemiološkim razmeram.

GIBANJE

Skozi celo vrtčevo leto smo vzgojiteljice otroke vodile na sprehode v okolici vrtca, veliko smo se gibal na prostem, predvsem v gozdičku in travniku pod šolo. Tudi ko je malo deževalo, smo obuli škornje, vzeli dežnike in odšli na sprehod okrog šole. Otroci so se nekajkrat preizkusili tudi v spretnosti vožnje. S poganjalčki (dvo in štiri kolesnimi) so drveli po velikem asfaltnem igrišču. Odločale smo se predvsem za dejavnosti, za katere smo predvidevale, da bodo pripomogle k otrokovemu dobremu počutju in te dejavnosti večkrat ponavljale. Ko nam vreme ni dopuščalo gibanja na prostem (ko je res močno deževalo), pa smo otrokom kar v igralnici postavile poligone, tako da so otroci urili različne motorične spretnosti. Velikokrat smo otroke umirile z masažami (z različnimi strukturnimi žogami, valčki, rutkami in rokami). Najstarejši otroci so tako tudi večkrat sami izvajali masaže na prijateljih. Včasih so pomagali najmlajše umiriti z božanjem na ležalnikih, preden so sami odšli po kosilu domov.

Vsakodnevno smo vzgojiteljice otroke spodbujale k zdravemu načinu življenja z zgledom, z vključenostjo skupine tudi v druge projekte, ki podpirajo zdrav način življenja (Beli zajček – Trajnostna mobilnost) in preizkušanju manj ljube hrane (predvsem raznolikemu sadju in zelenjavi) ter pijače. Tako smo z različnimi dejavnostmi, s poudarkom na sensoriki, skrbele za dobro počutje otrok.

RDEČA NIT

»Dobro se počutim«

Tekom celega vrtčevega leta smo otroke navajale na različne materiale, vonjave, zvoke, okuse in jim ponudili čim več različnih senzornih dražljajev. S tematskimi senzornimi škatlami (glede na letne čase in značilnosti letnih časov) smo urili tako fino kot tudi grobo motoriko, v sklopu spoznavanja domačih živali, ki nam dajo mleko smo naredili »mlečno malico« in poskusili skuto, sir, sirni namaz ter sladko smetano.

Praznovali smo tudi Tradicionalni slovenski zajtrk z izdelki domačih lokalnih proizvajalcev. V Tednu otroka smo na ravni vrtca organizirali »bananin piknik« na igrišču. Otroci so namakali koščke banane v različne posipe (v kakav, kokosovo moko, barvne mrvice). Po pikniku je sledilo skupno (»mehurčkasto«) rajanje na igrišču.

Z raznovrstnimi glasbili in zvočnimi posnetki smo otroke navajale na različne zvočne dražljaje, na sprehodih smo spodbujale slušno zaznavo in prepoznavo zvokov iz okolja, ob petju in igranju na različne instrumente smo urili ritem, koordinacijo, izgovorjavo in poskrbeli za dobro voljo, saj so pesmice otroke vedno umirile, jih sprostile ali pa nasmejale in so se počutili dobro.

V juniju smo pred začetkom poletja izvedli dejavnosti na temo ozaveščanja pred škodljivim delovanjem sončnih žarkov ter otroke poučile pravilnega samozaščitnega ravnanja. Tako smo poleg pogovorov, ogleda slikanic in zloženek na to temo tudi likovno ustvarjali na temo poletja, peli pesmice (Barčica po morju plava, Mi gremo pa na morje, Sijaj sijaj sončece, Barčica, Maček Reksi, . . .), se igrali s sencami, preizkušali kaj plava in kaj potone, se igrali vodne igre, spoznavali led... Ko je postalo že pošteno vroče, smo pri gibanju zunaj uporabljali zaščitna pokrivala, ven hodili na krajše sprehode in se zadrževali v senci, predvsem na zelenih površinah (če so bile še proste). Čas smo si krajšali z vodnimi igrami, obroči, baloni, risali s kredami in vodnimi stekleničkami, se igrali s kanglicami in kamenčki, . . . Starše smo opozorili na to, da otroke pred prihodom v vrtec namažejo z ustrezno zaščitno kremo,

poskrbijo za zaščitno pokrivalo in letnemu času primerno obleko ter obutev.