PROGRAM ZDRAVJE V VRTCU



POROČILO O IZVEDENIH AKTIVNOSTIH ZA KREPITEV ZDRAVJA V ŠOLSKEM LETU 2014/15

Navodilo:

Izpolni vsak tim izvajalk (vzgojiteljica in pomočnica vzgojiteljice)

- ter posreduje koordinatorici programa v svojem vrtcu.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Naziv** **vrtca:**  Oš Prežihovega Voranca Srednja Bistrica | | |
| Kraj**:**  Srednja Bistrica | | |
| **Enota** **vrtca:** vrtec Bistrica | | |
| Naslov enote: Srednja Bistrica | | |
| **Skupina:**       (ime) **starost otrok**: 1-4 | | |
| Izvajalki: | 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 | |
| - vzgojiteljica:Dragica Laci (ime in priimek) | da  ne        - če da, vpišite številko potrdila | da  ne        - če da, vpišite številko potrdila |
| - pomočnica vzgojiteljice: Daniela Tkalec Huber (ime in priimek) | da  ne        - če da, vpišite številko potrdila | da  ne        - če da, vpišite številko potrdila |

## Aktivnosti za krepitev zdravja, ki ste jih v vaši skupini izvajali v tekočem šolskem letu 2014 - 2015

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Zap. št. naloge** | **Aktivnosti, naloge, projekti**  (naslov, opis) | **Ciljna skupina**  (otroci/starši/  posamezniki …) | **Uporabljeno gradivo in didaktični material** | **Ali ste pri načrtovanju oz. izvajanju te naloge uporabili informacije z naših izobraževanj?** |
| 1 | - pet minut za zdravje - vsakodnevno razgibavanje pred glavno dejavnostjo:  vsako jutro pred glavno dejavnostjo sve izvedle razgibavanje. Uporabljale sva različne rekvizite, včasih smo se razgibali tudi ob glasbi. | otroci | različni telovadni rekviziti - obroči, baloni, trakovi, žoge,  - različna glasba | ne, nisem |
| 2 | - vadbena ura v telovadnici enkrat tedensko:  skupaj s sodelavko iz sosednje skupine sva pripravile in izvedle vadbeno uro v telovanici. Ker smo vrtec pri osnovni šoli, lahko enkrat tedensko koristimo telovadnico. Ker je kar precej otrok v naši enoti smo si časovno in masovno razdelili otroke. Tako smo imeli tisti dan dve vadbeni uri (skupina 1 in skupina 2). Trudili smo se, da bi otrokom predstavli različne telovadne rekvizite in pokrili vsa gibalna področja.  Vsaka vadbena ura se je začela z razgibavanje (včasih tudi ob glasbi); sledila je gibalna igrica, ki je imela nek cilj - segreti in razgibati določeno skupin mišic. Potem smo pripravili ali poligon ali postaje. Na koncu smo otroke umirili s kakšno mirno igrico ali masažo. | otroci | - različni telovadni rekviziti - žoge, obroči, klopi, lestev, blazine, tunel, kolebnice…  - različna glasba | ne, nisem |
| 3 | obiski sestre Renate, ki nam je pomagala pri ščetkanju zob ob poučnih zgodbicah o zdravju  štirikrat letno nas obišče medicinska sestra, ki je zadolžena, da otrokom predstavi kako si pravilno očistiti zobe. Sestra Renata nam najprej predstavi poučno zgodbico (ponavadi o tem kako in zakaj si moramo umivati zobe), potem pa po oddelkih otrokom pomaga pravilno očistiti zobke  . | otroci | knjiga oz. zgodbica, ki jo s sabo prinese medicinska sestra  zobna ščetka  zobna pasta  pobarvanke in barvice | ne, nismo. Uporabljamo pa znanje, ki nam ga je posredovala medicinska sestra renata, ter opazujemo in opozarjamo otroke pri ščetkanju zob. |
| 4 | tematski sklop: Čiste roke za zdrave otroke  - pogovor o tem, kakšne so naše roke, zakaj so pomembne, kaj bi bilo, če jih nebi imeli…  - spoznali smo pesmico Čiste roke so ok  na melodijo pesmice Mojster Jaka smo se naučili drugo pesmico, ki govori o čistih rokah.  - ob pesmici smo si pravilno umivali roke    - pravilna in varčna uporaba vode, mila in papirnatih brisač  otroci so sami ugotovili, da porabijo preveč mila, da voda prevečkrat teče v prazno in da jim velikokrat zmanjka papirntih brisač. Med sabo so se začeli opozarjati, kdaj ne delajo prav.    - ogled bacilov na spletu | otroci | - besedilo pesmi na melodijo Mojster Jaka  - papirnate brisače, milo  - računalnik, televizija  - | da |
| 5 | veliko smo se gibali v naravi  - pohodi, igre, opazovanje  V sklopu LDN-ja imamo načrtovaniih kar precej pohodov in sprehodov, kjer vključimo tudi starše oz. stare starše.  v jesenskem času imamo jesensko olimpijado s starimi starši - to so različne igre, kjer sodelujemo skupaj z babicami in dedki. Na koncu teg druženja nas obišče "Botra Jesen", ki nam prinese veliko jesenskih dobrot (sadje)  V zimskem času imamo pohod s starši, kjer z lučkami iščemo kakšnega pravljičnega junaka.  Kar precej pohodov imamo organiziranih v sklopu tedenskih oz. mesečnih načrtovanj, kjer iščemo znanilce pomladi, opazujemo spremembe v naravi, gremo v gozd poslušat ptičje petje… | otroci  starši  stari starši | - različni naravni materiali (koruza, krompir, buče)  - različni telovadni rekiviziti (kiji, žoge)  - različni pripomočki (košare, vreča, samokolnica…)  - lučke (laternice) |  |
| 6 | zaužili smo veliko svežega sadja, ki so ga v vrtec prinesli otroci  ob rojstnih dnevih otroci v vrtec prinašajo različno sadje. To strokovne delavke izkoristimo tako, da otroki spoznajo kakšno je katero sadje, kakšnega okusa je, ipd. Skupaj z otroki poskrbimo za higieno sadja in rok. Otroci si pripravijo sadna nabodala, sadne krožnike, ter tako sadje, ki jim je nepoznano poskusijo in z veseljem zaužijejo. | otroci | raznoliko sadje, krožniki, vilice, nabodala |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |

Opombe:

Izvajalke programa:

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ - vzgojiteljica

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ - pomočnica vzgojiteljice Datum poročila: 26.6.2015