



Osnovna šola dr. Antona Debeltjaka Loški Potok
Hrib – Loški Potok 101
1318 Loški Potok
Tel: 01 836 70 10
Email: andrej.starc@os-loskipotok.si
os-loskipotok@quest.arnes.si
Internet: : <http://www.os-loskipotok.si>

ZDRAVJE V VRTCU

POROČILO O IZVEDENIH DEJAVNOSTI ZA ŠOLSKO LETO 2020/21

V VRTCU PRI OSNOVNI ŠOLI dr. Antona Debeltjaka LOŠKI POTOK

Koordinatorica projekta Zdravje v vrtcu

za šolsko leto 2018/2019:

Monika Marjanovič

Sodelujoče skupine

Skupina ČEBELICE



Skupina ZAJČKI



Skupina PIKAPOLONICE



Skupina METULJI



Skupina MEDVEDKI



Skupina POLŽKI



Čas izvajanja projekta:

Od septembra 2020 do avgusta 2021.

Strokovni delavci vrtca, ki so sodelovali v projektu:

Monika Lavrič, Teja Oblak, Monika Marjanovič, Ines Šega, Urška Levstek Bartol, Tatjana Turk, Nives, Vesel, Nina Debeljak, Stanka Jerič, Vesna Mikolič, Brigita Mihelič, Simona Šega, Simona Jakob.

Pri projektu Zdravje v vrtcu smo dejavnosti prilagajali starostni skupini otrok.

Otroci so se pri izvajanju programa pridobili ogromno novih izkušenj, spoznanj in opazovanja načina sodelovanja z drugimi.

DEJAVNOSTI V PROJEKTU:

BIVANJE V GOZDU



V okviru skrbi za gibanje so starejše skupine v vrtcu preživele ogromno časa v naravi, konkretnije v bližnjem gozdu. V njem so se odvijale različne aktivnosti, ki so otrokom omogočale naravno gibanje, usklajevanje

koordinacije gibov, premagovanje ovir, spontano gibanje ob zaposlitvi z drugimi aktivnostim; npr. nabiranje rastlin, gob, spoznavanje žive in nežive narave, obenem pa so otroci naredili ogromno korakov, poskokov, veliko so tekli, nevede da so konstantno v gibanju na svežem zraku. Otroci so si znali poiskati tudi naraven tobogan, gugalnico, deblo je postalo greda po katerem so hodili. Ob tem so pokazali veliko lasne aktivnosti, za katero so bili notranje motivirani. V gozdu so bivali v vseh letnih časih, tako so jeseni skakali po lužah, pozimi se sankali in pomladi in poleti iskali prijetno senco v gozdu.



DAN ČEBEL



V tednu okoli 20. maja, ko je dan čebel so v vseh so v starejših skupinah potekale dejavnosti, preko katerih so otroci spoznavali , kako nastane med in pomembnost čebele. V ta namen so si pogledali čebelnjak, ki je pri šoli in za katerega skrbi učitelj, ki je hkrati tudi zavzet čebelar. S praktičnim prikazom od obleke, do čebelnjaka so otroci v praksi videli, kako poteka delo čebelarja. V okušanje so dobili različne vrste medu. Obenem smo se 20. maja, na dan čebel veliko pogovarjali, o tem, kako pomembne so čebele za hrano in zato naredili tudi vsak svojo čebelico. V preostalih skupinah smo svetovni dan čebel obeležili z likovnim in plesnim ustvarjanjem, prstnimi igrami in zgodbicami o čebelah. Otroci so se seznanili z življenjem in delom čebel, kot tudi z njihovim pomenom za naravo in ljudi. Otroci so bili navdušeni nad prstno igro Čebele, ob kateri oponašajo zvok čebel in se obenem učijo šteti, zelo radi so posegali po literaturi o čebelah, preko katere so večkrat izvedeli, kako pomembna je čebela, ohranjanje naravnih habitatov, in delo čebelarja v verigi pridelave medu.

ČUSTVA

Pomembno je, da v vrtcu tako mi vzgojitelji kot tudi otroci sami znajo prepoznati čustva, zato smo obravnavali temo čustva. Še posebej pomembno se nam je zdelo, ker so bili otroci velikokrat slabe volje, saj so bili v letošnjem letu veliko doma zaradi Covid-a in so se težje zjutraj ločili od staršev. V prvem tednu dejavnosti smo obravnavali veselje. Otroci so spoznali veselega Kekca in s tem čustvo veselje. Nato smo s pomočjo slikanice Kako sta Bibi in Gusti pregnala žalost spoznavali čustvo žalost. Kot zadnje čustvo pa smo obravnavali jezo. Preko proste igre, so se otroci naučili odreagirati v dani situaciji, ko so bili jezni ob prepiru (kreg zaradi igrače, morda kakšne žaljivke itd...). Skupaj smo izdelali tudi plakat, na katerem smo označili, kako se počutijo tisti dan. Otroci so preko lutk z različnimi izrazi počasi tudi začeli izražati ,ako se počutijo na določen dan in zakaj. Izdelali smo vrečke z rižem, ki otrokom pomagajo, da se v stiski lažje sprostijo, ali izražajo svojo jezo. Otroci so preko knjige Piščanček Pik spoznali osnovna čustva in jih znali ubesediti in prepoznavati pri sebi. Veliko smo delali na tem, da otrok zna povedati tudi drugemu otroku, kako se počuti, če ga npr. udari, prepove igro z njim, ga zavrne. Preko različnih pristopov se je v skupinah zmanjšala agresija in udarce so zamenjale besede. Skozi celo leto smo bile pozorne na to, kako se otroci počutijo.



VISOKE GREDE



V sklopu vrtca smo meseca maja na igrišču postavili visoke grede, najstarejša skupina pa je v grede posadila paradižnike, jagode, redkvice ... Z otroki smo se nato pogovorili, kako pomembna je zdrava prehrana in lokalno pridelana hrana, kaj pomeni pojem samooskrbe. Otroci so vsakodnevno potem sodelovali pri zalivanju, pletju, in opazovali spremembe pri rasti rastlin. Sadili smo tudi fižolčke.

Motivacija za sajenje naših fižolčkov izhaja iz pomarančne koščice. Ko smo imeli za malico pomaranče in so bile notri koščice, je ena izmed deklic predlagala, če jih posadimo. Zato smo priskrbele zemljo in lončke. Otroci so posadili pomarančne koščice, naslednji dan pa smo prinesli še fižolčke in jih posadili. Otroci so jih vsak dan opazovali in zalivali. Ko so že zelo zrastle, so jih otroci odnesli domov, enega pa smo posadili v vrtčevski gredi. Največje veselje je bilo, ko smo nabrali prvi pridelek na gredah: redkvice. Prinesli smo ga vsem otrokom v vrtcu in nekaj časa smo vsakodnevno uživali redkvice v solati ob kosilu ali kar tako. Otroci so pokazali velik interes za uživanje pridelkov iz lastnega vrta. Otroci so veselje do gojenja vrta prenesli tudi domov, saj so starši povedali, da imajo večji interes za spremljanje dogajanja na vrtu doma, marsikateri otrok, pa je ravno zaradi visokih gred v vrtcu dobil svoj del vrtnička tudi doma. Pomembno se nam zdi, da vzgajanje o samooskrbi postane del vrtčevskega kurikulumu in del življenja otrok.



ZDRAVA PREHRANA



Letošnje leto smo se veliko posvečali zdravi prehrani. Zato smo v jesenskem času skupaj skuhalili bučno juho. Tako so otroci spoznavali kako iz čisto preprostih sestavin lahko skuhamo zdrav obrok. Poskusili so jo vsi otroci. Na sprehodih v naravi smo spoznavali različne užitne rastline in plodove, obenem pa tudi strupene, ki škodujejo našem zdravju.

Jeseni nas je obiskala teta Pehta in nam predstavila zdravilna zelišča in pripravke. Mi smo spoznavanje nadaljevali v naravi. Nabrali smo šipek, ga posušili in skuhalili čaj. Ugotavljali smo za kako nam zelišča lahko pomagajo pri ohranjanju zdravja in kako nam pomagajo, če zbolimo. Spomladi smo nabrali smrekove vršičke in naredili sirup z medom.

Ker smo opazili, da otroci veliko sadja, ki ga jejo po koščkih zavračajo ali pa ga sploh ne želijo poskusiti, smo začeli s pripravo smutijev, otroci so z navdušenjem opazovali pri pripravi hrane, pomagali so dajati koščke sadja v posodo, in tako je marsikateri otrok, ki prej ni jedel sadja, vsakodnevno zaužil sadje.

ZAŠČITA PRED SONCEM



V skupini smo v mesecu juniju imeli temo sonce, zaščita pred soncem. Z otroki smo se pogovarjali o soncu, imeli jutranji pozdrav z lutko Sonček, (ki sem jo izdelala) tako, da jih je Sonček pobožal. Z otroki smo demonstrirali tudi uporabo kremo, pokrival, očal in

zaščitnih oblačil. Otroke in starše vsakodnevno spodbujamo k uporabi zaščitnih krem, v vrtcu pa skrbimo, da se nahajamo v senci, se igramo z

vodo. Igrali smo se tudi igrico Skrij se pred soncem: otroci so se morali ob simbolu Sončka morali skriti v šotor. Likovno smo ustvarjali na temo sonca, poslušali pravljice na temo sonca in o poletju. Otroci so zelo radi prepevali pesem Sijaj, sijaj sončece. Po nekaj časa smo začeli na istem mestu ob istem času opazovati, do kje sega senca. Otroci so preko te dejavnosti začeli spoznavati pojem sence in sonca. Sedaj bolje razumejo, ko jim rečem, naj gredo v senco.

ČISTI ZOBKI IN PRAVILNO UMIVANJE ROK

V času, ko smo se vrnili v vrtec po zaprtju zaradi koronskih ukrepov, smo želeli, da otroci osvojijo bolj samostojno umivanje rok. Čeprav je to vsakodnevna rutina, smo želeli poudariti, da je skrb za svoje telo pomembna pri preprečevanju širjenja nalezljivih bolezni, otroci pa se jo priučijo ob zgledu in vodenju odrasle osebe. Uporabila sem bibarijo Biba se umiva in tako smo v jutranjem krogu začeli preko bibarije spoznavati, kako si umivamo roke. Otrokom je bila bibarija zelo všeč in želeli so več ponovitev, postopno smo med umivanjem začeli pripovedovati to bibarijo in otroci so avtomatsko začeli izvajati gibe z rokami, ki smo se jih naučili na blazini. Tako smo precej izboljšali tehniko umivanja rok preko igre in pesmice. Prešli smo na pogovor o zobeh in začeli s pesmico Moji beli zobki. Izrezali smo različne vrste hrane, ki smo jo potem razdelili kot hrano, po kateri si moramo še posebej hitro umiti zibe in ki jo moramo jesti v manjših količinah in redkeje in hrano ki je zdrava tako za zobe kot telo. Otroci so jo tudi poimenovali, in jo razvrščali k zobku, ki se smeje in slabo k zobku, ki joka.

Še nekaj foto utrinkov projekta Zdravje v vrtcu:





