

# SODELOVANJE VRTCA PRI OŠ ADAMA BOHORIČA BRESTANICA V PROJEKTU ZDRAVJE V VRTCU



šolsko leto 2019/2020

## SKUPINA MRAVLJICE (4-5 let)

V letošnjem šolskem letu smo skupina Mravljic sodelovali v projektu NIJZ - Zdravje v vrtcu.

V okviru projekta smo v igralnici in zunaj izvajali različne dejavnosti preko celega šolskega leta. V sodelovanju z ZD Krško smo imeli delavnico na temo Moj prijatelj se je poškodoval. Otroci so se nato v kotičku igrali vlogo zdravnika, medicinske sestre in pacienta.

Jeseni smo si priredili Tradicionalni slovenski zajtrk, izdelali čebelice, zaplesali ob pesmi Čebelar, ter si ogledali predstavo Čebela Adela.

Mesečno temo smo posvetili zdravju in se pogovarjali o tem, kaj lahko sami storimo zanj. Pravilno smo se naučili umivati roke in zobe. Prebrali smo pravljico Škrat Brokolino, si izdelali plakat o zdravi prehrani in si priredili sadno malico na stojnici. Nekatero otroke, tiste ki sadja in zelenjave ne jedo, smo celo navdušili, da so popili sadno zelenjavni napitek.

Vsakodnevno smo izvajali razgibavanje in bivali na prostem, če so nam le to dopuščale vremenske razmere.





## SKUPINA SOVICE (2-3 LETA)

- Navajanje na samostojnost

V tem šolskem letu smo se vztrajno navajali na samostojnost. Copati, hlače, bunde in vetrovke smo si ogledovali in ugotavljali, kako si posamezen kos oblačila in obutve nadeti. Samostojnost smo urili tudi pri prehranjevanju, tako so otroci kmalu spretno vihteli pribor, pomagali pri oblačenju drug drugemu in skrbno hranili igralne dojenčke v kotičku dom.



- **Spoznavanje telesa**

Spoznali smo deklamaciji Pika, pika pikica in To sem jaz. Naučili smo se poimenovati dele telesa in dele obraza. V ogledalih smo opazovali barvo oči in las, nato pa smo narisali avtoportrete. Obrisali smo še telo in to pobarvali. V garderobi smo likovne izdelke razstavili. Ko smo dodobra spoznali svoje telo, smo se posvetili prijateljem in iskali obraze na plakatu.



- **Varnost v prometu**

Vozila smo spoznavali preko slikanic in na vsakodnevni sprehodih v okolico vrtca. Seznanili smo se z varnimi potmi in se odpravili na pohod do gasilskega doma. V igralnici smo si na tleh izdelali cesto z lepilnim trakom, po kateri so otroci vozili avtomobilčke in razvijali domišljijo.



- **Dejavnosti med karanteno**

Za zdravje smo skrbeli tudi med karanteno. S starši smo imeli vzpostavljen stik preko elektronskih sporočil, kamor smo tudi pošiljali predloge za dejavnosti. Starši so z otroki vestno izvajali dejavnosti in tako poskrbeli, da so posušili zdravilne rastline, vzgajili kalčke in se razgibali. Odziv staršev je bil zelo pozitiven in povezanost je pripomogla k lažjemu minevanju izolacije.





- **Masaže in sprostitvene vaje**

Celo šolsko leto smo se trudili okrepiti prijateljske odnose in poskušali okrepiti navezanost. To smo izvajali s pomočjo socialnih iger, ko smo si delili objemčke in s pomočjo masaž ter sprostitvenih dejavnosti.



## SKUPINA JEŽKI (3-4 LETA)

V mesecu septembru smo veliko časa posvetili higieni naših zobkov. V skupino smo povabili zobno asistentko, ki nas je ob pravljici o Zobomiški poučila o pravilnem umivanju zob, kdaj in kolikokrat si jih moramo umivati ter kaj je zdravo jesti, da bodo naši zobje zdravi in dlesni čvrste.



15. novembra smo imeli tudi pri nas slovenski tradicionalni zajtrk. Pogovarjali smo se o pomenu zdrave ter o doma in lokalno pripravljene hrani. Otroci so spoznali čebelo in se seznanili, kako nam pridela med. Izdelovali so tudi čebelice iz papirja, prepevali pesem o čebeli ter si ogledali lutkovno predstavo ČEBELA ADELA.





Spoznavali smo naša čutila. Igrali smo se različne igre, preko katerih smo spoznavali naša čutila: slepe miši, Kje zvonit?, Osliček, kdo te jezdit?, Čarobna vrečka, deklamacija Deset prstov, v naravi smo vonjali različne rastline in druge stvari v okolici, okušali smo različna živila ter ugotavljali in poimenovali njihov okus.



Pogovarjali smo se o pomenu gibanja v naravi za naše zdravje, zato smo se odpravili na več pohodov:

- Pohod do kmetije pri Florjanu

Otroci so spoznali, poimenovali in opazovali različne domače živali ter opazovali, kako in s čim se prehranjujejo. Otroci so dobili posebno izkušnjo, ko so lahko božali kužka.

- Pohod v Armeško (otroci so hodili v hrib po travi, opazovali svoj kraj Brestanico, igrali so se s peskom, se vozili s poganjalci, skakali z žogo hulahop....),
- Pohod do Lovske kočice (pogovarjali smo se o pomenu sence, ki nam jo dajejo drevesa, v senčki pojedli jabolka in popili vodo, otroci so opazovali koze na pašnikih in se lovili po travi),

- Pohod Armeško - Stolovnik - Gorica

Zopet smo si Brestanico ogledali iz druge razgledne točke, v naravi, na travi pojedli malico in popili vodo, veliko smo hodili po gozdnih in travnatih poteh. Opazovali smo rastline in drevesa ter povedali, kako pomembna so za naše življenje, saj nam dajejo kisik.

- Pohod na Senovo

Večji del smo hodili ob potoku. Opazovali smo njegovo strugo ter ribe in račke, ki so plavale v njem. Posebna izkušnja je bila hoja po brvi čez potok. Zraven smo prepevali pesmico CİCBAN İN POTOČEK, ob kateri smo se pogovarjali o kroženju vode v naravi.





Sodelovali smo v nacionalni akciji Simbioza giba 2020. V sklopu tega smo izvedli dejavnost, pri kateri so sodelovali otroci, starši in še posebej stari starši. Upokojenke iz Brestanice, ki vsako jutro pridno telovadijo, so vodile telovadbo. Tako so si lahko prisotni, iz najmanj treh generacij, pošteno razgibali celo telo. Prisotne so povabile, da se jim pridružijo vsako jutri pri telovadbi na prostem.



## SKUPINA PIKAPOLONICE (5-6 LET)

Skrb za zdravje je skozi celo šolsko leto spremljalo tudi najstarejše v vrtcu. Otroci so o tem radi raziskovali in spoznavali nove stvari. Ozaveščali sva jih, kako je pomembno, da že v otroštvu pričnemo z zdravim načinom življenja in jim kazali številne načine, kako lahko sami pripomorejo k boljšemu zdravju.

Z vsakodnevnim razgibavanjem, gibalnimi urami v telovadnici in zunaj, teki, sprehodi in drugimi gibalnimi dejavnostmi, sva želeli otrokom privzgojiti dodatno željo in potrebo po gibanju, ki bi postala stalnica v njihovem vsakdanu tudi, ko odrastejo.





Velik poudarek smo namenili spoznavanju pomena zdrave hrane. Ob tem pa smo postali še pravi kuharski mojstri.



Teta Pehta nas je navdušila za spoznavanje zelišč in njihove uporabe.



Medicinske sestre iz zdravstvenega doma so nam pomagale usvojiti prave načine umivanja rok in zob ter se z nami igrale v delavnici *Moj prijatelj se je poškodoval*.



Čez leto smo se naučili, da moramo za svoje zdravje poskrbeti sami. O tem smo se veliko pogovarjali, prebrali veliko zgodbic, prelistali številne slikanice ter likovno ustvarjali. Sedaj vemo, da si moramo pravilno in pogosto umivati roke, poznamo pravilen način kihanja, kašljanja in brisanja nosu in vemo, da nam gibanje na svežem zraku, počitek, uživanje zdrave hrane in dobra volja samo koristijo!



Zbrala in uredila: Jasmina Revinšek

Besedilo ni lektorirano