



NAMEN PROGRAMA

S programom »Zdravje v vrtcu« želi Nacionalni inštitut za javno zdravje (NIJZ) razviti in okrepiti zmožnosti vrtcev za oblikovanje okolij, ki postavljajo dobro počutje in zdravje kot pomembno vrednoto in si prizadevajo ustvariti pogoje za dobro počutje in zdravje ter krepijo sposobnosti posameznika za ohranjanje in izboljševanje zdravja v celotnem življenju. Želijo, da se vrtci oblikujejo v zdravo in varno okolje, ki pozitivno vpliva na počutje in zdravje celotne populacije.

Želimo, da se naš vrtec oblikuje v zdravo in varno okolje, ki pozitivno vpliva na počutje in zdravje celotne populacije.

Prav tako je bilo tudi zaposlenim v našem vrtcu ponujeno več vsebin in programov, ki pripomorejo k sproščeni in ustvarjalni delovni klimi.

Strokovne delavke so v okviru programa pripravile pestre aktivnosti za otroke; opis nekaterih sledi v nadaljevanju.

Moj medvedek

Cilj tematskega sklopa je bil, da otroci skozi dejavnosti pridobivajo čut za druge preko sočutnega ravnanja z medvedki. Medvedki so bili tisti "potrpežljivci", na katerih so otroci pridobivali znanje o tem, kako nekoga potolažiš, ga pokriješ z odejo, ga stisneš, z njim zapešeš... V igralnico sem prinesla velikega medveda, ki je otroke nagovoril. Povedal jim je, da mu je ime Medo. Otroke je prosil, da se z njim igrajo, plešejo, "crkljajo".

Preko leta sva se trudili, da smo imeli na voljo dovolj časa za individualen pristop k vsakemu posamezniku. Pozorni sva bili na čustvene potrebe otrok in jih poskušali usmerjati in razvijati občutek empatije in sodelovanja z drugimi otroki.

Zdrav otrok

Otroke sva na vseh področjih dejavnosti seznanjali z zdravim načinom življenja. Naše dejavnosti so med seboj povezovali in prepletali elementi ozaveščanja pomena gibanja, prehrane in osebne nege. Pri obrokih smo se pogovarjali o novih jedeh, spoznavali nov okus barvo in teksturo.

Moj super rojstni dan brez sladkarij

Na ravni vrtca smo se odločili, da ob praznovanju rojstnih dni otroci ne bodo prinašali hrane (sladkarij) v vrtec za pogostitev. V našem oddelku smo zato praznovanja naredili še bolj pestra. Ko je prišlo obdobje rojstnih dni, smo v praznično okrašen kotiček obesili okvir, kamor smo vsakič dali

fotografijo otroka, ki je praznoval tisti dan. Ta dan smo posvetili slavljenču tako, da smo ga postavili v ospredje in upoštevali njegove želje glede izbora aktinosti.

Trudili sva se, da bi otrokom vzbudili občutek, da je smisel praznovanja predvsem druženje in skupno veselje.

Gibanje in ples

Celo leto sva se trudili otrokom nuditi vsakodnevne gibalne aktivnosti v igralnici, v šolski telovadnici, na prostem. Uporabljali smo različne športne rekvizite. Hodili smo na krajše in daljše sprehode, telovadili smo na plezalih, ki so postavljena v bližini vrtca. Predvsem sva bili pozorni na to, da smo se vsakodnevno skupno vodeno gibali, da otrokom zavedno in nezavedno gibanje preide v navado. Seminarja Ples v vrtcih sem se udeležila pred nekaj leti, v tem šolskem letu pa smo nadaljevali s plesom. Otroci so me prav presenetili, kako so bili motivirani za »učenje« koreografije na pesmice. Ples v pozitivnem smislu prispeva k gibčnosti fizičnega telesa, hkrati pa zelo pozitivno vpliva tudi na naše psihično čustveno plat, kar je pa za zdravje zelo dobrodošlo. Na zdravje veliko vplivamo, ne samo z gibanjem in zdravo prehrano, ampak tudi z dejavnostmi, ki nas veselijo.

Kako sem prišel na svet?

Z otroki smo planirali daljši tematski sklop " Malček palček v maminem trebuhu ", saj so otroci večkrat z vprašanji izzvali temo, da si želijo o njej kaj več izvedeti - od spočetja, rojstva do malčka. Raziskovali smo temo na vseh področjih kurikuluma , ob tem uporabili različno didaktično gradivo, vključili smo pa tudi starše. Raziskovanja smo se lotili postopno, da so otroci skušali priti do odgovorov na vprašanja , ki smo si jih zastavili. Da je bilo raziskovanje bolj zanimivo, so nam starši pri tem pomagali s predstavitvijo poklica babice oz .patronažne sestre, ki pomaga ob in po rojstvu novorojenčka, ko pride iz porodnišnice, prav tako s posnetki ultrazvoka dojenčka v trebuhu, fotografijami in izdelavi plakata. Ogledali smo si tudi posnetek - lutkovno predstavo " Dobili bomo dojenčka ", s katerim smo utrdili in potrdili spoznanja , ki smo jih raziskovali v naši mesečni temi.

Varno na cesti

V predšolskem obdobju je pomembno poučevati otroke o varnosti v prometu na interaktiven in privlačen način. V pomoč so nam bile razne slikanice na temo prometa, saj pomagajo otrokom spoznati osnovna pravila varnega obnašanja v prometu in na igrišču. Na sprehodih smo veliko opazovali in se pogovarjali o vedenju udeležencev v prometu in tako spoznavali, da moramo za svojo varnost poskrbeti sami. Vključili smo tudi ustvarjalne dejavnosti. Otroci so tako aktivno sodelovali in si lažje zapomnili pravila. Pripravili smo tudi poligon, kjer so otroci imeli postavljene prometne znake in so spoznavali njihov pomen. Poudarek je bil na semaforju in prehodu za pešce. Veliko smo se pogovarjali, da je pomembna tudi varnost na igrišču. Da za svojo varnost na igrišču prispevajo veliko sami s tem, da spoštujejo osnovna pravila igre na igralih.

Prihodnost je moja

Pomembno je, da vsi vzgojitelji, starši in skupnost prispevamo k razvoju otroka in ustvarjamo možnosti, za njihov uspešen razvoj. Tudi preko slikanic so razvijali svoje miselne sposobnosti, jezikovno razumevanje, domišljijo in reševanje problemov. Predstavili sva, kako vzpostaviti in

vzdrževati lepe odnose, se učili obvladovati svoja čustva ter upoštevati pravila v skupini. Za lažje razumevanje sva jim pripravili tudi kartice čustev in slike dogodkov. Ustrezna podpora otroku je ključna za njegov razvoj in pripravo na prihodnost.

Pomembno je, da jih učimo imeti radi sami sebe in vse okrog nas. Drug drugemu moramo pomagati. Večkrat smo se pogovarjali o našem počutju v vrtcu. Kako se npr. otrok počuti, ko ga nekdo udari ali mu reče nekaj slabega. Pogovarjali smo se tudi, s kom se radi igramo in zakaj.

Vrtnarim

V našem vrtcu imamo tudi vrtiček, na katerem je več gredic, zato sva se odločili, da bomo imeli eno gredico mi. Že med šolskim letom sva opazili, da otroci zelo radi jedo kumare, zato smo se odločili, da jih posadimo. Najprej sva otrokom prebrali knjigo Jakec vrtnari, da so otroci spoznali proces sejansa in sajenja. Natisnili sva tudi proces rasti kumar, ki sva ga nalepili v igralnico in k naši gredici. Gredico smo skupaj z otroki najprej opleli in pripravili za sajenje. Nato sva kupili sadike, ki smo jih skupaj posadili in zalili. Večkrat tedensko smo se odpravili preverit, kako kumare uspevajo. Otrokom sva razdelili zalivalke, da so kumare zalivali sami, opleli smo plevel, ki se je pojavil in spremljali rast naših sadik. Ob pojavu prvih cvetov smo pogosteje začeli spremljati, kdaj bodo kumare dovolj rastle, da jih pobereмо in pojemo.

Komenda, 28.7.2023

Uredila koordinatorka programa: Jana Jenko