

Regijski koordinator za vaš vrtec je iz NIJZ OE Ljubljana

Naziv vrtca:

OŠ Dr. Ivana Korošca Borovnica / enota vrtec

Naslov vrtca - ulica in hišna številka:

Paplerjeva 5

Poštna številka in kraj:

1353 Borovnica

Ime in priimek koordinatorja programa Zdravje v vrtcu v vašem vrtcu v šolskem letu za katerega oddajate poročilo:

Sabina Miklavčič

E- naslov koordinatorja programa Zdravje v vrtcu:

sabina.miklavcic1@guest.arnes.si

Anketo izpolnujem: vzgojitelj

Ime vaše enote:

Osnovna šola dr. Ivana Korošca Borovnica, Enota vrtec Mavrica

Koliko skupin otrok je v vaši enoti?

9

Ime vaše skupine:

Sončnice

Starost otrok v vaši skupini: od 4-5 let

Ime in priimek vzgojitelja, ki je izvajal aktivnosti programa Zdravje v vrtcu v poročevalskem obdobju v vaši skupini vsaj 3 mesece:

Tina Mazi

V kolikor se je vzgojitelj udeležil jesenskega izobraževanja vpišite številko potrdila:

/

V kolikor se je vzgojitelj udeležil pomladanskega izobraževanja vpišite številko potrdila:

/

Ime in priimek pomočnika vzgojitelja, ki je izvajal aktivnosti programa Zdravje v vrtcu v poročevalskem obdobju v vaši skupini vsaj 3 mesece:

Mateja Mušič

V kolikor se je pomočnik vzgojitelja udeležil jesenskega izobraževanja vpišite številko potrdila:

/

V kolikor se je pomočnik vzgojitelja udeležil pomladanskega izobraževanja vpišite številko potrdila:

/

Če ste si v skupini ogledali katerega od lutkovnih filmov in izvajali aktivnosti na teme iz vsebin filmov to označite:

Čiste roke za zdrave otroke

Za koliko aktivnosti želite podati poročilo?

za 6 aktivnosti

Navedite vsebino 1. aktivnosti. V kolikor ste izvajali aktivnosti na temo rdeče niti tekočega šolskega leta izberite za 1. aktivnost RDEČA NIT.

Zdrava prehrana

V kolikor so pri izvajanju aktivnosti sodelovali zunanji izvajalci, prosimo, navedite kdo so to bili:

Članica društva podeželskih žena

Čas trajanja aktivnosti

tedni

Vpišite število:

3

Navedite gradivo in didaktične materiale, ki ste jih uporabili pri tej vsebini:

spletna stran in gradivo NIJZ - Prehranska piramida, spletna stran in gradivo Čebelarke zveze Slovenije, Škrat Brokolino, pesmica Bacili, ki govori o zdravi hrani,

Ste pridobljene informacije iz naših izobraževanj uporabili pri vsebini? ne

Navedite metode dela, ki ste jih pri izvajanju aktivnosti uporabljali. praktično delo (npr. vaje, izdelki, nastopi, športne dejavnosti, pohodi, delo na terenu ...), pogovor, predavanje/razlaga, ogled/obisk, demonstracija, uporaba avdiovizualnih sredstev

Navedite za katero ciljno skupino ste aktivnost izvajali. otroci

Opis aktivnosti (okoli 200 besed):

V oktobru in novembru 2019 smo izvajali dejavnosti o zdravi prehrani.

Pripravili smo svežo limonado in si naredili svojo prehransko piramido po predlogi NIJZ: strigli in razvrščali živila iz reklam in lepili že izrezane sličice živil na pravo mesto v piramido. Otroci so sami narisali kozarce vode in gibajoče otroke ter tako v prehranski piramidi poudarili, da je pomembno zadostno uživanje vode in gibanje.

Otroci so preko zgodbe širili razumevanje zakaj je pomembna zdrava hrana, sami so rezali sadje in zelenjavo z jedilnimi noži in tako ob pomoči odraslih naredili sadni smoothie, zelenjavne juhe (bučno in brokolijevo) in svežo limonado.

Okušali smo hrano iz našega skupnega vrta na katerem smo imeli zasajeno zelenjavo: skuhali smo si bučno in brokolijevo juho, okušali svež brokoli, papriko, paradižnik, repo in pekli koruzo.

S pomočjo Majde B. iz Društva podeželskih žena Ajda Borovnica smo skuhalo ajdove žgance in jih jedli z mlekom v glinenih skledicah tako kot otroci včasih.

Skozi celo leto pa smo izvajali zdravo praznovanje rojstnih dni. Otroci so prinašali sveže sezonsko sadje, suho sadje in si izdelali sadna nabodala.

Otroke sva ob Tradicionalnem slovenskem zajtrku v novembru 2019, seznanili o pomenu zajtrka, zdrave in predvsem lokalno pridelane hrane. Otrokom sva predstavili tudi pomen kmetijstva in čebelarstva. Pogovarjali smo se o pomenu zdravega načina življenja, vključno z gibanjem in športnimi aktivnostmi. Otroci so poslušali pripovedovanje ob slikanici Čebela in jaz. Sledil je pogovor o čebelah, ob plakatu so otroci našli člane čebelje družine, ugotavljali kaj delajo čebele, kaj imajo rade, zakaj so pomembne, kateri so čebelji pridelki in zakaj so čebelji pridelki zdravi. Izdelovali smo čebelice iz tulcev in papirja, poslušali pesem Čebelar. Obiskal nas je tudi lokalni čebelar in za nas pripravil predstavitev čebelarjenja in čebelarski kviz. Ob tradicionalnem slovenskem zajtrku smo okušali med lokalnih čebelarjev, lokalno pečen domač kruh, lokalna jabolka in mleko iz bližnje kmetije.

Navedite vsebino 2. aktivnosti

Varno s soncem

V kolikor so pri izvajanju aktivnosti sodelovali zunanji izvajalci, prosimo, navedite kdo so to bili:

/

Čas trajanja aktivnosti

tedni

Vpišite število:**Navedite gradivo in didaktične materiale, ki ste jih uporabili pri tej vsebini:**

Spletna stran NIJZ - Varno s soncem, Pravljica Deček in njegova senca, pesmice Sijaj sijaj sončece, Mavrica

Ste pridobljene informacije iz naših izobraževanj uporabili pri vsebini?

ne

Navedite metode dela, ki ste jih pri izvajanju aktivnosti uporabljali.

praktično delo (npr. vaje, izdelki, nastopi, športne dejavnosti, pohodi, delo na terenu ...), pogovor, predavanje/razlaga, demonstracija, uporaba avdiovizualnih sredstev

Navedite za katero ciljno skupino ste aktivnost izvajali.

otroci, starši

Opis aktivnosti (okoli 200 besed):

V skladu s cilji projekta sva otroke in starše opozorili na pomen pravilne zaščite pred škodljivim delovanjem UV sevanja in skozi zanimive dejavnosti spodbujali otroke k pravilnemu samozaščitnemu ravnanju. Igrali smo se glasbeno gibalno igro Sonček nič nam ne moreš, spoznavali zaščitne pripomočke – kape, klobučke, sončne kreme, sončna očala, predvsem pa sva poudarjali uporabo sence in da bivamo zunaj zgodaj zjutraj do 10. ure in popoldan šele po 16. uri, ker se zrak zelo segreje in sprejema umazane delce, ki jih vdihavamo in nam to škoduje.

Peli smo tudi pesmice in se učili novih deklamacij (Sijaj sijaj sončece, Mavrica, Dežniki) in likovno ustvarjali na dano temo, uganjevali uganke o soncu, vremenu, nizali vzorce na dano temo z uporabo aplikatov, poiskali vsiljivca, si naredili spomin na dano temo, naredili odtis roke z in brez zaščitne kreme, prikazali praktični prikaz menjave dneva in noči s pomočjo aplikatov - globus, lučka. Skozi različne medijske vsebine so otroci spoznavali menjavo dneva in noči ter menjavo letnih časov. Iz papirja smo si izdelali očala, risali sence živali, risali svojo senco ob različnih delih dneva in se veliko pogovarjali o samozaščiti pred vplivi sončnih žarkov.

Dejavnostmi sva izvajali v maju in juniju, vse to pa se bo skladno z drugimi dejavnostmi izvajalo tudi med poletnimi počitnicami.

Navedite vsebino 3. aktivnosti

Varnost v prometu/na igrišču

V kolikor so pri izvajanju aktivnosti sodelovali zunanji izvajalci, prosimo, navedite kdo so to bili:

/

Čas trajanja aktivnosti

tedni

Vpišite število:**Navedite gradivo in didaktične materiale, ki ste jih uporabili pri tej vsebini:**

deklamacije Semafor, Goska, Zebra, plesne koreografije Znaki in Kresnička, video vsebina Varno v prometu, pešec, kolesar in cesta

Ste pridobljene informacije iz naših izobraževanj uporabili pri vsebini?

ne

Navedite metode dela, ki ste jih pri izvajanju aktivnosti uporabljali.

pogovor, ogled/obisk, demonstracija, uporaba avdiovizualnih sredstev

Navedite za katero ciljno skupino ste aktivnost izvajali.

otroci

Opis aktivnosti (okoli 200 besed):

O tem, kako se varujemo pred nesrečami in se obnašamo v prometu smo se pogovarjali ob temi, ki smo jo povezali s projektom Trajnostne mobilnosti.

Otroci so spoznavali zaščitno opremo pri vožnji s kolesom in kako poskrbimo za varnost v prometu. Skozi deklamacijo Semafor, Goska, Zebra in ples Kresnička ter Znaki so otroci spoznavali, da je pomembno, da smo v prometu vidni, se obnašamo previdno in preudarno in uporabimo kresničko. Spoznavali smo pravila varnega obnašanja v prometu, hoja po pločniku, po levi strani kjer ni pločnika, šteli zebre, iskali prometne znake, ki označujejo prehod za pešce in upoštevali prečkanje cestišča samo na prehodih za pešce ter ob tem iskali varne pešpote po Borovnici. Ogledali smo si tudi video vsebino Varno v prometu, pešec, kolesar in cesta.

Navedite vsebino 4. aktivnosti

Duševno zdravje

V kolikor so pri izvajanju aktivnosti sodelovali zunanji izvajalci, prosimo, navedite kdo so to bili:

/

Čas trajanja aktivnosti

dnevi

Vpišite število:**Navedite gradivo in didaktične materiale, ki ste jih uporabili pri tej vsebini:**

Tibetančki za otroke, Joga in meditacija za otroke, umirjena glasba za meditacijo in umiritev

Ste pridobljene informacije iz naših izobraževanj uporabili pri vsebini?

ne

Navedite metode dela, ki ste jih pri izvajanju aktivnosti uporabljali.

praktično delo (npr. vaje, izdelki, nastopi, športne dejavnosti, pohodi, delo na terenu ...), pogovor, demonstracija

Navedite za katero ciljno skupino ste aktivnost izvajali.

otroci

Opis aktivnosti (okoli 200 besed):

Nekaj dni smo se posvetili mirnim dejavnostim in meditaciji za otroke.

Tudi običajno smo večkrat jutranji krog začeli z razgibavanjem – tibetančki in joga za otroke v tišini ali ob mirni meditativni glasbi in masažah za otroke. V igralnici so imeli otroci na razpolago intimni kotiček za umik v samoto, poslušanje umirjene glasbe, mehke blazine.

Igrali smo se igre zaupanja v parih ali skupini. Skozi pravljice oz. pripovedovanje zgodbic smo se preko pogovora posvetili tematikam sodelovanja, prijateljstva, različnosti, vživljanja v položaj drugih iz moralnega in etičnega vidika.

V povezavi z zdravjem in spodbujanjem gibanja smo kolikor je bilo mogoče hodili enkrat tedensko v TVD Partizan in izvajali gibalne izzive in naloge, ki so razvijale otrokovo gibljivost, moč, koordinacijo in vzdržljivost.

Navedite vsebino 5. aktivnosti

Narava in varovanje okolja

V kolikor so pri izvajanju aktivnosti sodelovali zunanji izvajalci, prosimo, navedite kdo so to bili:

Vrtnarstvo Rahne, Občina Borovnica in Javno komunalno podjetje Vrhnika, Zavod TRINITI

Čas trajanja aktivnosti

tedni

Vpišite število:

Navedite gradivo in didaktične materiale, ki ste jih uporabili pri tej vsebini:

Pravljica Potovanje male plastične vrečke, Doktor medved, video vsebine Odpadki, ločevanje odpadkov, Kapljica in listek raziskujeta

Ste pridobljene informacije iz naših izobraževanj uporabili pri vsebini? ne

Navedite metode dela, ki ste jih pri izvajanju aktivnosti uporabljali. praktično delo (npr. vaje, izdelki, nastopi, športne dejavnosti, pohodi, delo na terenu ...), pogovor, demonstracija, uporaba avdiovizualnih sredstev

Navedite za katero ciljno skupino ste aktivnost izvajali. otroci

Opis aktivnosti (okoli 200 besed):

V okviru projekta smo skozi celo leto ločevali različne odpadke, zbirali pokrovčke in kartuše, varčevali z naravnimi viri, varčevali z materialom. Starši so nam prinesli že popisane papirje za risanje ter tako varčevali z uporabo kupljenega papirja.

Tematika naj bi se sicer zaključila ob dnevu zemlje, 23. aprila 2020 z ustvarjalnimi delavnicami v dopoldanskem času, a žal tega zaradi COVID-19 nismo izvedli. Sva pa staršem v času karantene zaradi epidemije COVID-19 poslali veliko predlogov za izvedbo različnih dejavnosti v naravi, za varovanje okolja in izvedbo mini čistilne akcije kar preko e-sporočil.

Nekaj staršev je skozi leto prineslo odpadne kartuše, ki sva jih odložili v namenske zabojnike Bitea d.o.o.

Na našem vrtu smo v jesenskem času izkopal krompir, ki smo ga potem na Jesenskem živ-žavu pečenega tudi pokusili. Z otroki smo skuhalo brokolijevo juho, pekli koruzo in skuhalo bučno juho iz buč iz našega vrta, jedli svežo zelenjavo – brokoli, paprika, paradižnik, repa, koruza.

Spomladi ob koncu karantene smo zasadili nekaj gredic. Na pomoč nam je priskočilo Vrtnarstvo Rahne z donacijo različnih sadik. Otroci so ob delu na vrtu spoznavali, kako rastejo rastline, seznanili so se z različnim vrtnim orodjem in s postopki obdelovanja zemlje in pobiranja pridelkov. Spomladi smo nabirali jagode in jedli kisló rabarbaro. Pridelke (krompir) bomo v jeseni zopet vključili v našo prehrano – jesenski piknik.

Ob zgodbici Potovanje male plastične vrečke in različnih video vsebinah iz spleta smo se pogovarjali o pomenu ločevanja odpadkov, predelavi odpadkov, predvsem pa o ponovni uporabi določenih stvari (vrečke za večkratno uporabo, mleko iz mlekomata točimo v steklenice ipd). Pri tem nam je pomagala tudi gospa Breda iz JKP Vrhnika s katero so otroci v praksi ločevali odpadke v zabojnike.

Junija smo izvedli čistilno akcijo in z rokavicami pobirali smeti okoli vrtca. Pred tem smo si prebrali pravljico Doktor medved, ki govori o odnosu človeka do narave.

Navedite vsebino 6. aktivnosti Osebna higiena

V kolikor so pri izvajanju aktivnosti sodelovali zunanji izvajalci, prosimo, navedite kdo so to bili:

Strokovni delavci Centra za krepitev zdravja Vrhnika

Čas trajanja aktivnosti

tedni

Vpišite število:

1

Navedite gradivo in didaktične materiale, ki ste jih uporabili pri tej vsebini:

Video vsebine: Umivaj si roke - pesem za otroke, NIJZ: Čiste roke za zdrave otroke, pravljica Pozor! Nosne mucke napadajo in pravljica Ačiiha!, deklamacije: Bacili, Zdravnik za medvede

Ste pridobljene informacije iz naših izobraževanj uporabili pri vsebini?

ne

Navedite metode dela, ki ste jih pri izvajanju aktivnosti uporabljali.

praktično delo (npr. vaje, izdelki, nastopi, športne dejavnosti, pohodi, delo na terenu ...), pogovor, predavanje/razlaga, demonstracija, uporaba avdiovizualnih sredstev

Navedite za katero ciljno skupino ste aktivnost izvajali.

otroci

Opis aktivnosti (okoli 200 besed):

Skozi didaktični pogovor po video vsebinah Čiste roke za zdrave otroke, Umivaj si roke- pesem za otroke smo se posvetili skrbi za ohranjanje zdravja. Učili smo se pravilnega umivanja rok, ki so se ga otroci naučili ob pomoči deklamacije in ga izvajali ob prihodu v vrtec, pred obroki in po uporabi sanitarij ali kašljanju, kihanju, brisanju nosu. V sanitarije smo namestili tudi slikopis o pravilnem umivanju rok, v garderobo pa slikopis o pravilnem kašljanju, upoštevanju ustrezne razdalje, umivanju rok.

Usvajali smo nove deklamacije BACILI, ZDRAVNIK ZA MEDVEDE in spoznali pomen osebne higiene skozi pravljici Pozor! Nosne mucke napadajo in pravljico Ačiiha! .

Po zaključku karantene zaradi COVID-19 smo se posvetili natančnemu in doslednemu umivanju rok pred prihodom v igralnico in po uporabi stranišča. Upoštevali smo tudi varnostno razdaljo pri čakanju v koloni, skupinskih dejavnostih v krogu, obisku skupnih sanitarij. Otrokom sva ukrepe razložili na njim razumljiv način. Ogledali smo si posnetek pravilnega umivanja rok skozi zgodbo Čiste roke za zdrave otroke in pri umivanju rok sledili slikopisom. Zelo jim je bil všeč tudi video posnetek Umivaj si roke- pesem za otroke.

Otroci so naredili pihanko s tušem in tako ponazorili bacile. Igrali smo se igro Ugani kaj je v vreči, v kateri so bile različne igrače posute z bleščicami. Nato so si morali bleščice, ko so ponazarjale bacile na njihovih rokah umiti z milom. Če so imeli po umivanju rok otroci na rokah še vedno bleščice-bacile so morali umivanje ponoviti.