

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:

Mavrica

Koliko skupin otrok je v vaši enoti?

9

Ime vaše skupine:

Zvezdice

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:

Tjaša

Javornik

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

Ostal bom zdrav

Za koliko aktivnosti želite podati poročilo?

za 5 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

Čas trajanja aktivnosti

dnevi

Vpišite število:

10

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

Lutkovna predstava Ostal bom zdrav(cd,računalnik), poizkus s poprom in milnico(poper, voda, posoda, milnica)

Ste pridobljene informacije iz naših izobraževanj uporabili pri vsebini?

ne

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

pogovor, demonstracija, uporaba avdiovizualnih sredstev

Navedite za katero ciljno skupino ste aktivnost izvajali.

otroci

Opis aktivnosti (okoli 200 besed):

Z otroki smo se pogovarjali o zdravem načinu življenja pred ogledom lutkovne predstave. Veliko so že vedeli o zdravi prehrani in gibanju, malo manj pa o pomembnosti hidracije, razliki med cvrtjem in kuhanjem. Predstavo je večina otrok gledala z zanimanjem, kljub temu, da je nekoliko daljša in bi jim koncentracija lahko hitro popustila. Predstave med gledanjem nisem prekinjala, sem pa jim postavljala kratka vprašanja, da sem videla ali spremljajo. Nekaj otrok je med predstavo med seboj postavljalo komentarje, vendar smo se dogovorili, da se pogovorimo na koncu. Po ogledu posnetka smo naredili evalvacijo. Spraševala sem jih, kaj od tega niso vedeli in kaj bodo sedaj. Večina si je veliko zapomnila, predvsem jih je »šokiralo« dejstvo, da sta čips in pomfri nezdrava, saj sta vendar iz krompirja, ki je zelenjava. Po tednu dni od ogleda posnetka, sem jih ponovno vprašala, kaj so si zapomnili od ogleda. Še vedno največ otrok, da ne smejo jest čipsa in bombonov pred zajtrkom, pa da si je potrebno umivati zobe pred spanjem. Nekaj otrok si je zapomnilo tudi, da morajo na sprehod v hribe. Vrtec nasplošno spodbuja zdravo prehrano, s kolegico iz oddelka pa se trudiva, da otroci čim več časa preživijo zunaj, ne glede na vreme.

Navedite vsebino 2. aktivnosti Osebna higiena

Čas trajanja aktivnosti meseci

Vpišite število:

8

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

Plakati, pesem

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, razstava

Navedite za katero ciljno skupino ste aktivnost izvajali. otroci, starši

Opis aktivnosti (okoli 200 besed):

S sodelavko sva pred začetkom razglašene epidemije naredili plakat s pesmijo za pravilno umivanje rok, saj sva opazili, da si veliko otrok rok ne umiva, ne uporabljajo mila ali pa si le površno zmočijo roke. Poizkusili sva z razlago in plakati od NIJZ, vendar za otroke niso zanimivi, pa sva se domislili svojega. » TRAKTOR GRE PO CESTI. ENO NJIVO ORJE, DRUGO NJIVO ORJE. EN TRAVNIK POKOSI, DRUG TRAVNIK POKOSI. ENO BALO NAREDI, DRUGO BALO NAREDI IN PO CESTI ODHITI. ADIJO TRAKTOR! Pesem je dovolj dolga, da se zajame priporočeno dolžino umivanja rok, otrokom je zabavna in enostavna za zapomnit, saj se rima in ponavlja. Ker sva vedeli, da tudi to ne bo dovolj, smo naredili še poizkus z milom in poprom. V krožnik smo nalili vodo in natresli poper. En prst smo pomočili v milnico, na drugi roki pa ne. Otroci so bili noro presenečeni, ko se je poper v sekundi umaknil od namiljenega prsta. Po prihodu v vrtec po karanteni, smo s pesmijo seveda nadaljevali in obnovili poizkus z milnico. Izdelali sva dodatne plakate, ki so prikazovali skrb za osebno varnost in higieno po epidemiji. Otroci so se dosledno držali umivanja rok, higiene kašlja in kihanja ter se med seboj opominjali na razdaljo. Vzpostavili smo režim razkuževanja igrač po uporabi, tudi s slikovnim prikazom. Vzdrževanje razdalje je funkcioniralo 14 dni, ko je bilo v oddelku 10-14 otrok, potem to fizično ni bilo več mogoče. Še vedno vzdržujemo in opominjamo za umivanje rok, higieno kašlja in razkužujemo igrače ob koncu dneva.

Navedite vsebino 3. aktivnosti Zdrava prehrana

Čas trajanja aktivnosti meseci

Vpišite število:

8

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

izdelani didaktični materiali: Priprava zajtrka(plastificiran kruh, salama, sir, zelenjava in sadje), igra Dobble(plastificirani krogi z zdravo hrano in "varno s soncem"), igra "pet na dan"(plastificirani barvni krogi in zdrava hrana)

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):

S sodelavko sva izdelali didaktične igrače o zdravi prehrani in zaščiti pred soncem.

"Priprava zajtrka / hladilnik"

Za osrednjo igralno površino določimo hladilnik, kjer otroci na police zložijo raznovrstna živila. Vsak otrok ima svoj prazen krožnik. Pri igri uporabljajo tudi 2 kocki. Najprej otrok vrže tisto s pikami, kjer prešteje koliko enovrstne hrane si lahko vzame iz hladilnika. Nato vrže še drugo, kjer pa si določi vrsto hrane, ki si jo položi na krožnik.

Cilj igre: varčna poraba hrane

"Dobble zdrave prehrane / zaščite pred soncem"

Otroci se igrajo z igralnimi krogi na katerih so slike zdrave prehrane / zaščite pred soncem. Vsaka igralna karta je z drugo enotna v natanko enem simbolu, ki ga morajo otroci poiskati. Kdor ga prvi odkrije, na glas pove rešitev in soigralcu preda svojo kartico. Igra se zaključi, ko nekdo ostane brez igralnih krogov.

Cilj igre: zdrava prehrana / varno pred soncem

"Pet na dan"

Vsak otrok ima pred sabo krog z barvno paleto (nakupovalna košara). Na sredini igralne površine so žetoni z raznobarno hrano. Otroka se izmenjujeta pri tem, ko izbirata hrano v petih odtenkih, jo polagata v svojo nakupovalno košaro ter se med tem pogovarjata o pozitivnih učinkih vsake izmed njih (npr.: vitamini, ne zbolimo, pesa čisti kri ipd.).

Cilj igre: raznovrstnost prehrane

Navedite vsebino 4. aktivnosti Zdrava prehrana

Čas trajanja aktivnosti ure

Vpišite število:

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

sadje, krožnik, nož, lonček s topljeno temno čokolado

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

Navedite za katero ciljno skupino ste aktivnost izvajali. otroci

Opis aktivnosti (okoli 200 besed):

S kuhinjo smo se dogovorili, da pripravijo več sadja in jedilne nože. Otrokom sva razdelili na mizo sadje in krožnike ter nože. Sami so sadje olupili in narezali. Nato so si pripravili sadna nabodala. Vsak si je izbral sadje, kisi ga je napičil na ustrezno leseno palčko. Ko je imel nabodalo narejeno, sva vsakemu pripravili topljeno temno čokolado. Sadna nabodala so poljubno namakali v čokolado. Bili so izjemno srečni, ker so si lahko sadje pripravili popolnoma sami, dovolili sva uporabo noža, kar večina ni vajena. Ponavadi imajo otroci težavo z uživanjem sadja in zelenjave. Tokrat je šla kot za med. pojedli so celo veliko skledo sadja, za katero sem bila skeptična, da bo res ostala prazna. Pa je. Sklep je torej, da otroci pojedjo vse, če jim je le omogočena lastna priprava oziroma narejeno tako, da jim je zanimivo in jih ne postavljamo v položaj, ko imajo vse v naprej pripravljeno, kot da oni tega ne zmorejo.

Navedite vsebino 5. aktivnosti Zdrava prehrana

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

lastnica ekološke kmetije, čebelar

Čas trajanja aktivnosti dnevi

Vpišite število:

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

pšenica, moka, fižol, med, računalnik z določeno video vsebino, knjige

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, ogled/obisk, uporaba avdiovizualnih sredstev

Navedite za katero ciljno skupino ste aktivnost izvajali.

otroci

Opis aktivnosti (okoli 200 besed):

Na obisk v oddelek je prišla lastnica lokalne kmetije, ki se ukvarja z ekološko pridelavo hrane. Otrokom je prikazala potek pridobivanja moke. Povedala jim je katero moko pridelujejo, pogovarjali so se zakaj je dobro jesti lokalno pridelano hrano in kaj pomeni lokalno pridelana hrana. Razložila jim je, da lokalno pomeni, da je hrana pripeljana od nekje, kjer ne potrebuje daljšega transporta, ki hrano uničuje in ji odvzema hranilne snovi, vsebuje konzervanse in škropiva, ki niso dobra za zdravje. Pogovarjali so se tudi o tem, kaj vse lahko pridelamo v Sloveniji in zakaj je potrebno podpirati slovenske kmete in kupovati njihovo hrano. Slavi je otrokom razdelila tudi neoluščen fižol, ki so se ga učili luščiti, pa tudi ličkanje koruze so preizkusili.

Lokalni čebelar je otroke poučil o pridobivanju medu, čebelarških izdelkih. Povedal jim je zakaj se uporabljajo in zakaj so dobri za uživanje, da je bolje sladiti z medom kot sladkorjem. Otrokom je spraševal kakšne vrste medu poznajo in od kje čebele pridobivajo med. Z otroki smo si ogledali še delo čebelarja, njegovo obleko in postopek pridobivanja medu.