

**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:**

vrtec.os-ikbo@guest.arnes.si

**Anketo izpolnujem:** vzgojitelj

**Ime vaše enote:**

OŠ dr. Ivana Korošca Borovnica, Enota vrtec

**Koliko skupin otrok je v vaši enoti?**

15

**Ime vaše skupine:**

Gumbki

**Starost otrok v vaši skupini:** od 5-6 let

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

Jana Sedej

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

dop/83 (14.11.2019)

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

Nika Zorman

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 tedni

Vpišite število:

2

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

fotografije hrane, hrana, sadje, knjige, dvd

Ste pridobljene informacije iz naših izobraževanj uporabili pri vsebini? da

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

**Navedite za katero ciljno skupino ste aktivnost izvajali.** otroci

**Opis aktivnosti (okoli 200 besed):**

V okviru tematskega sklopa o zdravi prehrani smo si zadnji dan izdelali za malico sadno kupo. Na voljo smo imeli različno sadje in sicer borovnice, jagode, banane, hruške in jabolka. Najprej smo vzeli večje plastične sklede s sadjem in ga temeljito oprali pod tekočo hladno vodo. Potem so otroci sami narezali sadje. Pripravile sva majhne deske in nože in z veseljem so se lotili dela. Narezano sadje smo potem dali v veliko skledo in ga zmešali z naravnim pomarančnim sokom. Otroci so ga prav tako sami razdelili po posodicah. Med samo izdelavo smo se pogovarjali o zdravilnih sestavinah, ki ga sadje vsebuje, kdaj je najbolj priporočljivo, da jemo sadje. Otroci so nama povedali katero sadje najraje jejo in katerega ne marajo. V okviru dejavnosti smo spoznali katero sadje raste v bližini in katero sadje moramo uvoziti iz toplejših krajev. Prav tako smo spoznavali kdaj določeno sadje dozori in ga lahko obiramo. Nabrano sadje lahko tudi različno konzerviramo in tako naštevati kaj lahko iz sadja naredimo. Otroci so vedeli za kompot, marmelade, ni so se sami spomnili, da lahko sadje tudi posušimo in tako dobimo krlje. Čeravno včasih sadne kupe pri kosilu ne marajo vsi, so to prav vsi z veseljem pojedli.

**Navedite vsebino 2. aktivnosti** Zobozdravstvena vzgoja

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

Zdenka Suhadolnik

**Čas trajanja aktivnosti** meseci

**Vpišite število:**

10

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

zobna ščetka, model čeljusti

**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

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

**Opis aktivnosti (okoli 200 besed):**

V jeseni nas je obiskala medicinska sestra Zdenka Suhadolnik. Vsakemu od otrok je razdelila otroške zobne ščetke Curaprox. Najprej nam je povedala, kako pomembno je, da uporabljamo dobro, kvalitetno zobno ščetko z mehкими ščetinami, ki nam ob samem ščetkanju ne poškoduje sklenine in dlesni. Potem je iz torbe potegnila velik model človeške zgornje in spodnje čeljusti z zobmi. Najprej nam je vsem skupaj pokazala, kako moramo s ščetko s krožnimi gibi vleči od dlesni proti konici zoba. Tako nadaljujemo z vsakim zobom z vseh strani. Ploskve zob podrgnemo posebej. Pri ščetkanju moramo pri vsaki ploskvi prešteti do šest. Nato nas je razdelila v skupine po tri in odšla z vsako skupino posebej v kopalnico, kjer so otroci skupaj z njo ščetkali zobe. Ves čas jih je Zdenka natančno gledala, in jih popravljala, če je bilo to potrebno. Ga. Suhadolnik je prav tako organizirala delavnico o pravilnem ščetkanju zob s starši in otroki.

S ščetkanjem zob smo skozi šolsko leto nadaljevali vsako jutro po zajtrku. Otroci so imeli v vrtcu ščetke na v ta namen narejenem stojalu, midve pa sva jim kazali z veliko ščetko in velikim modelom čeljusti z zobmi. Otroci so ščetkanje lepo sprejeli in so vsako jutro točno vedeli, da nas po umivanju rok čaka tudi to opravilo.

**Navedite vsebino 3. aktivnosti** Zdrava prehrana

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

Nandi Čepon

**Čas trajanja aktivnosti** tedni

**Vpišite število:**

2

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

sestavine

**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, uporaba avdiovizualnih sredstev

**Navedite za katero ciljno skupino ste aktivnost izvajali.** otroci

**Opis aktivnosti (okoli 200 besed):**

Peka kruha nas je čakala na koncu sklopa o pridelavi hrane v domačem okolju ob slovenskem tradicionalnem zajtrku. Spoznavali smo sestavine slovenskega tradicionalnega zajtrka, ki ga sestavljajo domače mleko, jabolka, med in kruh.

Ker smo želeli spoznati kako dobimo kruh, smo morali začeti prav na začetku. Tako smo si ogledali film o pridelavi kruha in se o njem pogovarjali. Ker je najpogostejša pšenična moka, smo se o njej pogovarjali največ. Ogledali smo si različne mline, kjer lahko različna žita zmeljejo v moko. In, ko smo znali naštetih sestavine kruha, smo bili »zreli«, da si spečemo svojega.

Tako smo nekega dne prosili našo kuharico Nandi, ki je prava mojstrica peke, da pride v našo igralnico in nam zamesi domač kruh. Otroci so ji pri tem pomagali, saj so vse sestavine oni stresali v večjo posodo. Nandi je zamesila testo in naredila majhne hlebčke tako, da je vsak otrok dobil svoj hlebček oz. bombetko. Bombetke so potem z velikim veseljem pojedli ob popoldanski malici.

Ob teh dejavnostih smo brali veliko pravljič na prej omenjeno temo, vendar so najbolj želeli poslušati pravljičico Pekarna Mišmaš.

**Navedite vsebino 4. aktivnosti** Osebna higiena

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

Zdenka Suhadolnik

**Čas trajanja aktivnosti** tedni

**Vpišite število:**

5

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

fotografije, internet, didaktične igre na temo zdravja

**Ste pridobljene informacije iz naših izobraževanj uporabili pri vsebini?** da

**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, uporaba avdiovizualnih sredstev

**Navedite za katero ciljno skupino ste aktivnost izvajali.** otroci

**Opis aktivnosti (okoli 200 besed):**

Letos nas je že v januarju presenetila novica o novem virusu, ki je začel svojo pot na Kitajskem in jo nadaljeval v bližnjo Italijo. Zato smo se konec februarja začeli tudi pri Gumbkih malo več pogovarjati o tem novem virusu. Na internetu sem poiskala slike in jih pokazala otrokom. Viruse na to temo smo tudi narisali. Predvsem smo se pogovarjali o preprečitvi širjenja bolezni med nas. Najbolj smo poudarjali temeljito umivanje rok z milom. Sicer smo se le tega že učili, ko nas je obiskala delavka iz zdravstvenega doma za zdravstveno preventivo. Vendar smo se tokrat lotili umivanja rok res temeljito. S sodelavko sva jih učili, da najprej zmočijo roke, vzamejo kapljico mila in milijo roke, dokler ne preštejejo do 20.

O preprečevanju širitve virusa sva otrokom izdelali tudi plakate, ki na njim razumljiv način prikazujejo kako preprečimo širjenje okužbe. Tako so plakati prikazovali umivanje rok, razkuževanje le teh, nošenje mask, da se ne smemo dotikati oči, nosu in ust. Priporočali so čim več gibanja na prostem, učili so nas kako pravilno kašljamo in kihamo ter drugo. Otroci so jih takoj razumeli. Vsak si je izbral dva in ju tudi narisal, ter tako še bolj utrdil pravila, ki smo se jih učili.

**Navedite vsebino 5. aktivnosti** Zdrav način življenja

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

Zeliščarka Mica

**Čas trajanja aktivnosti** dnevi

**Vpišite število:**

3

**Ste pridobljene informacije iz naših izobraževanj uporabili pri vsebini?** da

**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

**Navedite za katero ciljno skupino ste aktivnost izvajali.** otroci

**Opis aktivnosti (okoli 200 besed):**

Ko smo bili na naravoslovnem taboru v Logarski dolini, smo dodobra spoznali zelišča in kaj lahko iz njih naredimo. Najprej smo šli na daljši pohod po gozdu do najstarejšega brina v Evropi, ki šteje kar 200 let. Med potjo nam je zeliščarka Mica ves čas kazala užitne in neuzitne rastline. Potem smo se odpravili nazaj na kmetijo, kjer nam je pokazala njen zeliščni vrt. Na njem nam je pokazala že znana in tudi malo manj poznana zelišča. Otroci so si sami nabrali nekaj zelišč in jih dali sušiti. Potem nam je skuhal čaj v katerem smo vsi zelo uživali.

Ko smo prišli nazaj v vrtec, smo prebiral ves teden knjigo Zelišča male čarovnice. Knjiga nas je vsak dan poučila o novem zelišču. Za kaj je dober, kdaj ga moramo uporabljati. Prav tako smo vsak dan zelišče tudi narisali. Tako smo spoznali majaron, timijan in mnogo drugih.

V tem sklopu sva s sodelavko dali poudarek na tem, da nam mati narava nudi veliko naravnih zdravil.