

PROJEKT ZDRAVJE V VRTCU

POROČILA ODDELKOV ZA LETO 2021/22



V vrtčevskem letu 2021/22 je bila naša skupina vključena v projekt Erasmus - Outdoor Learning Experiences. V okviru tega projekta smo večkrat v letu izvedli DAN BREZ IGRALNICE. Jutranje zbiranje otrok, zajtrk in jutranji krog so potekali na igrišču. Nato smo s seboj vzeli malico in vodo in se odpravili v gozd. V gozdu je potekala spontana igra, igra vlog, priprava ležišč za počitek po kosilu. Potekalo je ogromno naravnih oblik gibanj; tek, tek čez ovire, poskoki, plezanje, valjanje, plazenje, hoja...). Otroci so si sami pripravili malico in si našli prostor kamor so se lahko udobno posedli. V dogovoru s kuhinjo so nam kosilo pripeljali v gozd. Po kosilu so si otroci izbrali primeren kotiček za počitek, vzgojiteljice pa sva jim prebrali pravljico. Po počitku pa smo odšli nazaj na igrišče ob vrtcu, kjer je sledila popoldanska malica in odhod domov. Otroci so bili ob takih dnevih navdušeni. Kljub 4-urnem bivanju v gozdu niso želeli oditi domov.

Da so se otroci dobro počutili v vrtcu, smo se preko knjige o Piščančku Piku pogovarjali o čustvih. V ta namen so prinesli fotografijo družine, kjer smo se pogovarjali o tem, kdaj in zakaj se dobro počutijo oz. se ne počutijo dobro v vrtcu, doma. Za dobro počutje v vrtcu smo poskrbeli z gibalnimi dejavnostmi, petjem, plesom in likovnim ustvarjanjem. Praznovali smo rojstne dneve, izvajali različne socialne igre, se družili z otroki iz drugih skupin. Prav tako so preko dnevih situacij spoznavali občutja kot so strah, jeza, žalost in veselje ter tako krepili dobre medosebne odnose in se učili veščin ter ustreznega izražanja čustev in reševanja sporov.

Zdrava prehrana je za otroke zelo pomembna. S sodelavko sva pomen zdrave prehrane ozaveščali celo leto. Otroci so imeli možnost izbire hrane ter jih spodbujali k poskušanju sadja in zelenjave. Naj pri tej dejavnosti omenim še praznovanje rojstnih dni v skupini. V letošnjem letu smo se skupaj s starši odločili za takšno praznovanje, da starši poskrbijo za aktivno dejavnost po rajanju, strokovni delavci v vrtcu pa za dežurno torto iz papirja, rajanje, voščila in moram povedati, da otroci niso pogrešali prav nič hrane in pijače, saj so bile aktivnosti s strani staršev zelo domiselne in dejavne za otroke.

Otroke spodbujava k čim večji samostojnosti, kar pa pri nekaterih otrocih seveda pomeni več časa. Na daljše sprehode smo odhajali z vozički. Uporabljali sva zaščitne odsevnike, otroci pa zaščitne kape. Včasih so bili sprehodi krajši, včasih pa smo si naredili izlet skozi celo dopoldne – takrat sva poskrbeli, da smo imeli s seboj malico, pijačo, rezervna oblačila in pleničke. Z zgodbico Minka v avtobusu sva otrokom popestrili sprehode z našim »avtobusom« vozičkom za šest otrok, tako da smo se igrali igro, da mi potujemo z avtobusom kot živali v zgodbici in so otroci na asfaltnem igrišču izstopili tako kot bi bili na postaji, se razgibali ob teku ali rajalni igri, nato so vstopili in smo odšli nazaj v vrtec ter na prometni cesti opazovali in šteli avtobuse, kateri so se peljali mimo nas.

V spomladanskem času smo imeli zobozdravstveno vzgojo. Z ZD Kamnik nam je ga. Adrijana Naglič predstavila pomen ustne higijene in pravilno ščetkanje. Otroci so na modelčkih lahko poskusili

ščetkanje tudi sami. Na koncu je s pomočjo socialne igre z žogo preverila, koliko so si zapomnili. Preventivo je otrokom predstavila na razumljiv in zanimiv način. Tudi nama je bila predstavitev vseh in otrokom podana na ustrezen način. Otroci so ves čas poslušali in aktivno sodelovali. Da pa teme s tem nismo kar zaključili, smo še "utrjevali znanje". Brali sva slikanico Veliki dan ščetkanja v živalskem vrtu in smo se še ob slikanici pogovarjali zakaj je pomembna preventiva zob. Beseda je tekla o pomembnosti ščetkanja. Pogovarjali smo se, da imajo otroci v vrtcu mlečne zobe, ki jih nato zamenjajo stalni in je zelo pomembno, da dobro skrbimo zanje. Pomembno je tudi, da z njimi veliko grizemo.

Gibanje je naša dnevna rutina. Z gibanjem pričnemo zjutraj in ga nadaljujemo preko celotnega dopoldneva. Pričnemo z minutko za prebujanje ali jutranjo gimnastiko. Igralnico velikokrat spremenimo v telovadnico, ko nam vreme ne dopušča telovadbe zunaj. Drugače velikokrat bivamo v gozdu, kjer imamo zelo dobre pogoje za gibanje. Igramo se z žogami, naučili smo se tudi veliko družabnih skupnih iger z pravili (ptički v gnezda, gnilo jajce, kdo se boji črnega moža, lisica kaj rada ješ, mama koliko je ura). Veliko smo se igrali tudi rajalne igre, nismo pozabili tudi na ples, lovljenje, skrivalnice v gozdu. Gibanju namenimo veliko prostora in ga koreliramo skoraj v vsa področja našega kurikuluma. Na igrišču imamo poleg pravilne uporabe igral tudi obrnjeno uporabo igral(hoja po toboganu navzgor, hoja po stopnicah navzdol, spuščanje žoge po toboganu, lovljenje žoge na vrhu toboganu. Kako spremenimo parkirišče v igrišče. Ob tednu brez avtomobila parkirišče spremenimo v igrišče. Otrokom pripravimo postaje z športnimi igrami in otroci krožijo po točkah z različnimi športnimi nalogami in izzivi. V vrtcu izkoristimo vsak prostor in vsako minuto za gibanje in gibalne dejavnosti. Otrokom tudi nudimo izziv gibanja s pomočjo naravnih materialov (plezanje na drevesa do določene višine, skok v globino iz štora, hoja po hlodih za razvijanje ravnotežja)

V jutranjem krogu se pogovarjamo tudi o sreči (kaj je sreča, kdaj smo srečni...), napelujemo pogovor o petju, ali pojemo ko smo srečni, ali nas glasba osrečuje...dogovorimo se da bomo zapeli , zaigrali in to posneli in poslali staršem - da bomo delili srečo z njimi. Prepevanje že znane pesmi Sij, sončece sij, poslušanje in petje pesmi z upoštevanjem dinamik, spremljanje pesmi z glasbili z upoštevanjem dinamike, snemanje petja in igranja na glasbila, otroci zapojejo, in spremljajo peto pesem z orffovimi glasbili, nato skupaj prisluhnemo, pogledamo in ovrednotimo petje in igranje na glasbila. Otrokom je bil posnetek zelo všeč, poslušali smo ga večkrat, nato posnetek pošljemo staršem.

Spoznavali smo svoje telo. Zastavljali sva jim tudi vprašanja kot npr. kdaj so potrebni počitka, kdaj se ne počutijo dobro in zakaj morajo iti k zdravniku. Mnogih zdravniških posegov se bojijo, zato je koristno, da spregovorijo o svojih občutkih in strahovih. Projekt je potekal po etapah raziskovanja, ki je omogočalo integracijo z različnimi področji dejavnosti. Na to temo smo izvedli veliko različnih dejavnosti: razvrščali poletna in zimska oblačila, se seznanjali z zaporedjem pri oblačenju, sestavljali dele v celoto (telo), si ogledali lutkovni film Ostal bom zdrav, prikazali z razpršilko kako se širijo klice, se učili kako se pihne skozi nos, si ogledali prikaz pravilnega umivanja rok in to tudi sami praktično izvajali, se igrali z milnico, razkuževali igrače, razvrščali v diagram (sodi v usta, ne sodi), iskali škodljive stvari v okolici, spoznali simbole za strupeno ali neužitno, spoznavali telovadno opremo ter pomen telovadbe, s stetoskopom poslušali srčni utrip, obiskali zdravstveni dom v Komendi, spoznali zdravnico in medicinsko sestro ter njuno delo, obiskali lekarno in spoznali kam po predpisana zdravila, potem pa se igrali igre vlog, brali zgodbe, pravljice, pesmi, deklamacije, uganke o boleznih, zdravju, se pogovarjali ob slikah, izdelali plakat Bolnišnica, pisali pismo otrokom, ki so bolni.

Praznovanje rojstnih dni poteka brez prinašanja »priboljškov«. Vsak otrok je dobil balon s številko 3, toliko kot so bili stari. Naredili smo ogromno fotografij v različnih pozah in celotnega praznovanja, in jih ob koncu dneva poslali staršem. Otroci so otroku zapeli pesmice, zaplesali plese in izrekli voščilo. Starši so v vrtec prinesli izvorna presenečenja za ostale otroke, ki jih je slavljenec razdelil otrokom. tako so otroci barvali pobarvanke, štempljali s štampiljkami, pihali in lovili milne mehurčke, se igrali z baloni, sestavljali sestavljanke... Sami sva vsakemu otroku izdelali tiho knjigo in filca. Knjiga je imela otrokovo ime, osnovne geometrijske like, ki jih je otrok s pomočjo ježkov odstranil in pritisnil nazaj, copat z vezalko za učenje zavezovanje vezalk, številke in pike za učenje štetja, gosenico za učenje barv. Otroci in starši so bili veseli darila, otrokom pa smo pričarali lepo praznovanje rojstnega dne.

V našem vrtcu se že kar nekaj let trudimo, da imamo vrt, kjer lahko otroci in zaposleni vzgajamo rastline in skrbimo za žuželke. Ker sem sama aktivno vključena v vrtičkanje, želim, da so otroci čim več zraven. Otroci spoznavajo vrt v vseh letnih časih. Jeseni pospravimo pridelke in uredimo grede. Zelišča posušimo in jih shranimo. Pozimi vrt- zemlja počiva. Otroci opazujejo vrt tudi pozimi. Pozno pozimi opazujemo čebulice tulipanov, ki brstijo iz zemlje. Spomladi pripravimo gredice (prekopavanje). V vrtcu organiziramo s starši izmenjavo sadik. Tako pridemo do sadik, ki jih posadimo v grede. Sledi zalivanje sadik in skrb, da so naše grede urejene. Pogosto z oddelkom opazujemo sadike (opazujemo, primerjamo rast). Poleti otroci obirajo maline, jagode in ribez. V poletnem času je veliko zalivanja in to otroci redno in radi delajo. Skrbimo pa tudi za žuželke. Na vrtu imamo postavljen žuželčji hotel. Da imajo žuželke dovolj hrane spomladi posadimo rože, ki jih nahranijo (ognjič, sivka, kapucinka, sončnica..). Zelenjavo, ki jo predelamo na vrtov večini zaužijemo kar na vrtu. (maline, jagode, ribez, redkvice..). Ostalo zelenjavo nesemo v kuhinjo, kjer jo kuhar vključi v jedilnik. Smisel, da otroke že zgodaj vključujem v vrtičkanje je, da imajo otroci že zgodaj stik z naravo- zemljo. Pri tem si oblikujejo odnos do narave, okolja in da razumejo, od kod hrana prihaja na naše krožnike. Če bodo otroci uspeli pridelati lep kos zelenjave ali sadež, verjamem, da bo to vplivalo tudi na njihovo samopodobo. Včasih to doseže, ko si otrok sam izpuli korenček. Obenem otroci spoznavajo rastline, sadeže in zelišča.

Otroke sva seznanjali s pomembnostjo sledečih področij: temeljito umivanje rok, spoštljiv odnos do hrane (da se ne drobi, meče po tleh , igra s hrano, polivanje iz skodelice po mizi), ločevanje odpadkov. V ta namen smo pripravili različne posode za ločevanje odpadkov, za katere so poskrbeli otroci, da prepoznajo, v kaj odvržejo posamezen odpadek. Hkrati smo oblikovali in izdelali igro spomin, pri kateri smo tudi ugotavljali, kam posamezen odpadek sodi. Ker je bilo leto nadaljevanja korone, smo dali poudarek samostojnemu brisanju nosov. Kako si pravilno obrišemo in izpihamo nos, smo si ogledali v kratek filmčku - Čiščenje nosu. Velik poudarek smo namenili osebni higieni, zlasti pogostemu umivanju rok pred in po obroku, po uporabi stranišča, prihodu v igralnico s sprehoda, igrišča, po aktivnosti,... Pri otrocih razvijava skrb za lastno čistočo telesa, obleke in tudi prostora okrog sebe.