



Skupina Mavrice se je v tem šolskem letu priključila projektu Zdravje v vrtcu. Poudarek je bil na varovanju in krepitvi zdravja.

Z otroki smo se najprej pogovarjali, katera hrana je njim najljubša. Naštevali so različne vrste hrane (pica, čips, mineštra ...). Vprašala sem jih, kakšno vrsto hrane moramo uživati, če hočemo ostati zdravi. Otroci so začeli naštevati sadje in zelenjavo. Nekateri izmed otrok pa so povedali, da ne marajo sadja in zelenjave. Predlagala sem jim, naj v vrtec prinesejo različne reklamne letake, iz katerih smo naredili prehransko piramido. Piramido smo postavili na hodnik na vidno mesto, tako da je bila na ogled staršem in drugim sodelavkam iz vrtca. Večkrat smo se igrali igrico Sade/zelenjava je padla na tla. Pri tem so otroci sami izbirali vrsto; zato jim je tudi igrica postala zelo všeč. Naredili smo tudi sadno kupo; otroci so sami rezali sadje. Sadno kupo so otroci ponudili tudi vzgojiteljicam iz sosednjih skupin. Velik poudarek v naši skupini je bil na pitju tekočine, in sicer so otroci pili predvsem nesladkani čaj. Ugotavljamo, da otroci iz te skupine najraje pijejo vodo.

V vrtcu sta nas obiskali dve medicinski sestri (dvakrat letno), enkrat pa so otroci odšli v zdravstveni dom k zobozdravnici. V telovadnici sta medicinski sestri ob platnu in slikah pripovedovali pravljice o zobkih. Sledil je pogovor o zobeh, hrani, umivanju in higieni zob. Na modelu zobovja jim je medicinska sestra pokazala način pravilnega ščetkanja. Po končani dejavnosti v telovadnici je medicinska sestra povabila otroke v umivalnico, kjer si je po 6 otrok naenkrat ob pomoči pravilno umilo roke in zobe. Ostali otroci so v igralnici reševali delovni list, ki sta ga medicinski sestri prinesli s sabo. Zadnje srečanje smo z medicinskimi sestrami imeli v zdravstvenem domu, kjer smo se razdelili v tri skupine. Prva skupina otrok je odšla z mano k zobozdravnici, kjer jim je le-ta preventivno pregledala zobovje, sprejemna sestra pa je podatke vpisala v zdravstveno kartoteko. Potem smo se zamenjali.

Z otroki smo odšli tudi pred osnovno šolo Antona Globočnika, kjer sta nas pričakala dva demonstratorja projekta Kolesarček. Najprej sta otrokom razložila, kako se morajo pešci in

kolesarji obnašati v prometu. Razdelila sta otroke v dve skupini. V eni skupini so bili pešci, v drugi pa kolesarčki. Otroci, ki so vozili kolesa, so morali paziti na prometne znake in semafor, pešce pa je vodila druga demonstratorka, ki je otroke peljala čez prehod za pešce in jim razložila, kaj pomenijo določeni prometni znaki. Po preteku 15 minut sta se skupini zamenjali. Vsi otroci, ki so sodelovali v projektu Kolesarček, so dobili diplomo. V vrtcu so nato še rešili delovni list s prometnimi znaki.

Vsak dan sem otrokom prebrala eno knjigo o določenem čustvu. Preden sem začela brati, sem otroke vprašala, kaj mi znajo povedati o določenem čustvu in kdaj se tako počutijo. Otroci so z zanimanjem poslušali branje knjig, pri tem pa smo ponovili, kakšna čustva obstajajo, in tudi to, da jih lahko izražamo na različne načine. Otroci so vsakič povedali, kako se počutijo in v kakšnih okoliščinah občutijo določeno čustvo. Za vsako čustvo so narisali sebe oziroma svoj obraz. Dobili so delovni list, na katerem so morali povezati določeno situacijo z grimaso obraza.

Celo šolsko leto smo poudarjali, da je gibanje pomembno za zdravje. Ob lepem vremenu so otroci takoj po zajtrku odšli na igrišče, kjer smo tekli in premagovali različne ovire, predvsem s plezanjem. V zimskem času smo večkrat izvajali aerobne vaje v spremljavi glasbe. Otroci so ob gibanju spoznavali različne dele telesa (in jih poimenovali). Pogostokrat smo izvajali različne dejavnosti na prostem in nadaljevali s prosto igro na igrišču. Nekajkrat smo se sprehodili na Sovič in odšli proti Stari vasi. Izvedli smo dejavnosti, predpisane v knjižici Mali sonček; udeležili smo se projekta Kolesarček, izvajali smo naravne oblike gibanja, mali kros, igre brez meja na stadionu (starostna skupina 5–6 let). Rojstni dan smo praznovali z gibalno igro, če je bilo le možno, zunaj (Mačka in miš, Kdo se boji črnega moža ...).