



SKUPINA: ZAJČKI

STAROST OTROK: 2–3 leta

STROKOVNI DELAVKI: POLONA ISKRA MAHNIČ IN ALMA POSEGA

V letošnjem šolskem letu smo se skupina Zajčki vključili v program Zdravje v vrtcu. Rdeča nit projekta skozi celo vrtčevsko leto je bila v naši skupini gibanje. Gibanje je otrokova primarna potreba, saj otrok z gibanjem zaznava okolico, prostor, čas in sebe. Nudi mu veselje, ugodje, varnost, dobro počutje, posledično pa se krepi njegova samopodoba in samozavest. Z gibanjem si otroci razvijajo intelektualne sposobnosti, vpliva tudi na njihov socialni in emocionalni razvoj. Otroci se postopno navajajo na upoštevanje pravil in potek igre in se s tem socializacijsko krepijo. Gibalne dejavnosti sva vzgojiteljici prilagodili razvojni stopnji otrok, tako smo predvsem izvajali naravne oblike gibanja, se igrali z žogami, izvajali dejavnosti za razvoj fine in grobe motorike, gibalne igre, se sproščali in dali predvsem poudarek prosti igri. Gibanje smo izvajali v igralnici, garderobi, atriju, na vrtčevskih igriščih ter v bližnji okolici vrtca. To smo počeli v namen krepitve in ohranjanja zdravja, tako otrok kot strokovnih delavk.

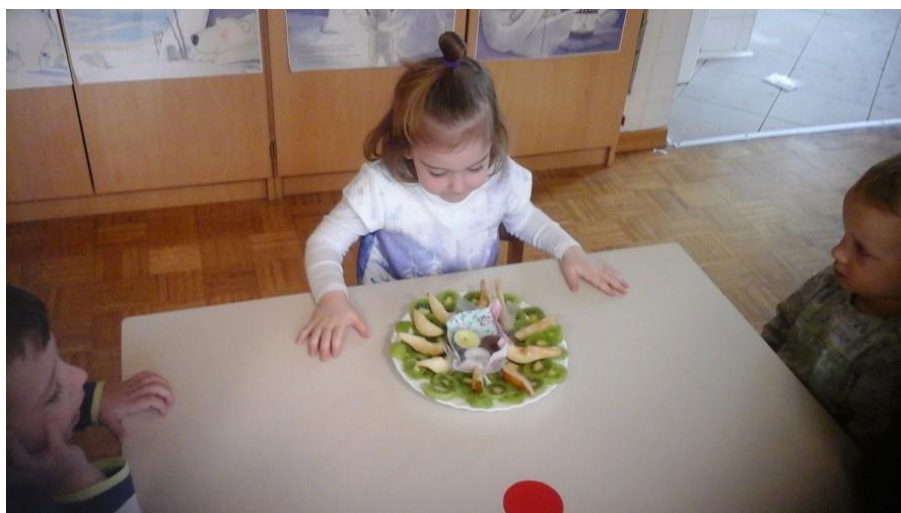


Enkrat tedensko smo imeli vodeno gibalno urico v telovadnici z in brez rekvizitov, z različnimi gibalnimi igrami in plesnimi dejavnostmi. Proti koncu vrtčevskega leta smo dali

velik poudarek sprehodom (brez vrvice) v bližnjo okolico vrtca ter se kot »pravi planinci« z nahrbtniki ter primerno oblečeni in obuti odpravili tudi na daljše pohode.



Rojstne dneve smo praznovali na zdaj nam že usvojen način in sicer skozi gibanje – gibalne igre, rajanje in petje pesmi po izboru slavljenca; posladkali pa smo se s sadnim napitkom ali čajem in torto iz sadja ter slavljenču narisali risbice.



Sproščali smo se ob različnih masažah, vodeni vizualizaciji in poslušanju umirjene glasbe.



V okviru programa Varno s soncem smo seznanjali otroke in starše o pomenu pravilne zaščite pred soncem in upoštevanjem navodil v vrtcu, ki jih priporoča NIJZ. Starše smo obveščali tudi o zaščiti pred klopi ter o aktualnih nalezljivih boleznih.

Zimski meseci so običajno čas, ko ljudje pogosto zbolimo, zato smo se osredotočili na ukrepe preprečevanja bolezni: spoznavanje zdrave prehrane (sadje, zelenjava), izdelovanje sadno-zelenjavnih napitkov, limonade, čajev, na kulturno in raznoliko prehranjevanje, gibanje, bivanje na prostem, prepoznavanja znakov bolezni in preprečevanje širjenja bolezni ter navajanje na nosno higieno.

Zdravje smo spoznavali preko simbolne igr Zdravnik, otroci pa so prisluhnili tudi starosti primerne pravljice na temo zdravja.



V teh pestrih in zanimivih dejavnostih smo pridobili veliko novih izkušenj in se prepričali, da je zdravje res naše največje bogastvo.

Zapisała: Polona Iskra Mahnič