



ZDRAVJE V VRCU V SKUPINI ZVERJAŠČKI

V skupini Zverjaščki smo več pozornosti namenili dobrem počutju in zdravju ter skrbi zanj. Glede na epidemiološko situacijo, ki smo je bili deležni tudi v tem letu, sva se odločili, da pozornost usmeriva v gibanje ter dejavnosti povezane z njim.

*GIBANJE

Najin namen je bil, da otrokom omogočiva, da spoznajo svoje gibalne sposobnosti in si jih razvijajo ter skrbeti za zdrav otrokov razvoj. Cilje smo gotovo uresničili, saj smo sproščeno izvajali vse naravne oblike gibanja, kot so hoja, tek, skoki, poskoki, valjanje, plazenje, plezanje itd. Spoznali in izvajali smo različne elementarne gibalne igre, usvajali osnovne gibe z žogo ter osvajali veliko rajalnih in drugih plesnih iger. Gibalni razvoj smo razvijali in krepili na igrišču, na igralih in plezalih.



Za gibanje smo uporabili primerne rekvizite ter razvijali in krepili vse motorične sposobnosti: moč, preciznost, koordinacijo, hitrost, ravnotežje, vzdržljivost in gibljivost. Izdelali smo si svoj poligon ter se preizkusili v kotaljenju, valjanju, plazenju in lazenju. Ob uporabi primernih rekvizitov smo izvajali poligone z lahkimi in enostavnimi nalogami, saj je vsaka naloga namenjena razvijanju določene motorične sposobnosti in utrjevanju gibalnih znanj.

Razgibali smo se tudi ob pripovedovanju izmišljenih zgodb, ki so se nanašale na tematski sklop.

Izvajali smo igre z žogami različnih velikosti in materialov, npr. kotaljenje žoge, podajanje in lovljenje žoge, metanje žog v koš, nošenje žoge do postavljenega cilja, prepoznavanje in sortiranje različnih barvnih žog, itd. V sodelovanju z družinami otrok smo si ob praznovanju rojstnih dni pridobili veliko žog različnih velikosti, katere uporabljamo v vsakodnevni igri.

Obiskal nas je tudi tekmovalec Exatlona, Jan Čompa ter nas na prijeten način popeljal skozi štafetni gibalni poligon. Tukaj smo krepili svojo moč in hitrost.



Igrali smo se elementarne igre, kot so igre lovljenja, rajalne igre, ob koncu vsake gibalne dejavnosti pa še eno sprostitveno igro, npr. masažo ali vodeno vizualizacijo ob mirni glasbi, kjer so se otroci lahko umirili in sprostili.

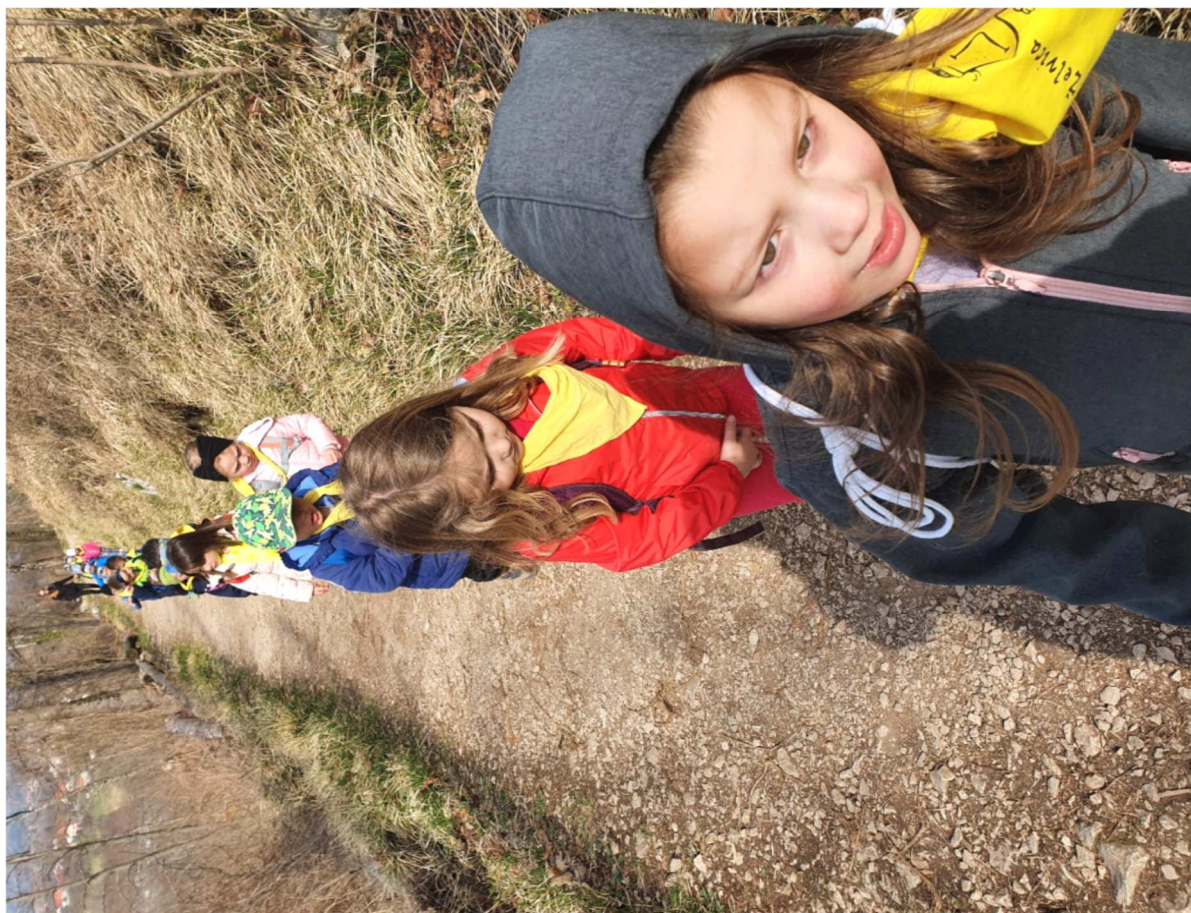
Sodelovali smo v gibalnih minutah s kocko, na katerih so bile različne živali. Le te so skušali posnemati v gibanju. Razvijali so ravnotežje, koordinacijo in skladnost gibanja. Večkrat tedensko smo izvajali jutranjo telovadbo v izvedbi dežurnega otroka.



Izvedli smo dan na stadionu ter odšli na pohode ob reki Pivki ter na Sovič.



Razvijali so odnos do dolgotrajnejših neprekinjenih aktivnosti, hoje in teka. Spodbujali smo interes in želje do vadbe na prostem ter razvijali moči, natančnosti, hitrosti, gibljivosti in vztrajnosti.



Seznajali so se tudi z varnim vedenjem v različnih okoljih (pri igri, športu, v naravi, prometu).

V skupini sva organizirali veliko gibalnih dejavnosti, kjer so otroci razvijali svoje gibalne sposobnosti in spretnosti, orientacijo v prostoru in se učili upoštevanja različnih pravil igre.

V igralnici smo izvajali igre: Ptički v gnezda, Miška in lisica, Noč/dan, Leti/leti, itd.

Igre imajo enostavna pravila. Otroci se jih radi igrajo, ker so dinamične, imajo moment presenečenja. Če izpadeš, je zabavno opazovati, ker je zgodba napeta in hitra. Otroci lahko ohranjajo pozornost in čustveno angažiranost. Ker bo naslednjega doletela enaka usoda kot tebe, ki si že zunaj, se poistovetiš in sočustvuješ z vsemi naslednjimi, ki izpadejo.

Ob tem razvijajo tudi gibalne sposobnosti; teče, krili z rokami, skače in pri tem ohranja gibljivost, razvija moč nog, lovi ravnotežje, se na podlagi tega prostorsko orientira, oceni razdaljo drugih do gnezda, itd. Pri vsem tem pa je tu še čustveno dozorevanje, kjer se mora v skladu s pravili igre, ki so se jih na začetku dogovorili in vsi sprejeli sprijazniti s tem, če ga vrstnik prehiti na poti v gnezdo in je izključen iz igre.

Gibalne igre smo vključili tudi kot darilo ob rojstnem dnevu otrok ter kot spodbuda družinam za kvalitetno preživljanje prostega časa v tednu otroka.

Učili smo se barv preko naše lastne gibalne igre, najhitreje se dotakni - Barvna dlan, kjer so otroci metali veliko barvno kocko. Barvo na kocki so poimenovali ter se kar se da hitro dotaknili ustrezne barve dlani na steni (visoko/nizko).



IZDELAVA KNJIŽICE ZDRAVJE V VRTCU; IZDELAVA DRUŽABNE IGRE ZDRAVJE

Tekom leta smo z otroki izdelali svojo knjižico Zdravje. V njej smo risali, tiskali, lepili...

Naučili smo se pesmici Bacili (Sabina Mali) in Vitamini (neznani avtor). Ugibali smo uganke o zdravniku, zobozdravniku, termometru, zobozdravniku, sadju, zelenjavi...

Izrezovali in razvrščali smo sličice živil, ki so dobre ali slabe za nas in naše zobke. Poudarili smo pomen umivanja rok in zob ter se naučili pravilno umivati roke.





Veliko smo se pogovarjali o vodi, njenem pomenu za vsa živa bitja. Poudarili smo našo pomembno vlogo pri varčevanju z vodo.

Pogovarjali smo se o pomenu gibanja. Ugotovili smo, da se lahko gibamo v vseh letnih časih in v vseh prostorih. Domači dom je lahko prava telovadnica, kjer lahko uporabljamo enostavne rekvizite kot pripomoček za gibanje (časopis, toaletni papir, blazine...).



Poudarili smo pomen igre v gozdu in na travniku. Znanstveniki vedno znova potrjujejo, da ima naravno okolje veliko prednosti pred običajnimi standardiziranimi igrišči, saj veliko bolj ustreza otrokovim potrebam po stimulativen in raznolikem okolju za igro.

Držali smo se pravila, da ni slabega vremena, le neprimerna oblačila.

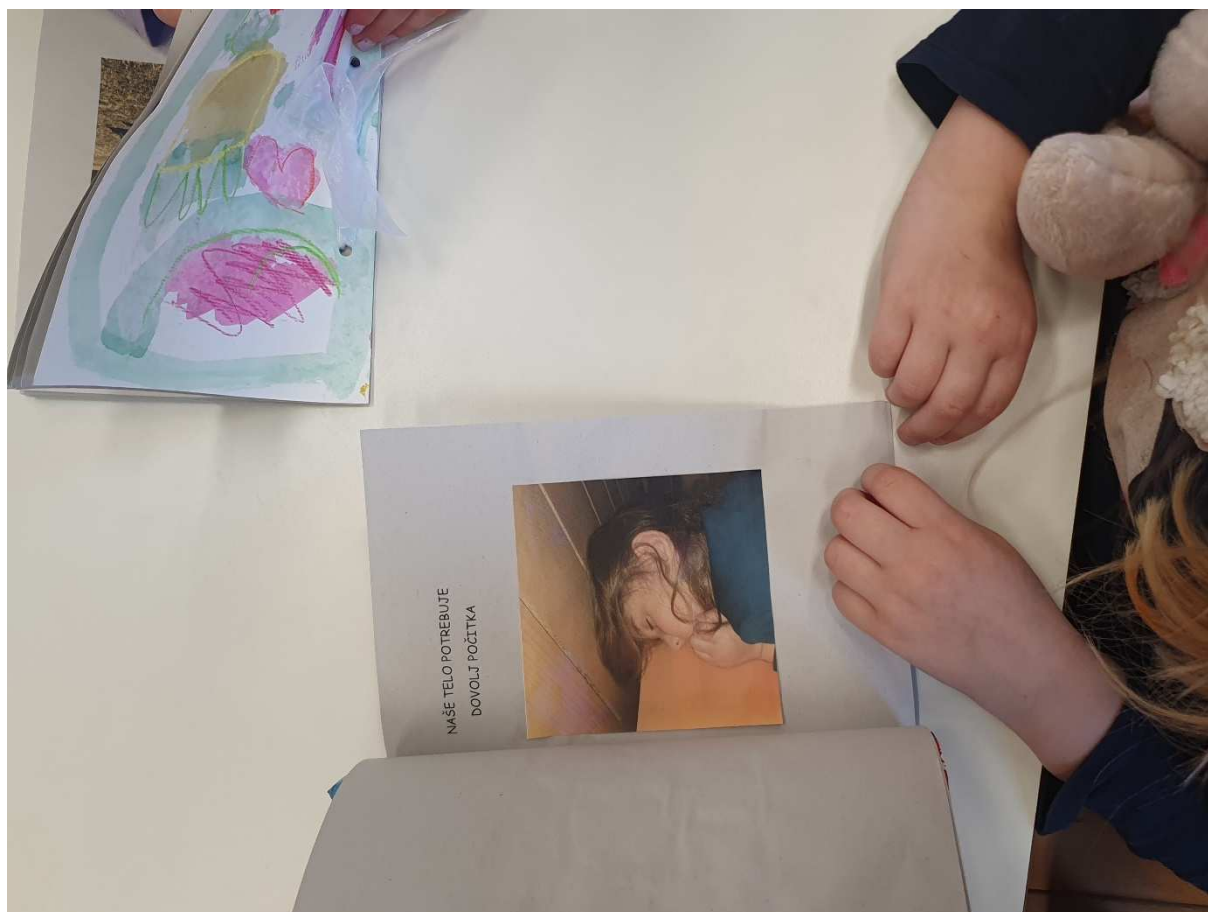


Velik poudarek pa smo dali tudi branju v krogu družine ter starše povabili, da berejo svojim otrokom....*namesto risanke starše prosim, naj mi preberejo pravljico...*

Otroke sva spodbujali k pitju vode, večkrat dnevno.



Poudarili smo tudi pomen počitka.



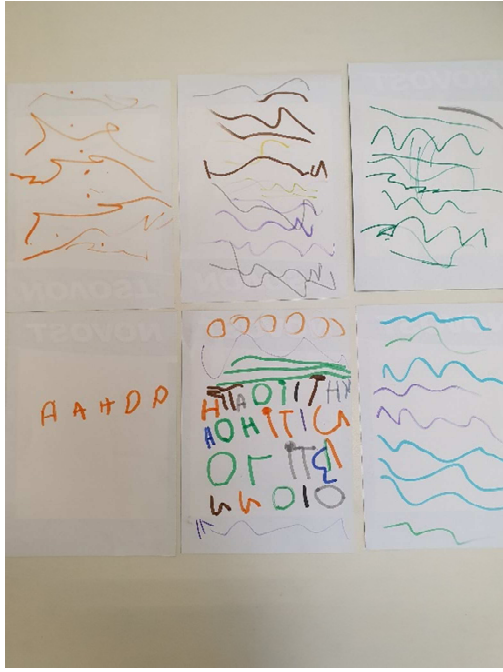
Izdelali smo tudi družabno igro Zdravje. Igra se igra s kocko s pikami, kjer otroci štejejo ter premikajo figure na ustreza polja. Polja družabne igre imajo točke, kjer so otroci nagrajeni (ker si spil kozarec vode, greš za eno polje naprej) ter "kaznovani" (ker nisi varčeval z vodo med umivanjem zob, greš eno polje nazaj).

Igra je bila otrokom zelo všeč in so jo radi uporabljali. Le to so ob koncu projekta odnesli domov, kjer so se jo igrali v krogu družine, ob tem pa utrjevali in krepili znanje.



IGRA VLOG:

Ko začnejo otroci razlikovati med sabo in drugimi ljudmi, bodo začeli izkušati svet kot ločena oseba. Sedaj se otrok rad igra z drugimi otroki in posnema druge osebe. V večini primerov so to osebe iz vsakdanjega življenja. Otrok se igra človeka, s katerim se lahko najbolj identificira ali mu je še posebej všeč. Zverjaščki so se med ustvarjalno igro preizkusili v igri vlog: Zdravnik, Zobozdravnik, farmacevt. Sodelovali so v postavitvi ambulante in lekarne ter se več tednov prosto igrali v koticih. Ustvarili smo tudi kartoteko pacienta, ki so jo "zdravniki" izpolnjevali med pregledi. Pisali so recepte ter izdajali zdravila. Preizkušali in uporabljali so različne pripomočke: stetoskop, halja, zaščitne rokavice, kape in maske, injekcije, povoje, obliže...









ZDRAVA PREHRANA

Pripravljali smo različne napitke, čaje, smoothije. Preizkusili smo se v rezanju sestavin ter spoznali sokovnik in mešalnik.



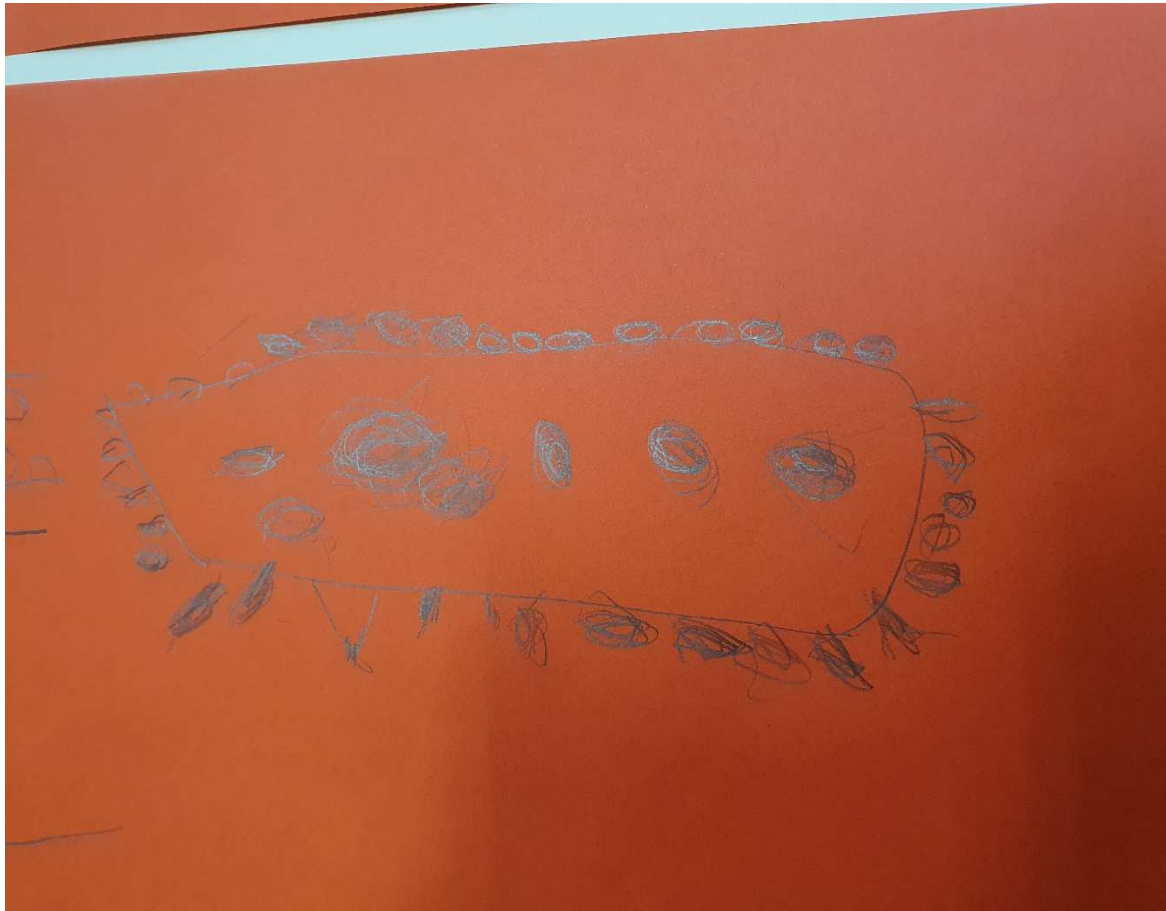
Pripravili smo si praznično čajanko z zdravilnim zeliščnim čajem, z medom in limono.

Skuhali smo tudi bučno juho. Kot motivacija nam je bila pravljica Juha, ki iz buč se skuha.



Iz reklamnih lističev smo strigli različna živila ter izdelovali svoje recepte. Tistih, ki jih nismo našli pa smo jih narisali sami.

Okušali in vohali smo različna živila. Okušali smo sladko, kislo, slano in grenko (grenivka, limona, sol in čokolada). Narisali smo svoj jezik ter umestili svoje občutke o okusih na jeziku.



Pogovarjali smo se o zdravi in nezdravi hrani ter jo prepoznavali na slikah. Igrali smo se igre vlog: kuhar ter pripravljali različne jedi iz odpadnega in naravnega materiala.

NARAVA IN VAROVANJE OKOLJA

Prihod pomladi nas je spodbudila k odkrivanju in spoznavanju narave. Odločili smo se, da bomo tudi letos posadili fižol, sončnico in grah. Ker sva želeli, da otroci vidijo celoten potek rasti fižola, sva se odločili za kalitev v vati. Otroci so tako v PVC mapo položili vato in izbrana namočena semena. Folijo smo zalepili na okno, kjer so otroci skrbeli za zadostno količino vode ter opazovali njihovo rast. Naučili so se kaj rastline potrebujejo za rast ter kako dolgotrajen postopek je to. Vzporedno so sodelovali v različnih dejavnostih: Masaža Vrtnar, razvrščanje delov rastline (korenine, steblo, listi), gibalno uprizoritev rasti fižola, sajenje rastline v zemljo ter skrb zanjo v domačem okolju. Ogledovali so si različne knjige o naravi in sajenju. Ugotovili smo, da zaradi pomankanja vode, v podaljšanem vikendu niso "preživele" vse naše rastline. Poudarili smo pomen vode za naše življenje in življenje drugih živih bitij.



V povezavi s projektom Turizem in vrtec pa smo raziskali reko Pivko, ki teče skozi Postojno. Spoznali smo življenje ob reki in v njej. Obiskali smo ponor reke Pivke ter Vivarij (življenje v jami). Ogledali smo si človeško ribico in spoznali kaj potrebuje za življenje. V igralnici smo plišasti človeški ribici naredili dom/jamo ter skrbeli zanjo.

Obiskal nas je tudi Kovod Postojna ter nam predstavil svojega Vodnega škrate. Pogovarjali smo se o varčevanju vode ter pomenu vode za naše življenje. Podarili so nam slikanico Vodni

Škrat, ki jo zelo radi listamo. Za konec smo izdelali plakat Voda, kjer so otroci povzeli vsa znanja in spoznanja o vodi.

TEDEN PRIJAZNOSTI PRI ZVERJAŠČKI

Zverjaški smo se veliko pogovarjali in ugotovili, da prav najmanjša dejanja največ štejejo in da ne rabimo veliko, da nekomu polepšamo dan

V igralnici smo si najprej pripravili plakat s simboli, na katerega smo zbirali šampiljke prijaznosti za prijazna dejanja. Postali smo strpnější drug do drugega in ugotovili, da nekomu pomagati sploh ni težko.

V sklopu humanitarne akcije smo zbirali higienske pripomočke ter material za prvo pomoč. Akciji se je prijazno pridružila tudi Mateja Cep dr.dent.med., ki je darovala zobne ščetke.



Zbrane izdelke smo predali RDEČEMU KRIŽU SLOVENIJE, Območno združenje Postojna-Pivka. Zobozdravnici smo v zahvalo napisali prijazno sporočilo.



Sodelovali smo v izdelavi svoje kocke prijaznosti (nekomu se zahvali, nekoga pohvali, daj poljubček, nekoga objemi, nekomu pomagaj in nekomu povej, da ga imaš rad). Le to so otroci odnesli domov ter starše povabili k igri.

Pogovarjali smo se tudi o hvaležnosti in tako ugotovili, da se lahko s pismom zahvalimo tudi kuharjem in čistilkam vrta. Odnegli smo jim napisano pismo in izrekli zahvalo.



Svojim staršem smo izdelali "žetončke" hvaležnosti...in kot so povedali otroci so hvaležni svojim mamicam in očkom ker: "nas pocrtajo; nam kuhajo; pospravljajo za nami; se igrajo z nami; nas peljejo na karate in Cici telovadbo; nam kupijo bonbone in kinder jajčku; nas peljejo na telovadbo; nam kupijo sladoled"...



Zapisala: Petra Natlačen