

Program ZDRAVJE V VRTCU

SKUPINA: Čmrlji

STAROST: 3-4 leta

VZGOJITELJICA PREDŠOLSКИH OTROK: Martina Smerdelj

VZGOJITELJICA PREDŠOLSКИH OTROK - POMOČNICA
VZGOJITELJICE: Mojca Rebec

ENOTA: Pastirček



Z otroki smo se med letom pogovarjali, kako skrbimo za svoje zdravje. Ogljedali smo si različne slikanice in se pogovarjali o zdravju. Doma so, skupaj s starši, v reklamnih letakih poiskali in sami izrezali sličice različne hrane in pijače. V vrtcu smo naredili plakat o zdravi in nezdravi hrani ter pijači. Otrok je poimenoval, kaj ima na sličici in sličico razvrstil na ustrezno mesto na plakatu (zdravo/nezdravo).



Vsakodnevno smo skrbeli za svoje zdravje in se veliko gibali. Otroci so se igrali na snegu, na travnati površini, skakali so po lužah in reševali gibalne izzive na poligonih. Odšli smo na tri pohode in en orientacijski pohod. Na pohodih smo se okrepčali s sadnimi rezinami in napitkom. Vsak otrok je imel v nahrbtniku tudi vrečko, v katero je pospravil odpadno embalažo napitka in sadne rezine, saj smo se naučili, da tako skrbimo za čisto naravo.



V gibanje smo vključili tudi starše. En pohod so opravili sami z otrokom in nama poslali



fotografijo. Udeležili smo se množičnega teka in odšli na stadion, kjer smo se razgibali in pretekli določeno razdaljo. Otroci so vozili tudi s skiroji in tricikli po asfaltni površini na igrišču vrtca. Nekateri otroci so bili sprva nekoliko zadržani, s pomočjo spodbud pa so se sprostili in se vozili po postavljenem poligonu. Večkrat smo se odpravili do drevesa, ki smo ga (z nekaterimi otroki) obiskovali in opazovali že v preteklem letu. Otroci so opazovali spremembe na njem v različnih letnih časih. Do drevesa nas je vodila makadamska pot, po kateri smo večkrat tekli. Otroci so pri tem zelo uživali in večkrat izrazili željo, da gremo teči do drevesa.

Ker sva opazili, da si nekateri otroci površno umivajo roke, sva se odločili, da obnovimo svoje znanje. Ogledali smo si krajši posnetek o pravilni tehniki umivanja rok: Čiste roke za zdrave otroke (vir: Youtube). Ob plasticiranem slikovnem gradivu smo obnovili pravilno tehniko umivanja rok. Sličice so bile potem prilepljene tudi v umivalnici, da so jih otroci videli vsakič, ko so si umivali roke. Naredili smo tudi poskus s tempera barvami. Otroci so sami prišli do zaključka, če si temeljito umijejo roke z milom, gre vsa barva iz rok. Če so si pa roke umili hitro, je na rokah ostalo nekaj barve in so si morali roke ponovno umiti. Učili smo se tudi varčne uporabe papirnatih brisačk. Otroci so se potem že med seboj opozarjali, če je kdo vzel preveč papirnatih brisačk.



Skrbeli smo, da se v skupini vsi dobro počutimo in smo prijazni drug do drugega. Prisluhnilo smo različnim zgodbam v slikanicah in si ogledali ter komentirali ilustracije. Učili smo se uporabe vljudnostnih izrazov (izvoli, hvala, prosim, oprost, dober dan, nasvidenje...) in medsebojne pomoči. Otroci so razvijali empatijo in ko je kateri izmed otrok potreboval pomoč, so mu z veseljem pomagali.