



SKUPINA: Hroščki

STAROST OTROK: 3-4 leta

VZGOJITELJICA: POLONA ISKRA MAHNIČ

VZG.PREDŠOLSKIH OTROK-POMOČNICA VZG.: SARA POJE

Naša rdeča nit skozi vrtčevsko leto je bilo gibanje, saj je zelo pomembno za zdrav celostni razvoj otroka, je otrokova primarna potreba, saj otroku daje občutek ugodja, varnosti, veselja in dobrega počutja, krepi se njegova samopodoba, samozavest. Gibalne dejavnosti sva prilagodili razvojni stopnji otrok, tako smo predvsem izvajali naravne oblike gibanja, igre z žogami, izvajali dejavnosti za razvoj fine in grobe-motorike, gibalne igre, se sproščali ter dali poudarek prosti igri, urili v vožnji s skiroji. Izvajali smo vsakodnevne gibalne dejavnosti-gibalna minutka- v igralnici, garderobi, na veznem hodniku, na igrišču, za krepitev in ohranjanje zdravja (naravne oblike gibanja, ogrevanje, gibalne igre, sproščanje). Vključeni smo bili v projekt Mali sonček. Hodili na daljše in krajše pohode, premagovali griče v bližnji okolici vrtca. Enkrat tedensko smo imeli gibalno uro v telovadnici, kjer smo pripravili (skupaj z otroki) poligon, elementarne igre,...



Rojstne dneve smo praznovali na zdaj nam že usvojen način in sicer skozi gibanje ter spodbujali zdravo in malce drugačno praznovanje-izvajali smo različne gibalne igre, rajalne igre, premagovanje pajkove mreže, sproščanje ob vodeni vizualizaciji, izvajali smo gibalne gibe in vzorce na glasbeni podlagi. Na kakšen način bo potekalo praznovanje je načeloma

določil/izbral slavljenec, včasih pa so otroci potrebovali pomoč sovrstnikov ali odrasle osebe. Proti koncu praznovanja pa smo se posladkali torto iz sadja ter slavljenecu narisali risbice. Preden smo svečko postavili na vrh torte smo jo vedno pihali, seveda najprej slavljenec, nato ostali.



Osredotočili smo se na ukrepe preprečevanja bolezni: spoznavali smo pomen in zdravo prehrano, poimenovali, okušali, kuhali, razvrščali (sadje, zelenjava), izdelovali smo sadno-zelenjavne napitke, kaše, »smoothie«, limonade, zelenjavne mineštre. Navajali smo se na kulturno raznoliko prehranjevanje, gibanje, bivanje na prostem. Navajali smo se na prepoznavanje znakov bolezni in na različne načine preprečevanje širjenja bolezni, se igrali simbolno igro zdravnik, pravljice na temo zdravja. Ogledali smo si tudi filmček o pravilnem umivanju rok, se le tega naučili in pri umivalnikih uredili slikovni material pravilnega umivanja rok. Pravilno umivanje rok in ščetkanje zob so nam prikazale tudi medicinske sestre, ki so nas obiskale 3x v letu. No plakat so otroci razvrstili zdravo in ne- prehrano, prehransko piramid, sadje, zelenjavo.



Današnji hiter tempo življenja in posledično stres občutijo tudi otroci, včasih celo bolj kot odrasli. Sprostitvene dejavnosti so v predšolskem obdobju zelo pomembne, saj prispevajo k razvoju otrokovih ustvarjalnih zmogljivosti, sproščajo napetosti, ki nastajajo pod vplivom najrazličnejših zunanjih dražljajev. Tako smo pričeli najprej s samomasazo, nato pa nadaljevali

v paru. Telesni stik je otroke pomirjal, jim dajal občutek varnosti. Otroci so se postopoma navajali na dotik in zaupanje do druge osebe, vzpostavljanje očesnega kontakta, pozornosti do drugega ter poslušanju in sledenju navodil ter na samo osredotočenost poteka dejavnosti. Preizkusili smo se tudi v vodeni vizualizaciji. Z njeno pomočjo smo otroke navajali, da se umirijo, sprostijo, se poglobijo v svoje občutke in razvijajo sposobnost za domišljjsko predstavljalivost. Pri izvajanju vodenih vizualizacij se je pokazalo, da otroci potrebujejo več ponovitev.

V obdobju ko otroci odraščajo in so hkrati še vedno zelo na st. egocentrizma, so pa drznejši, več si upajo...hitro se pojavijo konflikti, neprijetna čustva pridejo na plan. Otrokom smo skozi pravljice, pogovore, socialne igre, simbolno igro, delitev igrač, posojanje igrač, pomoč prijatelju pri igri, dejavnosti...pomagali se naučiti prijazne besede, kako svoj občutek krivde, žalost...ubesedijo. Velikokrat se je dogajalo, da so namesto besed otroci udarili. Postopoma skozi različne dejavnosti, veliko pogovora, otroke naučili da povedo, da ne reagirajo nasilno. Spodbujali smo empatijo. Otroci so sedaj zelo povezani, si pomagajo, se spodbujajo, seveda tudi »zatožijo«, postali so pravi prijatelji, ki vsaj poskušajo rešiti konflikte, se izraziti, razumejo, da imajo tako besede kot dejanja moč.

