

Program ZDRAVJE V VRTCU

SKUPINA: Mehurčki

STAROST: 2–3 leta

VZGOJITELJICA PREDŠOLSKIH OTROK: Martina Smerdelj

VZGOJITELJICA PREDŠOLSKIH OTROK - POMOČNICA

VZGOJITELJICE: Nina Ržek

ENOTA: Pastirček



V skupini smo izvajali socialno igro Jaz nisem sivi zajček. Otroke sva navajali, da se predstavijo s svojim imenom in potem plišasto igračo (zajčka) podajo naprej otroku, ki sedi poleg njega. Nekateri otroci so potrebovali več spodbude kot drugi, so pa vsi otroci razumeli in upoštevali navodila ter se po njih ravнали. Če se kateri od otrok ni predstavil z imenom, so drugi otroci povedali, kako se imenuje. Na ta način so si pomagali med seboj.

Otroke sva čez celo leto navajali na dobre medsebojne odnose in prijaznost. Tudi pri praznovanju rojstnih dni smo krepili dobro komunikacijo in skrbeli za dobro počutje otrok. Slavljenju smo skupaj zapeli pesem Vse najboljše, en za drugim smo mu podali roko, mu izrekli voščilo, kdor je želel, ga je še objel. Otroci so se ob tem dobro počutili in pokazali zadovoljstvo. Izvajali smo tudi sprostitevne dejavnosti, s pomočjo katerih so se otroci umirili. Obiskali smo Čarobno sobo, kjer so otroci opazovali svetlobne elemente, igrali na pojoče posode ter prisluhnili zvoku.

Otroci so radi sodelovali pri urejanju prostora in okolice. Vsakodnevno smo skrbeli za urejenost igralnice, umivalnice, garderobe, terase in atrija. Ko smo obiskali Gozdno igralnico, smo poskrbeli tudi za urejenost le-te. Otroke sva navajali, da odpadke vržejo v koše za smeti.

Na pohodih smo se pogovarjali, kako skrbimo za naravo in kam odlagamo odpadke.

Med opazovanjem mravelj na drevesu smo se pogovarjali, da so mravlje živa bitja in jih le opazujemo, jih ne tolčemo s palicami, niti jih ne pohodimo.

Otroci so imeli večkrat možnost opazovati hišnika pri košnji trave in pri spihovalju trave z asfaltnih površin. Prav tako so imeli možnost vsakodnevno opazovati strokovne delavke pri različnih opravilih (brisanje miz, pometanje, čiščenje tal...). Nekateri otroci so tudi sodelovali in nama pomagali pri določenem opravilu, nekateri pa so potrebovali več spodbud.

Otrokom sva večkrat prikazali pravilen potek umivanja rok. Nad umivalniki smo imeli prilepljene sličice, ki so prikazovale zaporedje tehnike umivanja rok. Poleg slikovnega prikaza in ogleda slikanice Postani zdrav kot zmaj! (Š. Sekaninova) sva prikazali potek umivanja rok tudi s pomočjo zgodbe o traktorju. Otrokom je bila zgodba zanimiva in nekateri so si hitro zapomnili pravilen potek. Navajali sva jih, da si roke umijejo po uporabi toaletnih prostorov, ko pridemo od zunaj v igralnico, pred in po obrokih.



Izdelali sva slikovno gradivo, s pomočjo katerega smo se pozdravili v skupini: podaj roko, daj petko, daj kepico, pokloni objem, pobožaj prijatelja ali zapoj pesem. V igralnici smo imeli prilepljene večje slike z določenimi pozdravi. Velikokrat smo se z otroki pozdravili, ko smo prišli v igralnico. Vsak otrok je pokazal sliko z načinom, s katerim naju je pozdravil. S pomočjo manjših slik smo izvajali tudi pozdrav v krogu. Otrok si je izbral način, s katerim je pozdravil otroka, ki je sedel poleg njega (ali strokovno delavko). Pozdrav smo nadaljevali toliko časa, dokler ni vsak dobil pozdrava. Otroci so bili dobre volje in so zelo radi sodelovali.



Velik poudarek sva dali temu, da smo prijazni drug do drugega, da si otroci med seboj pomagajo in si delijo igrače.

Pričeli smo tudi z izvajanjem ponarodele pesmi Gradim prijateljstvo.

Otroci so imeli vsakodnevno možnost gibanja. Sodelovali smo v projektu Mali sonček in izvajali različne naloge oz. dejavnosti: pohodi, igre z žogo, vožnja s poganjalčkom, ustvarjanje z gibanjem in ritmom, igra na prostem – pozimi, naravne oblike gibanja, naravne oblike gibanja na prostem, igra na prostem. Otroci so imeli možnost igre na travnati površini v atriju, na igrišču vrtca, na travniku, v Gozdni igralnici, kjer so imeli na voljo naravni material.

Večkrat so imeli tudi možnost reševanja ovir na poligonu, ki sva jim ga postavili. Nekateri otroci so bili zelo pogumni, spet drugi pa so potrebovali več spodbud. Izvajali smo tudi sprostitvene dejavnosti v telovadnici, ko smo zaključili z gibalnimi dejavnostmi.

Izvajali smo deklamaciji *To sem jaz* (B. Gregorčič) in *Deset prstov* (N. Hrastnik). Otroci so pri tem radi sodelovali in so bili aktivni. Zelo radi so sodelovali tudi pri rajalnih in gibalnih igrah: *Ringa raja*, *Bela lilija*, *Gradim prijateljstvo* ter pri dejavnostih, ko so z gibanjem prikazali vsebino zgodbe.

Ogledali smo si slikanico *Postani zdrav kot zmaj!* (Š. Sekaninova) in se ob njej pogovorili, kako skrbimo za svoje zdravje in za zdrav način življenja. Pogosto smo izvajali gibalne minutke, da smo se razgibali. Otroke sva spodbujali, da sami pokažejo določen gib, katerega smo skupaj ponovili. Pri tem so nekateri otroci sodelovali in pokazali gib, nekateri so le opazovali ali ponavljali gibe.

Pogovarjali smo se o zdravi prehrani. V kotičku »kuhinja« smo imeli prilepljen plakat z raznoliko hrano in pijačo. Otroci so se pri njem velikokrat ustavili, s prstom kazali na hrano in jo poimenovali. Pogovarjali smo se, česa ne smemo veliko jesti in katero živilo je zdravo in ga lahko veliko pojemo. Na nevsiljiv način sva otroke spodbujali k poskušanju raznovrstne hrane. Otroci so opazovali izdelavo pomarančnega soka, ki ga je pripravljala strokovna delavka. Sok so poskusili in popili vsi otroci.

Pričeli smo tudi z izvajanjem projekta *Varno s soncem*. Spoznavali smo, kako se zaščitimo pred sončnimi žarki in kako skrbimo za svoje zdravje. Otroci so razvrščali sličice in iskali pare.

