

PROGRAM ZDRAVJE V VRTCU

POROČILO O IZVEDENIH AKTIVNOSTIH ZA KREPITEV ZDRAVJA V ŠOLSLEM LETU 2016/17

Navodilo:

Izpolni vsak tim izvajalk (vzgojiteljica in pomočnica vzgojiteljice)
- ter posreduje koordinatorici programa v svojem vrtcu.



Naziv vrtca: OŠ FRANA KOCBEKA GORNJI GRAD

Kraj: GORNJI GRAD

Enota vrtca: GORNJI GRAD

Naslov enote:

Skupina: ZVEZDICE (ime) starost otrok: 4 - 6 LET

Izvajalki:

- vzgojiteljica: **POLONA VOLK (OD 1. 2. 2017) IN PETRA KRAJNC (DO 31. 1. 2017)** (ime in priimek)

- pomočnica vzgojiteljice: **ANGELA ZALEZNIK** (ime in priimek)

Ali ste se v tekočem šolskem letu udeležili izobraževanj, ki jih je za program Zdravje v vrtcu pripravil NIJZ OE Ljubljana?

- spomladansko izobraževanje

da ne

- če da, vpišite številko potrdila

- jesensko izobraževanje

da ne

- če da, vpišite številko potrdila

da ne

- če da, vpišite številko potrdila

da ne

- če da, vpišite številko potrdila

Aktivnosti za krepitev zdravja, ki ste jih v vaši skupini izvajali v tekočem šolskem letu

Zap. št. naloge	Aktivnosti, naloge, projekti (naslov, opis)	Vsebina	Ciljna skupina (otroci/starši/posamezniki ...)	Metoda dela	Čas trajanja (v urah)	Zunanji izvajalci	Uporabljeno gradivo in didaktični material	Ali ste pri načrtovanju oz. izvajanju te naloge uporabili informacije z naših izobraževanj?
1.	<p>ZDRAVI JUNAKI SMO KORENJAKI: Sadje v prehrani, obiranje jabolk, kuhanje marmelade, izdelava grozda trte s kaširanjem servietov</p> <p>http://www.vrtec-gg.si/node/476</p>	<p>Z otroci smo v mesecu oktobru obravnavali temo sadje. Znotraj tega sklopa smo izvedli kar nekaj dejavnosti. In sicer: - pogovarjali smo se o tem kako zdravo je, da jemo sadje, - spoznavali smo vrste sadja, tudi tako, da smo ga tipali in vonjali z zaprtimi očmi in ga skušali prepoznati; - izvedli smo</p>	<p>OTROCI - glavna ciljna skupina</p> <p>STARŠI - ozaveščanje preko prijave na natečaj in preko razstave izdelka (grozd trte)</p>	SKUPINSKA	večkrat v mesecu oktobru, skupaj okvirno 10 ur	- sodelovanje z lastnikom nasada jablan, kjer smo obirali jabolka	<p>- posredovano gradivo izvajalcev natečaja "Zdravi junaki smo korenjaki"</p> <p>- fotografije sadja v knjigah</p> <p>- pravo sadje</p> <p>- gospodinsko orodje za pripravo marmelade</p> <p>- material za izdelavo grozda trte: papirnati servieti, lepenka, tempera barve, sijajij premaz, lesno lepilo Mekol</p>	NE

		obiranje jabolk v bližnjem nasadu dreves; - kuhali smo marmelado; - prijavili smo se na natečaj "Zdravi junaki smo korenjaki" in izdelali grozd s "kaširanjem" ter ga razstavili v garderobi, kjer so si ga lahko ogledali starši, ostali otroci						
2.	IGRE BREZ MEJA http://www.vrtec-gg.si/node/501	V telovadnici naše šole smo pripravili t.i. "Igre brez meja". Predhodno smo povabili stare starše otrok. Skupaj z njimi, so otroci pod vodstvom zunanje izvajalke	OTRCI IN STARI STARŠI	SKUPINSKA METODA IGRE	2 uri	DA - ga. Hajdeja Brglez, ki je pripravila in vodila igre	Športni pripomočki in športna orodja	NE

		izvajali zastavljene gibalne naloge. Dejavnost smo izvedli v dopoldanskem času						
3	UMIVANJE ROK	Z otroki smo se pogovarjali o pomenu umivanja rok. Ogleдали smo si krtek film, ki prikazuje pravilno umivanje rok. Izvedli smo praktično umivanje rok. Celo leto smo otroke po potrebi opominjali na umivanje rok po uporabi wc-ja, pred obroki, ipd.	OTROCI	SKUPINSKA IN INDIVIDUALNA METODA DEMONSTRACIJE IN METODA AKTIVNOSTI OTROK	1 URO NATO VEČ-KRAT MED LETOM	NE	MILO, PAPIRNATE BRISAČE krtek film o pravilnem umivanju rok	NE
4	ZDRAVA PREHRANA: - IZDELAVA PREHRAMBENE PIRAMIDE - PRIPRAVA SMUTIJA - RAZGIBAVANJE S KORENČKOM	Z otroki smo se pogovarjali o zdravi prehrani. Izdelali smo prehrambeno piramido.	OTROCI	SKUPINSKA METODA LASTNE AKTIVNOSTI	6H	VZGOJITELJICA NA PRAKSI	- reklamni letaki - testenine, pvc žlice - sadje in zelenjava, mešalnik - kostum	NE

	http://www.vrtec-gg.si/node/692	<p>Otroci so iz reklamnih letakov izrezovali hrano in jo lepili. Risali so svojo najljubšo hrano v zvezke. Razvrščali so testenine s pomočjo pvc žlic v razpredelnico, da so spoznavali količine. Skupaj z otroki smo pripravili sadno-zelenjavni smuti ter ga nato skupaj pojedli. V istem vsebinskem sklopu se je ena izmed vzgojiteljic oblekla v korenčka ter z otroki vodila razgibavanje. Otroci so se</p>					<p>"korenček" -</p>	
--	---	--	--	--	--	--	-------------------------	--

		igrali igro lovljenja tako, da so bili eni korenčki in drugi solatke. Na koncu so se naučili bans "O banana".						
5	<p>POHODI, ŠPORTNI DNEVI</p> <p>http://www.vrtec-gg.si/node/648</p> <p>http://www.vrtec-gg.si/node/478</p> <p>http://www.vrtec-gg.si/node/659</p>	<p>Večkrat, tekom celega leta smo se odpravili na daljši AKTIVNI sprehod oziroma pohod. Z izjemo zime. Pohodi so bili izvedeni po različnih poteh, večinoma je šlo za vzpone. Napr. po gozdni učni poti, na bližnji Jakobčev grič, Počrevinov grič. Trajali so dalj časa, mednje ne sodijo</p>	<p>OTROCI - primarno STARŠI - obveščanje preko oglasne deske in spletne strani</p>	<p>SKUPINSKA METODA AKTIVNOSTI OTROK, POGOVOR</p>	<p>ŠPORTNI DAN - 2 X PO 3h, AKTIVNI SPREHODI - več -krat po cca 1h</p>	<p>pri športnih dneh so nam bili dodeljeni spremljevalci</p>	<p>fotografije pohodne obutve in pohodnih oblačil</p>	<p>NE</p>

		<p>sprehodi po mestu. Dva izmed njih sta bila dalj časa trajajoča zato smo ju predstavili tudi staršem, jih o tem obvestili in poimenovali "Športni dan". Pred pohodom smo se z otroki pogovorili o primerni obutvi in oblačilih, o tem kaj pijemo in jemo med pohodom. ogledali smo si fotografije primerne oziroma neprimerne obutve, oblačil.</p>						
6	<p>VADBENE URE V TELOVADNICI</p> <p>http://www.vrtec-gg.si/node/644</p>	<p>Tekom leta smo izvedli več vadbenih ur v telovadnici</p>	OTROCI	<p>SKUPINSKA METODA POLIGON METODA AKTIVNOSTI</p>	VEČ-KRAT PO 45 MIN	NE	ŠPORTNI PRIPOMOČKI IN ORODJA	NE

	http://www.vrtec-gg.si/node/625	<p>šole. Uvodni del ure so predstavljale različne elementarne igre, ki so se običajno nanašale na obravnavano temo ali vsebino prebrane knjige ipd. V glavnem delu sva otrokom pripravila gibalne poligone. Poligoni so bili različno zahtevni. To so bili vzponi po letvenikih in spusti po naklonjenih švedskih klopeh, plezanja na švedsko skrinjo in skoki v globino na debelo blazino, plazenja pod švedskimi</p>		OTROK				
--	---	--	--	-------	--	--	--	--

		klopni in skozi pvc tunele, sonožno preskakovanje vrvi, sonožni poskoki iz obroča v obroč, ipd. V zaključnem delu vadbene ure pa smo se igrali umirjene igre, naprimer igre z mavrično ponjavo, igro "Pajek plete mrežo", ipd.						
7	GIBALNE MINUTKE http://www.vrtec-gg.si/node/689	Občasno sem z otroki izvedla krajše, otrokom prilagojene gimnastične vaje, predvsem takrat, ko sem z njimi želela izvesti umirjeno dejavnost, a sem opazila, da so nemirni	OTROCI	FRONTALNA IN SKUPINSKA	VEČ-KRAT PO 5 MIN	NE	NE, z izjemo krpice, stoli	NE

		in se ne morejo zbrati. Gimnastične vaje so bile otrokom zabavne, ob njih smo spuščali tudi različne glasove in stresali okončine. Izvedli smo jih kar v igralnici.						
8	<p>TRADICIONALNI SLOVENSKI ZAJTRK:</p> <ul style="list-style-type: none"> - POGOVOR O ČEBELAH - OBISK ČEBELARJA - OKUŠANJE MEDU <p>http://www.vrtec-gg.si/node/533</p> <p>http://www.vrtec-gg.si/node/534</p>	<p>Pred samim tradicionalnim slovenskim zajtrkom smo se z otroki pogovarjali o čebelah in medu. Sledil je obisk čebelarja v naši šoli in vrtcu, ki je predstavil pridobivanje medu. Sledilo je okušanje medu in sam medeni zajtrk (domač kruh, maslo, med in domače mleko).</p>	OTROCI	5H	SKUPINSKA INDIVIDUAL NA	ČEBELAR	<ul style="list-style-type: none"> - knjiga "Čebelica rešiteljica" - odpadni material za izdelavo čebelic - oprema čebelarja - med 	NE

		Ob omenjeni temi smo z otroki še poslušali zgodbo "Čebelica rešiteljica" in izdelovali čebelice iz odpadnega materiala. Ogledali smo si tudi čebelnjak v bližnji okolici.						
9	ZABAVNA KOŠARKA Z LIPKOM http://www.vrtec-gg.si/node/472	V naši vzgojno-izobraževalni ustanovi nas je obiskal maskota Lipko, ki promovira košarko med otroki. S svojimi sodelavci je za naše otroke pripravil zabaven športni program, v katerem so se zabavali in se gibalno	OTROCI	1H	OBHODNA VADBA - POLIGON	DA, MASKOTA LIPKO S SVOJIMI SODELAVCI	- športni pripomočki (žoge, stožci, obroči, blazine, ipd.)	NE

		udejstvovali s košarkaško žogo.						
10	PRIPRAVA BEZGOVEGA IN METINEGA SIRUPA http://www.vrtec-gg.si/node/693	Z otroki ssmo obdelali tudi sklop "Zelišča". Pogovarjali smo se o zeliščih - koristnih učinkih, brali zgodbe "Zelišča male čaravnice", posadili smo različna zelišča v gumijaste škornje, pripravili metin napitek ter naredili bezgov sirup.	OTROCI, TUDI STARŠI - OZAVEŠČAN JEo možnostih priprave napitkov iz narave in ne uživanje kupljenih sokov	5h	SKUPINSKA MATODA METODA AKTIVNOSTI OTROK	NE	- knjiga Zelišča male čaravnice - pripomočki za pripravo sirupov	NE

Opombe:

Izvajalke programa:

_____ - vzgojiteljica

_____ - pomočnica vzgojiteljice

Datum poročila: 21. 6. 2017