OŠ POLJANE

Poljane 100

4223 Poljane

Datum: 30. junij 2022

**ZDRAVJE V VRTCU**

**POROČILO PROJEKTA O IZVEDENIH DEJAVNOSTIH V ŠOL. L. 2021/2022**

Sodelujoče skupine: vse skupine Vrtca Agata, enota Javorje (12 skupin)

Sodelujoči vsi strokovni delavci vrtca in enote Javorje.

Vodja projekta: Danica Zorko

Čas izvajanja: september 2021 – junij 2022

Program  je podprt s strani [Nacionalnega inštituta za javno zdravje](http://www.nijz.si/zdravje-v-vrtcu) in z vsebinami želi spodbuditi, da bi se vsakodnevno odločali za zdrav način življenja na vseh področjih, ki vplivajo na kvaliteto zdravja.

*Rdeča nit programa za leto 2021/2022 je bila »Krepim (oblikujem) sebe in svojo skupnost.*

Počutje posameznika, skupine in skupnosti je zelo pomembno in tudi eden od pogojev za dobro zdravje.

Posameznik s svojim vedenjem in delom vpliva tudi na skupnost in obratno. Tako smo otrokom dovolili lastno izkustvo, vključenost, pristnost, iskrenost. Pokazali smo jim, da nam je mar, da jih slišimo in vidimo in, da lahko tudi sami vplivajo in oblikujejo svojo skupino, skupnost.

Z otroki smo izvajali aktivnosti za opazovanje, prepoznavo in zavedanje o zmožnostih, počutju in čustvih  posameznika in odgovorih nanje. Poudarek je bil na aktivnostih, ki so krepile otrokovo samopodobo, samozavest in samospoštovanje ter s tem vplivale tudi na njegovo dobro počutje.

V dejavnosti smo vključevali tudi opazovanje in spoznavanje narave, njenega cikla in zakonitosti. Gradili smo na spoštovanju, odgovornosti in toleranci.

Vsi gradimo svoje socialne mreže, sami, preko družine, prijateljev, vrtca ali  lokalnih društev. Z znanjem, pogledi, zavzemanji in vedenji vplivamo tudi na skupnost v kateri živimo, ji pripadamo, na skupnost, ki nas varuje in krepi. Podprimo drug drugega, lepo nam bo.

***Programski cilji***

Pri oblikovanju programa smo sledili dvema temeljnima ciljema:

* oblikovanje vrtčevskega okolja kot skupnosti, ki je zavezana skrbi za dobro počutje in  zdravje ter utrjevanju pozitivnega odnosa do zdravja,
* delovanje v smeri zmanjševanja nastanka bolezni in poškodb.

Skozi vse šolsko leto 2021/2022 so se v vrtcu Agata in njeni enoti izvajale raznovrstne aktivnosti, povezane v različne programske sklope vezane na rdečo nit projekta, ki so zajemali:

* Opazovanje narave v vseh letnih časih in njenem spreminjanju, skrb za naravo in okušanje njenih sadov; zasaditev in skrb za gredice; landart ustvarjanje, nabiranje zelišč, kuhanje čajev, priprava napitkov, reciklirana kuharija...
* Skrb za dobro počutje: gibalne dejavnosti, sprostitveni trenutki – masaža, dnevi igre z igračami prinešenimi od doma, pohodi, tekmovalne igre – moč sodelovanja, risanje mandal, poslušanje sproščujoče glasbe, praznovanje rojstnih dni – otrokov dan, srečanje s hišnimi ljubljenčki…
* Sodelovanje in timsko delo: tudi s tem smo se seznanjali (poslušanje, dogovarjanje, delitev dela, komunikacija, opazovanje, sprejemanje…).
* Medsebojna pomoč otrok pri oblačenju, igri, delu.
* Sodelovanje s starši: dvosmerna komunikacija.
* Medgeneracijsko sodelovanje: Simbioza giba, ljudsko izročilo – recepti naših babic in dedkov.
* Sodelovanje z okoljem: gasilci, reševalci.
* Skrb za okolje: čisto okolje – dobro počutje.
* Projekt Turizmu pomaga lastna glava – Voda in zdravilni turizem.

Skupine so si glede na zahtevnost ogledale tudi lutkovne filme povezane s programom Zdravje v vrtcu: Ostal bom zdrav, Dobili bomo dojenčka in Čiste roke za zdrave otroke: Čiste roke, Zdravi zobki.

V aktivnosti so bili vključeni tudi starši otrok, kateri so bili s projektom seznanjeni na uvodnem roditeljskem sestanku.

V okviru programa so bila organizirana tudi izobraževanja na daljavo za strokovne delavke vrtca, ki nudijo strokovno podprte vsebine povezane z zdravjem. V letošnjem letu se ga je udeležilo:

* jesenskega izobraževanja: 13 strokovnih delavk,
* spomladanskega izobraževanja: 7 strokovnih delavk.

Prezentacije izobraževanja so bile:

* Spodbujanje higienskega vedenja pri strokovnih delavkah v oddelkih in otrocih, N. Rozman, mag. san. Inž., NIJZ
* Posebni otroci v vrtcu, Doc. dr. M. Macedoni Lukšič, dr, med., Inštitut za avtizem Ljubljana
* Smernice za uporabo zaslonov pri predšolskih otrocih, dr. A. Radšel, dr. med., spec. Pediatrije, Sekcija za primarno pediatrijo
* Kako poskrbimo za lastno zdravje, zdravje najbližjih in lokalne skupnosti, 12 priporočil proti raku, doc. dr. U. Ivauš, dr. med., spec. Javnega zdravja, vodja državnega programa Zora, OI Ljubljana
* Prva psihološka pomoč: kako prepoznati, pristopiti in pomagati, M. Pavlovič, reg. Koordinator za duševno zdravje, NIJZ OE Novo mesto
* Trmi bom KOS, S. Čepon, mag. psih., CDZOM Brezovica in L. Hodej, mag. prof. spec. In reh. Pred., CDZOM Trbovlje
* Primeri dobrih praks iz različnih vrtcev Slovenije

Sklepna misel:

Vsak dan se vprašajmo kaj lahko naredim za našo skupnost, in ne samo kaj lahko skupnost naredi za nas.

Ena prijaznost na dan, odžene zdravnika stran.

Poročilo zapisala vodja projekta: Danica Zorko