

ZDRAVJE V VRTCU 2023/2024

Skupina: Pande

Vzgojiteljica: Valerija Osredkar

Pomočnica vzgojiteljice: Darja Ozebek

Število otrok v skupini: 14

V skupini Pande smo v letošnjem šolskem letu veliko časa in dejavnosti namenili vsebinam, ki se nanašajo na skrb za varovanje in ohranjanje zdravja.

Vsakodnevno smo pazili na osebno higieno rok. Roke smo si vsakodnevno umivali pred in po jedi, ko smo prišli s sprehoda, telovadnice in kadar smo ustvarjali z različnimi materiali in snovmi. Ogledali smo si tudi knjige o našem telesu – roke. V njih je bilo predstavljeno, kako roke izgledajo, ko jih ne umijemo (bakterije) in kako izgledajo, ko roke umijemo. Izvedli smo tudi kemijski eksperiment s poprom, ki smo ga povezali z umivanjem rok. Večkrat smo se tudi igrali z dojenčki in njim umivali roke, pred in po jedi in vsi otroci so usvojili, kako pomembno si je vsakodnevno umivati roke.

Z otroki smo imeli v mesecu maju temo spoznavanja sadja in zelenjave. Temo smo povezali z zgodbo Zelo lačna gosenica. V tem mesecu smo izdelali sadni smotij, iztisnili pomarančni sok, izdelali sadni krožnik v obliki gosenice, skuhalo zelenjavno juho. Sadje in zelenjavo, ki smo jo uporabili smo jo poimenovali, tipali, vonjali, okušali ter jo na koncu tudi oprali. Pri pripravi sadnega smotija so otroci sadje narezali na koščke in pomagali pri zlaganju koščkov v posodo za miksanje. Skupaj smo zmiksali sadje. Ta del jim je bil najbolj všeč, zaradi ropotanja in čudeža, ki se je zgodil, koščki sadja so se spremenili v tekočo zmes. Smotij smo prelile v lončke in vsak otrok je poizkusil svojega. Veliki večini je bil smotij zelo všeč in so ga hoteli jesti še in še. Pri pripravi zelenjavne juhe so otroci zelenjavo narezali na koščke in koščke položili v posodice. Skupaj smo prepražili čebulo in dodali koščke zelenjave. Vsak otrok je vsaj enkrat pomešal zelenjavno juho. Zelenjavno juho smo pojedli v času kosila. Večini otrok je bila juha všeč, dva izmed njih pa sta jo samo poskusila.

V okviru dopoldanske in popoldanske malice so otroci uživali večina sezonsko sadje in tudi zelenjavo ter oreščke in suho sadje. Sadje jim je ljubše kot

zelenjava, a se tudi tu že pozna napredek in vedno pogostejše posegajo tudi po zelenjavi.



Otrokom sva preko celotnega šolskega leta pripravljale različne gibalne izzive, primerne njihovi starosti in gibalnim zmožnostim. Največkrat sva jim pripravili različne poligone z blazin, plezal, grede, ravnotežne poti. Razgibali in ogreli smo se največkrat z oponašanjem gibanja različnih živali (zajec, medved, miška, krava, žaba, kuža, mucek, ptiček...). Otroci so naravnost oboževali bibarijo Medved stopa, ki nas je spremljala celotno šolsko leto in s katero sva opazili tudi velik gibalni napreden otroka na začetku in sedaj na kocu šolskega leta. Radi so imeli tudi žoge, ki so jih spuščali po klančini, jih metali sem ter tja, zadevali cilj,

poskušali ujeti, jih prosto prenašali sem ter tja po igralnici/igrišču. Prav vsi otroci so pri gibalnih dejavnostih pokazali velik napredek.



Z otroki smo preko celotnega šolskega leta vsakodnevno bivali na prostem, tudi če nam vreme ni bilo najbolj naklonjeno. V slabem vremenu smo se gibali na pokriti vrtčevski terasi, kjer sva otrokom pripravili različne poligone, vozili so se z vozili, poganjalci, se gugali na gugalniku, spuščali po toboganu in prosto tekali. Večkrat na teden smo odšli na sprehod po bližnji okolici vrtca, kjer smo opazovali naravo in se razgibali. Dvakrat tedensko smo obiskali vrtčevsko igrišče, kjer so se otroci zelo radi gugali, igrali v peskovniku, vozili s poganjalci, skiroji, samokolnice in se zaigrali z različnimi rekviziti, ki sva jim jih pripravili (opeke iz stiroporja, stožci, obroči, valji, škatle, tulci ipd). Vsi otroci so zelo radi hodili na igrišče.





Z otroki smo preko celotnega šolskega leta, vadili na odvajanju od pleníc. Vsako jutro po zajtrku in pred kosilom smo odšli na kahlice, najmlajši in najstarejši. Nekateri otroci so hitro usvojili, da je potrebno v kahlico narediti "lužico." Ko jim je uspelo so bili nase zelo ponosni in postali so bolj samozavestni. Prebrali smo tudi kratko knjigico: Medo Jaka na kahlici, kjer so otroci videli, kako medvedek kadar ga tišči lulat hitro teče na kahlico. Igrali smo se igro vlog, kjer smo dojenčku dali zapiti vodo, nato pa smo ga odnesli na kahlico in dojenček se je polulal. Otroci so bili nad tem zelo navdušeni. In čisto vsi so radi hodili na kahlico, nobeden ni imel odpora. Do konca šolskega leta sta dva izmed otrok usvojila odvajanje in sedaj nosita samo še spodnje hlače, brez pleničk. Z ostalimi nadaljujemo z odvajanjem.