

# PROGRAM ZDRAVJE V VRTCU

## POROČILO O IZVEDENIH AKTIVNOSTIH ZA KREPITEV ZDRAVJA V ŠOLSLEM LETU 2017/2018

### Navodilo:

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



**Naziv vrtca:** Vrtec Čebelica Šentjernej

**Kraj:** Trubarjeva c. 8, 8310 Šentjernej

**Enota vrtca:** Živ žav

**Naslov enote:** Orehovica 35 b

**Skupina:** Bibe (ime) **starost otrok:** 2-3

### Izvajalki:

- vzgojiteljica: **Tamara Krulec** (ime in priimek)

- pomočnica vzgojiteljice: **Janja Vintar** (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

da  ne

- če da, vpišite številko potrdila

- jesensko izobraževanje

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 2017 / 2018**

<b>Zap. št. naloge</b>	<b>Aktivnosti, naloge, projekti (naslov, opis)</b>	<b>Vsebina</b>	<b>Ciljna skupina (otroci/starši/ posamezniki ...)</b>	<b>Metoda dela</b>	<b>Čas trajanja (v urah)</b>	<b>Zunanji izvajalci</b>	<b>Uporabljeno gradivo in didaktični material</b>	<b>Ali ste pri načrtovanju oz. izvajanju te naloge uporabili informacije z naših izobraževanj?</b>
1	<p>Rojstni dan</p> <p>Poudarek damo predvsem dejavnostim in ne toliko prehrani. Otroci prinesejo slike družine, ki si jih skupaj pogledamo, otrok ob njih pripoveduje. Narišemo mu risbice, rajamo z baloni in zapojemo pesmico. Otroci iz manjšega zdravega posladka sestavijo torto, po lastnem predlogu.</p>	Zdrava prehrana	Otroci	opazovanje, rajanje, demonstracija, pogovor	45 ur	Dovolimo obisk družine na dan rojstnega dne	Baloni, avdio sredstva	da
2	<p>Preprečevanje širjenja nalezljivih bolezni</p> <p>v vrtcu so se pojavile nalezljive bolezni. Ukrepali smo tako, da smo veliko zračili, si pogosteje umivali roke,</p>	Osebna higiena	Otroci, starši	ozaveščanje, pomoč	ob pojavih in določenih mesecih, ko je tega več	ne	ne	da

	opozarjali starše o boleznih na oglasni deski, podali smo navodila ob pojavu nalezljive bolezni . kako ukrepati, večkrat smo tudi preoblačili ležalnike.							
3	<p>Pohodi</p> <p>Z otroki smo izpeljali 4 daljše pohode in vsakodnevne sprehode v naravi. Otrokom smo v knjižice beležili smer pohoda, narisali kakšno risbico in prilepili nalepko, ob koncu pohoda. Na pohode smo odnesli zdravo malico v skupnem nahrbtniku.</p>	gibanje	Otroci	pogovor, zgled	4 krat letno po dve uri, in vsakodnevno dve uri	ne	ne	ne
4	<p>Predstavitev umivanja zob, prailno drgnjenje zobok najprej na zmajčku, kasneje na sebi - Zobozdravstvena služba ( )</p> <p>Vsakodnevno čiščenje</p> <p>Ponoven pregled</p>	zobozdravstvena vzgoja	Otroci	praktično delo, pogovor, demonstracija ,	150 ur	Zobozdravstvena služba - zobotehnična sestra	ne	ne

	zobkov in obnovitev pravičnega čiščenja, zobozdravstvena služba ( )							
5	Sajenje rastlin  Naredili smo dan babic in dedkov, ki smo ga poimenovali Vrtnarski dan. Z babicami in dedki smo ta dan sedili in sjali rastlinice, ki jih bomo ob uspehu ponujali na Eko tržnici	Narava in varovanje okolja	Otroci, babice, dedki	razgovora, demonstracije ,poučevanja, preizkušanja	celo dopoldne	babice in dedki,	ne	ne
6	Medeni zajtrk  V novembru smo izpeljali medeni zajtrk. Takrat dobimo med in mleko lokalnih kmetij in otroke podučimo o zdravem prehranjevanju. V sodelovanju s čebelarji, tisti dan izpeljemo tudi delavnico o čebelarstvu, kjer je otrokom predstavljena celotna pot medu	Svetovni dnevi povezani z zdravjem	Otroci	razlaga, pogovor, opazovanje	celo dopoldne	čebelarji	ne	ne
7	Sprostitutvene dejavnosti  Otroci so bili deležni masaž in drugih	Duševno zdravje	otroci	razlaga, demonstracija , ponavljanje	eno dopoldne in tedensko 15 minut zjutraj	dijakinja 4. letnika	ne	ne

	<p>sprostitutvenih tehnik, v okviru nastopa dijakinje četrtega letnika. Z otroki je ponovila masaže, ki jih uporabljamo med letom in jih naučila eno novo.</p>							
8	<p>Osebna higiena</p> <p>Ker so otroci majhni sva jih morali naučiti primernih higienskih navad - od vihanja rokavov, do temeljitega umivanja, do varčne uporabe brisačk, do učenja pravilnega umivanja rok z demonstracijo, do obnašanja pri mizi in uporabe vljudnostnih izrazov.</p>	Osebna higiena	otroci	demonstracija, razlaga, pogovor, ponavljanje	200 ur letno	ne	da	da
9	<p>Varno s soncem</p> <p>V toplih spomladanskih in poletnih mesecih smo sodelovali v projektu varno s soncem. Podučili smo se kako preprečimo posledice močnih sončnih žarkov, kako se pravilno zaščitimo.</p>	varno s soncem	otroci, starši	praktično delo, uporaba ikt sredstev, pogovor, demonstracija	400 ur			

	<p>Igrali smo se igre s senco.</p> <p>Ustvarjali smo na temo sonca in senc - senčenje s svinčnikom, odtisi dlani in izdelava sonca, Peli smo pesmice o soncu.</p>							
10	<p>Varnost v prometu</p> <p>V mesecu septembru smo izvedli mesečni sklop Promet. Otroci so se spoznavali s prometom v okolici vrtca, se seznanjali s pravilno hojo ob robu cestišča, s pravilnim prečkanjem ceste, se seznanjali s pravilno in varno uporabo poganjalcev, majših skirojev, itd.</p> <p>Veliko smo se pogovarjali tudi o različnih prevoznih sredstvih in kje se gibajo (po zraku, zemlji, tirih itd. ), izdelovali plakate na temo. Puščali sledi s pomočjo valjčkov itd.</p>	Varnost v prometu	otroci	razlaga, pogovor, ponavljanje, uporaba ikt sredstev,	80 ur	ne	ne	ne

11	Otroke redno navajava na to, da ne puščamo preveliko ostankov, da raje rečejo manj in tisto pojedjo, kot pa da bi nam ostajalo na krožnikih. Kruh vedno pojemo do konca, tudi škorijco morajo jesti za zdrave zobke. Pri jedi uporabljamo vljudnostne izraze in pazimo kako sedimo	Zdrava prehrana: kultura prehranjevanja	otroci	pogovor	celo leto	ne	ne	ne

**Opombe:**

**Izvajalke programa:**

\_\_\_\_\_ - vzgojiteljica

\_\_\_\_\_ - pomočnica vzgojiteljice

**Datum poročila: 15.2.2017**