



DEJAVNOSTI NA TEMO ZDRAVJE V VRTCU V SKUPINI BARVICE

Skupina: Barvice

Strokovni delavki: Kristina Česnik in Nuša Rebec

Z otroki smo se veskozi veliko pogovarjali o zdravi prehrani, vendar pa smo enega izmed tedenskih sklopov kljub temu še posebej namenili tej temi. Sprva smo si ogledali prehrambeno piramido in jo dobro preučili, tako da so otroci razumeli, kakšen pomen ima le-ta. Sledilo je razvrščanje hrane na zdravo in nezdravo. Otroci so se pogostokrat tudi igrali v kotičku, imenovanim Kuhinja. Listali so reklamne letake in izrezovali fotografije hrane ter ugotavljali, katera je zdrava in katera nezdrava, na koncu pa so izdelali še svojo prehrambeno piramido, ki so jo nalepili na vidno mesto v igralnici, da si jo lahko ogledajo vsak dan in se spomnijo, kaj je zdravo in kaj ne.



Tudi gibanju smo namenili veliko pozornosti, saj je le-to zelo pomembno, zato sva otrokom skozi celo leto postavljali raznovrstne gibalne izzive in jih spodbujali k reševanju le-teh. Ven smo odšli v vseh vremenskih pogojih, otroke sva spodbujali k plezanju, kotaljenju, prostemu teku, k skokom. Pustili sva jim, da razvijajo motoriko in jih k temu vsakodnevno spodbujali. Prav je, da otroci s pomočjo vodenja razvijajo določene spretnosti. Ko sva jih opazovali na prostem, torej pri ne vodenem gibanju, sva ugotovili, da tako zmorejo veliko več – v primerjavi z vodenim gibanjem –, saj so bili svobodni in so lahko počeli, kar so želeli, pri tem pa spodbujali tudi druge.



Kuhali smo tudi šipkov čaj. Na to idejo sva prišli, ker otroci zelo radi pijejo čaj. Tako smo se v času nabiranja šipka pričeli pogovarjati o jesenskih plodovih, zdravilnih čajih ter o tem, zakaj sploh rečemo, da so zdravilni. Šipek smo si sprva ogledali na fotografijah v različnih literaturah, nato pa tudi v živo. Pogovorili smo se o C-vitaminu in iz literature izvedeli, da ga ima šipek zelo veliko. Pred otroci sva šipek tudi razrezali, da so videli, kako je sestavljen. Sledilo je vprašanje, kje šipek nabiramo in tako smo se odpravili v bližnji gozdček, kjer smo opazovali grmovje in iskali *nekaj rdečega*. Otroci so šipek zelo hitro opazili, nato smo ga skupaj nabrali. Seveda smo pazili na trnje. Nabran šipek sva v igralnici narezali na polovice, otroci so ga razporedili po pladnju in ga postavili na polico. Nastopilo je čakanje, čakanje ... in končno je bil šipek posušen. Sledilo je čiščenje dlačic, ki so ga otroci le opazovali, saj dražijo kožo. Napočil je dan čajanke. Otroci so sodelovali v celotnemu procesu priprave čaja. Šipek so, ko je

bil kuhan, tudi poizkusili in ugotovili, da je kisel. Čaj so si natočili v skodelice, ki so jih prinesli od doma. Posušeni šipek pa smo uporabili tudi kot praznično darilo družinam v mesecu decembru.



Opišite aktivnost (cca 200 besed).

V letošnjem vrtčevskem letu smo imeli tudi veliko obiskov iz zdravstvenega doma, ki so bili namenjeni učenju pravilnega umivanja zob in rok. Ker sva opazili, da si otroci kljub temu rok ne umivajo dovolj pogosto, sva jim želeli, na njim razumljiv način, približati oziroma predstaviti, zakaj je umivanje rok tako pomembno in kaj pravzaprav so bakterije, ki jih pogosto imenujemo kar bacili. Najprej sva izbrali deklamacijo o bacilih, ki jim je bila zelo všeč. Sledilo je učenje umivanja rok na njim zanimiv način, in sicer z različnimi prispodobami. Glavna dejavnost pa je bila igra v krogu. Tu sva uporabili kremo in bleščice. Roke sva si s kremo in bleščicami namazali najprej midve, nato pa sva se rokovali z otroki. Opazili so, da bleščice ostajajo na njihovih rokah. Po razlagi, da tudi bacili na ta način ostajajo na njihovih rokah, so si nekaj časa zelo temeljito umivali roke. Ko so na bacile spet malo pozabili, sva jih z igro na njih zopet opomnili.

V mesecu marcu smo izvajali tematski sklop Zdravniki, saj so za to temo otroci pokazali veliko zanimanja. Sprva smo se o zdravju in o tem, kdaj gremo k zdravniku samo pogovarjali, kasneje pa smo pogovor nadgradili tudi s praktičnimi dejavnostmi ter pravim zdravniškim kotičkom. Namen teme je bil, da otrokom obisk zdravnika približava. V dopoldanskem času sva v skupino povabili medicinsko sestro (mamo deklice), ki nam je zelo podrobno predstavila svoj poklic ter otrokom pokazala različne situacije, v katerih se znajdemo ljudje, ko obiščemo zdravnika (odvzem krvi, inhalacije, infuzija, poslušanje srca, poškodbe ...). Na podlagi teh demonstracij

smo oblikovali kotiček z materialom, ki je otroke zelo navdušil. Želeli so oblikovati čakalnico ter ordinacijo. Vključili sva tudi rentgenske posnetke in na podlagi teh izdelali likovne izdelke. Otroci so ustvarili pravo igro vlog in kotiček je bil v uporabi zelo dolgo. Obiskali smo tudi reševalno postajo, kjer jim je reševalec na zanimiv način predstavil poklic. Veliko smo se pogovarjali o tem, kako lahko bolezni preprečimo in ostanemo zdravi, listali smo literaturo in prebrali več pravljic na to temo.



