



Skupina: Iskrice

Strokovni delavki: Senja Marušič
Romana Petavs

Skupina Iskrice je v tem šolskem letu v okviru Nacionalnega inštituta za javno zdravje sodelovala pri projektu Zdravje v vrtcu. Z načrtovanimi dejavnostmi smo želeli ozavestiti otroke o pomenu zdravja, o varovanju in krepitvi le-tega preko več dejavnosti, ki pokrivajo vsa kurikularna področja. Program smo izvajali preko celega leta, poudarek pa je bil na osebni higieni, naravi in varovanju okolja, ozaveščanju varnosti v prometu, na pomenu zaščite in pravilnega ukrepanja v vročih poletnih dneh. Preko gibalnih aktivnosti smo otrokom predstavili pomen gibanja za naše zdravje. Intenzivneje se je program izvajal v mesecu februarju, ko so otroci spoznavali pomen zdravega načina življenja in zdrave prehrane. V nadaljevanju vam predstavljamo izvajane aktivnosti po posameznih sklopih:

1. tematski sklop: ZDRAV NAČIN ŽIVLJENJA

Tematski sklop smo začeli z zgodbo (*Peter in čudežna jopica*), preko katere so imeli otroci možnost spoznavati zdrave in nezdrave življenjske navade (prehranjevanje, aktivnosti). Vsebino zgodbe smo navezali na spoznavanje o piramidi zdrave prehrane – preko predstavitve plakata (piramida zdravja). Nadalje so otroci od doma prinesli reklamno gradivo s sličicami o hrani, pijači in gibalnih aktivnostih. Sličice so izrezali ter jih uvrstili v ustrezno mesto na plakatu t. i. zdrave piramide. Otrokom smo ponudili tudi delovne liste (iskanje relacij, prepoznavanje in ustrezna označitev zdravih življenjskih navad, prirejanje 1-1) in didaktične igrače (sestavljanka Zdrava piramida). Otroci so si ogledali tudi lutkovni film *Ostal bom zdrav*, po ogledu pa smo otroke spodbudili k reševanju kviza o zdravju – po skupinah so otroci iskali rešitve na zastavljena vprašanja (po vsebini iz lutkovnega filma). Sodelovali so pri družabni igri *Zdrava tombola*, pri kateri je bila njihova naloga pokriti polja (sadje/zelenjava) glede na število pik na kocki. Otroci so se udeležili tudi gibalno-matematične dejavnosti *Ponovi gib*, pri kateri so si morali izmisliti gib telesa ter ga ponoviti tolikokrat, kot je prikazano število pik na vrženi kocki. Preizkusili so se tudi v družabni igri *Pantomima zdravja*, pri kateri so si izmislili zdravo/nezdravo aktivnost ter jo z mimiko telesa predstavili ostalim. Otroci so reševali tudi t. i. zdrave/nezdrave uganke.

V tem sklopu smo organizirali tudi številne zanimive gibalne aktivnosti – tako na prostem kot tudi v telovadnici vrtca.



2. tematski sklop: OSEBNA HIGIENA (bacili)

Otroci so na začetku tega sklopa poslušali zgodbo *Bacil Emil in Rokova bolezen*. Preko zgodbe so spoznavali pot bacilov v naše telo ter se seznanjali s posledicami, ki jih prinesejo bacili v telo. Hkrati so spoznavali preventivne ukrepe zaščite pred vdori bacilov v telo. Vsebina zgodbe je ponujala zanimive iztočnice za nadaljnje delo: otroci so usvajali pesem Bacili (S. Mali); obiskali smo mestno knjižnico, kjer smo si izposodili knjige o bacilih; otroci so sodelovali pri izdelavi plakata Mesto bacilov; izdelali so tudi pihanko z barvnim tušem (bacili). Otroci so preko slikovnega gradiva opazovali bacile različnih oblik ter jih prerisovali na list z obrisom svoje dlani; bacile so risali s pomočjo prsta, namočenega v pšenični in koruzni zdrob; gnetli so slano testo in iz tega oblikovali bacile ter izdelke razstavili v garderobnem prostoru oddelka. Sestavljali so tudi koščke sestavljanke v celoto (motiv – bacili); spoznavali so svetlobni mikroskop ter opazovali pripravljene preparate; reševali so delovni list – urejanje dogodkov v časovno zaporedje (higiena rok); medicinsko sestro so opazovali pri demonstraciji pravilnega umivanja rok ter tudi sami sledili posameznim postopkom.



3. tematski sklop: ZOBOZDRAVSTVENA VZGOJA

Za usvajanje načrtovane vsebine smo otroke motivirali s pripovedovanjem pravljice *Konj Miško pri zobozdravniku* (L. Moreti); otrokom smo predstavili model zobovja ter jih povabili k ogledu demonstracije pravilnega ščetkanja zob. K praktičnemu izvajanju smo povabili tudi otroke ter jih na koncu spodbudili k reševanju delovnega lista – razvrščanje sličic (zdravo/škodljivo zobem). Z otroki smo naredili tudi poskus z jajcem in kokakolo, s katerim smo jim želeli prikazati, kako škodljiv vpliv imajo sladke pijače na naše zobe in kako pomembna je ustna higiena.



4. tematski sklop: VARNO S SONCEM

Preko zgodbe in dramatizacije vsebine zgodbe *Jaka, ki po soncu skaka* so otroci spoznavali škodljivost sončnih žarkov na naše telo ter ukrepe, kako se pred njimi zavarovati; usvajali so pesem Sonce (G. Jakopin), reševali delovne liste (prepoznavanje in označevanje ustreznih sličic), barvali pobarvanko (motivi iz poslušane zgodbe) ter se igrali družabno-matematično igro Vzemi žarek soncu. Otrokom smo predstavili in razdelili tudi knjižice Varno s soncem.



5. tematski sklop: VARNA POT V VRTEC

Otroci so reševali uganke o prevoznih sredstvih; spoznavali so zgradbo in pomen stolpičnega diagrama ter en teden beležili način svojega prihoda v vrtec. Ob diagramu je dnevno potekal pogovor o najbolj varnem, okolju prijaznem in zdravem načinu uporabe različnih prevoznih sredstev; preko zabavne zgodbe *Vilmina prevozna sredstva* so otroci spoznavali uporabnost različnih prevoznih sredstev – risanje z ogljem po pravljici (prevozna sredstva). Otroci so spoznavali pomen in obliko osnovnih prometnih znakov v praksi (na cestišču) ter sličice o prometnih znakih razvrščali v drevesni diagram glede na njihovo obliko. Usvajali so pesem Semafor (B. Oblak), v telovadnici vrtca pa so se udeleževali gibalnih aktivnosti na temo Varno v prometu. Našo skupino je obiskala tudi policistka, ki je otrokom predstavila pomen in načine varnega obnašanja na cesti.

6. tematski sklop: OTROK, NARAVA IN GIBANJE

Na prvem sprehodu v naravo (gozd) so imeli otroci možnost opazovati piktograme o obnašanju v naravi, opazovali so sličice ter spoznavali njihov pomen. Narava je bila naša druga igralnica. Veliko časa smo z otroki preživeli v gozdu, na travnikih in poljih, kjer so sodelovali pri

različnih gibalnih aktivnosti. Nabrali smo kar nekaj naravnega materiala, ki smo ga v vrtcu uporabili za ustvarjanje in igro. Za starše smo v gozdu pripravili tudi dve srečanji, kjer so se skupaj z otroki aktivno gibalno in ustvarjalno igrali.

