

POROČILO O IZVAJANJU PROGRAMA ZDRAVJE V VRTCU



Oddelek: **LUČKE** (2–3 leta)

Vrtčevsko leto: 2018/19

Vzgojiteljica: **Mojca Antončič**, mag. prof. zgod. učenja

Pomočnici vzgojiteljice: **Ana Šabec**, vzg. predšol. otrok, **Nika**

Grželj, vzg. predšol. otrok

V okviru programa Zdravje v vrtcu smo v skupini Lučke zajeli deset aktivnosti: Modri sonček, Izleti na travnik, Osebna higiena, Duda in *flaška*, Plenička in kahlica, Od solate do sladice, Jaz, ti, mi – vsi, Govor, jezik, kultura, Sneg ter Rojstni dan. Pri načrtovanju in izvajanju dejavnosti so bile upoštevane tako posebnosti oddelka kot posebnosti otrok (interes, starost, razvoj in izkušnje otroka, otrokova družina ...).

MODRI SONČEK

V oddelku smo izvajali program Modri sonček. Ker smo želeli, da postane gibanje del našega življenjskega stila, smo *vzeli program za svojega* in posamezno nalogo razširili z dejavnostmi, ki so otroke pripravile na zaključno izvedbo naloge. Dejavnosti so se izvajale preko celega leta, zajemale so naloge na prostem (travnik, igrišče ...) in v vrtcu (igralnica, telovadnica). Pri izvajanju dejavnosti so sodelovali tudi starši oz. otrokova družina.



Slika 1: Naravna oblika gibanja



Slika 2: Vožnja



Slika 3: Igra z baloni

IZLETI NA TRAVNIK

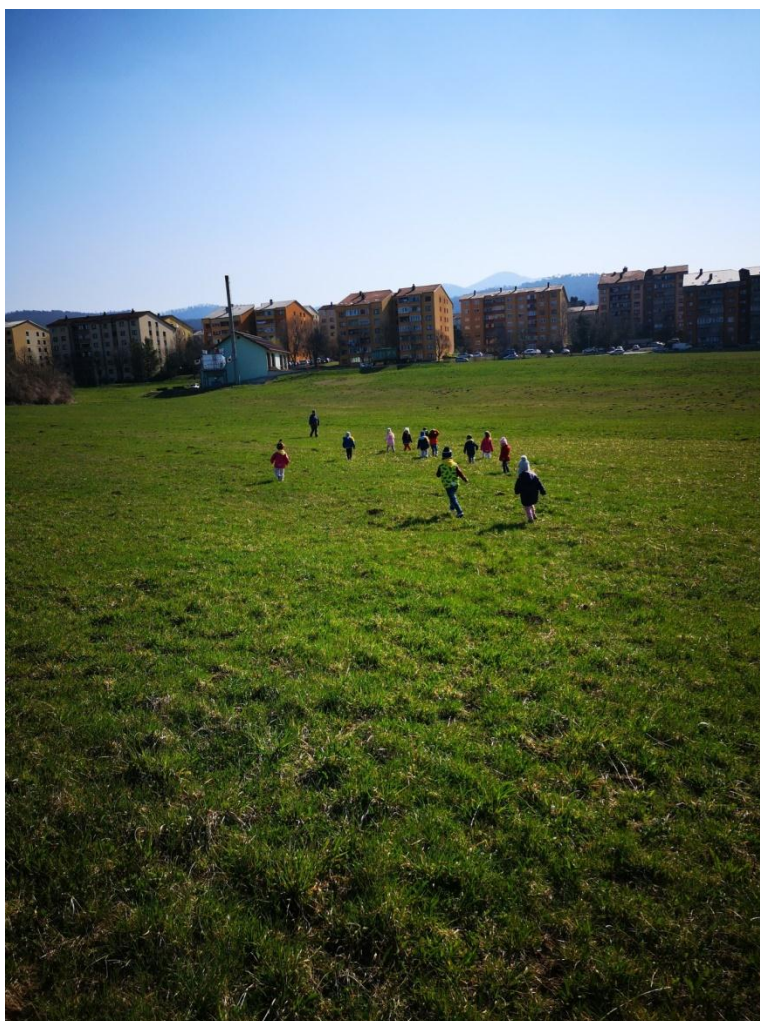
Izleti na travnik so se izvajali v okviru treh programov, v katere je bil vključen oddelek (Zdravje v vrtcu, Gozdna pedagogika in Mali sonček). Otroci v oddelku so vrtec pričeli obiskovati šele v tem vrtčevskem letu in opaziti je bilo težave pri hoji po travniku (čeprav smo naravo pričeli obiskovati v zimskem času, ko je trava posušena). Otroci so po travniku izvajali prve, negotove korake, nekateri so za premagovanje poti potrebovali pomoč odraslega. Po večkratnem obisku travnika so otroci postali kompetentni pri gibanju na neravni površini – tako pri hoji kot pri igri. Od januarja do maja smo izvedli 10 izletov. Starši so bili spodbujeni, da izlet izvedejo tudi v družini.



Slika 4: Izlet na travnik – igra z žogami



Slika 5: Izlet na travnik – uporaba posodic



Slika 6: Izlet na travnik – tek

OSEBNA HIGIENA

V začetku leta so bili otroci pri osebni higieni nesamostojni – vse je namesto njih naredil odrasli. Že od septembra smo strokovne delavke k skrbi za higieno vključevale otroke. Npr.: pri umivanju smo otroku držale roke in mu tako pomagale, da se je umil s svojimi rokami. Po stopničkah je sam splezal na previjalno mizo. Kasneje smo postopno povečevale otrokovo participacijo pri dejavnostih. Ob koncu leta so otroci samostojni pri uporabi kahlice oz. školjke, roke in obraz si umivajo samostojno.

Usmerjani so bili k samostojnem pravilnemu umivanju rok.

DUDA IN FLAŠKA

Pri dvoletnikih sta duda in steklenička razvadi, ki škodujeta otrokovemu zdravju, zato so bili starši na začetku leta seznanjeni, da bomo postopno ukinili ta dva »pripomočka«. Na začetku leta sta bila oba nujna, saj sta otroku pomaga pri prehodu iz domačega okolja v vrtec, v nekaj mesecih pa so vsi otroci prenehali z uporabo (vsaj v vrtcu).

Sprva smo določili prostor, kjer so bile dude in steklenične pospravljene – bil je na dosegu otrokovih rok; otrok je vedel, kje lahko najde svoje stvari. Otroci so jih pospravljali sami. Ko se je pokazalo, da posameznik dude oz. steklenične ne potrebuje, se je oboje umaknilo z dosega otrokovih in mu dudo ali flaško ponudilo po potrebi (npr. pred počitkom). Nazadnje so vsi otroci preživljali dneve v vrtcu brez obojega. Ker se je dude in stekleničke ukinjalo postopoma – v individualnem tempu posameznika, ni bilo opaziti, da bi otroci imeli težave pri opuščanju razvade.

PLENIČKA IN KAHLICA

Ob pričetku leta je bila »suha« le ena deklica iz našega oddelka. Tekom leta smo na kahlico pričeli navajati posameznike in postopno v skupini opustili pleničke. Delo je potekalo individualno – upoštevale smo razvoj in interes posameznika. K sodelovanju smo pritegnile starše – pomembno je bilo, da so se spremembe odvijale istočasno v vrtcu in doma. Ob navajanju na kahlico smo spodbujale tudi samostojnost, otrokove gibalne zmožnosti in orientacijo na telesu (npr. otrok si je po previjanju sam oblekel hlače, pred/po uporabi kahlice se je samostojno pripravil s slačenjem/oblačenjem, če je pomočil oblačila, je sodeloval pri preoblačenju).

OD SOLATE DO SLADICE

Pri obrokih je bilo opaziti, da so otroci použili jed, ki je najbolj ustrezala njihovemu okusu, in ostale jedi pustili. Da bi zaužili čim bolj pestro hrano, smo jim za predjed ponudile jed, za katero smo opazile, da po njej najmanj posegajo (npr. solata). Pri tem je bil zelo pomemben vzgojiteljičin zgled – tudi sama je k mizi prišla z zvrhanim krožnikom solate in jo pričela jesti. V prvih tednih so otroci čakali in gledali vzgojiteljico – šele tedaj, ko so videli, da je vzgojiteljica pričela jesti solato, so pogled usmerili v svoje krožnike in tudi sami pričeli z obrokom. V začetku je nekaj otrok solato le poizkusilo, kasneje je ni jedla le ena deklica, pa še ona jo je večkrat poizkusila. Slaba plat takšnega navajanja na solato je ta, da jo otroci najpogosteje jedo le kot predjed – ko dobijo ostalo hrano, solate ne jedo, tudi, če jo imajo na krožniku.

Na namaze so se otroci navajali postopoma. Nekateri jih pri zajtrku niso jedli in tem so bili namazi ponujeni kasneje – takrat so jih použili skoraj vsi. Ta način spodbude smo uporabljale le v začetku leta, da so se otroci navadili na okus namazov.

Tudi na pitje vode so se otroci navadili postopoma – na začetku uvajalnega obdobja so pili malo sladkan čaj, nato jim je bila ponujena voda in šele kasneje čaj, nazadnje so za žejo vsi pili najbolj zdravo pijačo – vodo.



Slika 7: Sok iz sveže stisnjenih pomaranč

JAZ, TI, MI – VSI

V predšolskem obdobju je pomemben socialni razvoj otrok. Otroci so imeli prosto igro vsak dan – na začetku leta je bila po večini igra individualna ali je potekala z odraslim, kasneje so vedno pogosteje uporabljali socialno igro.

Pogosto se je v skupini izvajalo individualno delo oz. delo v manjši skupini, ostali otroci pa so se igrali in tako imeli priložnost za navezovanje stikov. Tudi na travniku so pri prvih pohodih potrebovali pripomočke (žoge, posode in lopatke za igro z zemljo ...), kasneje so uživali predvsem v interakciji z vrstniki in pri skupnem odkrivanju možnosti, ki jih nudi naravno okolje. Tudi vodene dejavnosti so bile izvajane tako, da so se otroci učili komunicirati v skupini (npr. pogovor ob slikanici v Pravljični sobi, kamor so otroci

odhajali v majhnih skupinah, 4–5 otrok; dejavnosti, ko je posameznik moral počakati krajši čas, da je *prišel na vrsto*).

V sklopu učenja se je godilo tudi učenje otroka od otroka, in sicer v prosti igri, pa tudi pri načrtovanih dejavnostih, ko je otrok opazoval vrstnika in se tako naučil izvajati dejavnost ...



Slika 8: Igra na igrišču



Slika 9: Socialni razvoj otrok

GOVOR, JEZIK, KULTURA

V oddelek je bilo vključenih pet otrok, pri katerih v družini niso uporabljali slovenskega jezika (skupno je bilo vpisanih 14 otrok). Da so se ti otroci dobro počutili in imeli možnosti za optimalen razvoj, je bilo potrebno to dejstvo upoštevati in temu prilagoditi dejavnosti. Sprva smo dejavnosti izvajale tako, da za njih ni bilo potrebno razumevanje jezika, vendar smo kljub temu vse dejavnosti spremljale z verbalno komunikacijo (npr.: otroku smo dale navodilo, da si vzame milo, umije roke, odpre/zapre pipo itd., ob tem pa vse izvedle tako, da smo otroka, čigar materni jezik ni slovenščina, neverbalno usmerjale k izvajanju dejavnosti). Ko je otrok spoznaval razvrščanje, je sedel vzgojiteljici v naročju in opazoval, kako je pri razvrščanju usmerjala njegovega vrstnika – opisu in navodilom je sledila vrstnikova izvedba, napakam pa pogovor in popravek. Pri gibalni urici je gibanje pokazala vzgojiteljica ali otrok iz oddelka. Po nekaj mesecih seznanjanja z jezikom se je pričelo uvajati pravljice (do takrat

smo zgolj opazovali slikanice in se ob njih pogovarjali). Pravljice so otroci spoznavali v majhnih skupinah (4–5 otrok), v Pravljični sobi. Izbrane so bile enostavne slikanice, pri katerih se je otroke seznanilo z zgodbo, ki je bila razvidna iz ilustracij. Vzgojiteljica se je z otroki pogovarjala o zgodbi ob ilustracijah. Sodelovali so vsi otroci – odgovor na vprašanje so lahko pokazali na ilustraciji ali ga povedali. Besedišče iz slikanice je bilo večkrat ponovljeno, da so si ga lahko zapomnili vsi otroci. Izkušnja je izredno pozitivna, saj so verbalno sodelovali vsi otroci – tudi tisti iz tujejezičnih družin ter govorno manj spretni otroci. Otrokov materni jezik je bil upoštevan tudi v projektu S pravljico pod mavrico – starši/družine so dobile tri naloge, ki so jih doma izvedle s knjigami – naloge so bile prilagojene tako, da so jih vsi otroci izvajali v maternem jeziku.

SNEG

Za letošnjo zimo ne bi mogli trditi, da je bila obdarjena s snegom, pa smo kljub temu izkoristili priložnost in se večkrat igrali z njim. Staršem je bilo že na roditeljskem sestanku povedano, da je potrebno otroke primerno obleči, če bo zunaj sneg. Prvi koraki so bili nekoliko negotovi, kasneje pa vse bolj odločni in razigrani. Sneg je bil ravno prav visok, da otrokom ni povzročal večjih težav, potrebno pa je bilo kar nekaj gibalnih spretnosti za gibanje po njem – še posebej, če je posameznik zašel v zamet. Otrokom je nudil veliko razskovalnih možnosti, igre, razvijanje gibalnih sposobnosti, predvsem pa užitka. Tudi priprava na igro na snegu ni bila »kar tako«. Na začetku otroci niso vedeli, kaj bi počeli s kombinezoni, ob koncu zime pa so se jih posamezniki oblekli sami, ostali pa ob pomoči odraslega.



Slika 10: Sneg v igralnici



Slika 11: Prvi sneg

ROJSTNI DAN

Že nekaj let je v našem vrtcu običajno, da se rojstni dan praznuje brez hrane. Prav poseben izziv je poiskati dejavnost, ki je »na kožo pisana« slavljenca, vendar menim, da nam uspeva. Že v prvih tednih smo otroke spoznale tako, da je bila dejavnost za posameznika individualizirana, včasih pa smo imeli tudi malo sreče. Npr. za deklico, ki je rojstni dan

praznovala v začetku leta, ko smo se šele spoznavali in so se otroci uvajali, smo vzgojiteljice načrtovale njen rojstni dan kasneje – a se je zgodilo, da je plesna šola imela svojo predstavitev tisti dan prav pred našo igralnico – slavljenka je plesala, migala, opazovala, se vrtela ... kot še nikoli poprej v vrtcu. Tako smo ta dan izkoristili za praznovanje povsem nenačrtovano. Podobno so se na ples odzvali ostali otroci, vendar nihče tako aktivno kot slavljenka.

Kasneje smo tudi izvedli praznovanje rojstnega dne enega dečka, kjer je njegova *prijateljica* »naročila glasbo« – in nastala je »prava žurka«. Včasih je pomembneje od načrtovanja, da se spontano izkoristi ponujeno priložnost.