



OSNOVNA ŠOLA NAZARJE, Zadrečka cesta 37, 3331 NAZARJE, tel.: 03-839-13-60, fax.: 03-839-13-79, e-mail: os.nazarje@guest.arnes.si, www.os-nazarje.si

**POROČILO PROJEKTA
ZDRAVJE V VRTCU
»POČUTIM SE DOBRO 2«
2020/2021**

Naziv:
Osnovna šola Nazarje,
Vrtec Nazarje,
enota: Šmartno ob Dreti ,
3341 Šmartno ob Dreti

Oddelek: Sončki (3 – 6) in Mehurčki (1 – 3)

Koordinator programa: Janja Kokovnik

Julij, 2021



OSNOVNA ŠOLA NAZARJE, Zadrečka cesta 37, 3331 NAZARJE, tel.: 03-839-13-60, fax.: 03-839-13-79, e-mail:os.nazarje@guest.arnes.si, www.os-nazarje.si

1. PREDSTAVITEV ODDELKA

Vrtec Nazarje obsega 5 oddelkov na centralni enoti in dva oddelka v podružnični enoti Šmartno ob Dreti. Na podružnični enoti se nahajata dva oddelka, ki sta se v letošnjem letu priključila projektu Zdravje v vrtcu, koordinatorica programa za oba oddelka je Janja Kokovnik. V oddelku Mehurčkov je vključenih 14 otrok v starosti 1- 3 let. V oddelku Sončkov je vključenih 21 otrok v starosti 3-6 let. Skupini sta zelo raznoliki, tako po starosti, kakor tudi po interesih, pripravljenosti za delo, spretnostih, skrbi zase in za svojo varnost.

Naš vrtec se nahaja v manjšem kraju, ki ga obkrožajo travniki, gozd in polja. Skrb za zdravje in varnost otrok je ključnega pomena pri aktivnostih, ki se v okviru izpolnjevanja ciljev in nalog kurikuluma, dogajajo med bivanjem v notranjih prostorih in na prostem.

Rdeča nit letošnjega programa Zdravje v vrtcu je bila »Počutim se dobro 2«

Rdeča nit letošnjega izobraževanja zdravje v vrtcu je bila na nek način vpletena skozi naše celoletno delo.

Vizija vrtca: Kar zmorem, naredim sam.

Veliko smo se pogovarjali o zdravju in skrbi zase, kako lahko sami pripomoremo k temu da ohranjamo zdravje. Spoznavali smo smo naštevati kaj vse je pomembno za ohranjanje našega zdravja, smo prišli do teme "počutim se dobro 2". Poleg ustrezne higijene so otroci naštevati še nekaj ključnih stvari, ki nam pomagajo ohranjati zdravje, in sicer to, da se veliko igramo, da se gibamo ter da se zabavamo in predvsem, da tudi počivamo.

Temo smo priključili temi skrbi za zdravje in dobro počutje ter jo vključevali v raznolike aktivnosti.



OSNOVNA ŠOLA NAZARJE, Zadrečka cesta 37, 3331 NAZARJE, tel.: 03-839-13-60, fax.: 03-839-13-79, e-mail: os.nazarje@guest.arnes.si, www.os-nazarje.si

2. Aktivnosti »Počutim se dobro 2«

2.1. »Počutim se dobro 2«

Izdelovali svoje igrače.

V tednu otroka, smo namenili veliko pozornosti igri z nestrukturiranim materialom ter izdelali svoje igrače. Z otroki smo se odločili, da ohranjamo njihove pravice do proste igre in izbiri igre.

Bivali na prostem.

Naš vrtec obkrožajo zeleni travniki, polja in gozdovi, kjer se zelo radi zadržujemo.



Slika 1: Stik z naravo je vpleten v naš vsakdan.



OSNOVNA ŠOLA NAZARJE, Zadrečka cesta 37, 3331 NAZARJE, tel.: 03-839-13-60, fax.: 03-839-13-79, e-mail: os.nazarje@guest.arnes.si, www.os-nazarje.si

Otroci so pridobivali izkušnje, razvijali motorične spretnosti ter iskali rešitve pri mnogih izzivih, ki smo jih vzgojiteljice pripravile v okviru uresničevanja ciljev gozdne pedagogike.



Slika 2: Raziskovanje.

Počivali.

Umirjanje in počitek je ključen za zdrav in ustrezen razvoj otroka. Če je otrok spočit je hkrati tudi bolj zbran in pozoren na dražljaje okoli sebe.

Se smejali.

Vzgojiteljice smo z različnimi aktivnostmi (tetka jesen, pustovanje, gibalni poligoni v igralnicah in večnamenskem prostoru) skozi celo leto omogočali otrokom, da so s svojo odkritostjo, prisrčnostjo in humorjem nasmejali drug drugega in tudi nas.



OSNOVNA ŠOLA NAZARJE, Zadrečka cesta 37, 3331 NAZARJE, tel.: 03-839-13-60, fax.: 03-839-13-79, e-mail: os.nazarje@guest.arnes.si, www.os-nazarje.si



Slika 3: Pustovanje.

2.2. Zdrava prehrana

Z vzgojiteljico sosednje skupine sva naredili načrt kako bi potekala vključitev zdravega prehranjevanja v naš sklop dejavnosti. Obema se je za današnje čase zdela pomembna tema.

Določili sva skupna izhodišča, nato sva izvajali dejavnosti vsaka v svoji skupini. Po končani temi smo naredili skupno evalvacijo in se pogovorili o tem kaj smo se naučili ter si ogledali izdelke posamezne skupine na to temo.

Z otroki smo se najprej pogovorili o tem, kaj oni običajno zajtrkujejo, nato kakšno hrano imajo radi in jim dale nalogo, da o tem vprašajo še



OSNOVNA ŠOLA NAZARJE, Zadrebčka cesta 37, 3331 NAZARJE, tel.: 03-839-13-60, fax.: 03-839-13-79, e-mail: os.nazarje@guest.arnes.si, www.os-nazarje.si

svoje starše. Nato smo naredili graf in se ob njem pogovorili o tem katera hrana je otrokom najbolj všeč, katera staršem.

Naredili smo živilski semafor ter prehransko piramido in iz časopisa izrezovali posamezno hrano ter jo dodajali na plakat.

Pogovorili smo se tudi o pomenu dnevnega ritma in kulturnega ter umirjenega uživanja obrokov, ter si za hrano vzeli malo več časa kot običajno.

Otroke smo spodbujale, da tako počno tudi doma. Od staršev smo dobile pozitivne povratne informacije.



Slika 4: Priprava vitaminskih napitkov.



OSNOVNA ŠOLA NAZARJE, Zadrečka cesta 37, 3331 NAZARJE, tel.: 03-839-13-60, fax.: 03-839-13-79, e-mail: os.nazarje@guest.arnes.si, www.os-nazarje.si

Priprava vitaminskih napitkov z zelišči iz našega zeliščnega Eko vrta.

Obe skupini je v tem času obiskala tudi zobozdravnica in še sama poudarila pomen zdrave prehrane za lepe zobe.

Priprava sadnih solat in nabodal.

2. 3. Gibanje

Gibanje je vsakodnevna aktivnost, saj se zavedamo pomena gibanja z otrokov zgodnji razvoj.

Gibanje je bilo vsakodnevno vključeno v življenje otrok v enoti.

Poleg gibalnih koticov so zaposlene za otroke velikokrat pripravljale gibalne postaje, poligone v prosti igralnici, garderobi, telovadnici in zunaj na prostem.

Otroke smo seznanile tudi z različnimi oblikami telovadbe in joga. Starejši otroci so spoznali različne gibalne igre s pravili (Štorklje in žabe, Lisička kaj rada ješ, Kraljica koliko je ura, Kdo se boji črnega moža...).

Ljudske rajalne igre

Na prvem hišnem aktivu smo zaposlene sprejeli odločitev, da se bomo v tem letu posvetili ljudskim rajalnim igram in otrokom, ki prihajajo iz drugega kulturnega območja, prinesle v vsakdan tudi delček slovenske kulture.

Spoznali smo nekaj zanimivih ljudskih iger, ki so bile primerne tudi za najmlajše. Bela, bela lilija, Rdeče češnje rada jem, Abraham...

Bivanje na prostem

Trudile smo se, da bi otrokom vsakodnevno omogočili bivanje na prostem. Ob sončnih dnevih smo skoraj vse dopoldne preživeli zunaj. Otroci so se igrali na vrtčevskem ali šolskem igrišču, hodili so na



OSNOVNA ŠOLA NAZARJE, Zadrečka cesta 37, 3331 NAZARJE, tel.: 03-839-13-60, fax.: 03-839-13-79, e-mail: os.nazarje@guest.arnes.si, www.os-nazarje.si

sprehode, hodili smo do Palčkovega stola in Palčkove klopi ter se zadrževali ob reki Dreti.

Bivanje na prostem je bilo izvedeno v vsakem vremenu. Uporabljali smo tudi dežnike.



Slika 5: Bivanje na prostem v vseh vremenskih pogojih.

Otroci so zelo izboljšali hojo na daljše razdalje in telesno kondicijo. Poleg gibanja so lahko opazovali naravo v vseh letnih časih in vremenske pojave. Več časa so otroci preživeli zunaj, bolj umirjeni in sproščeni so se vrnili v igralnico. V toplejših dnevih smo bivanje na prostem izvedli takoj po zajtrku. Prav tako je bilo potrebno kar nekaj organizacije glede izvajanja gibanja na igrišču po vrnitvi otrok v vrtce po končani epidemiji.



OSNOVNA ŠOLA NAZARJE, Zadrečka cesta 37, 3331 NAZARJE, tel.: 03-839-13-60, fax.: 03-839-13-79, e-mail: os.nazarje@guest.arnes.si, www.os-nazarje.si

Na sprehode smo hodili z obroči, da se otroci niso držali drug drugega, ampak je bil vmes še obroč. Te smo potem uporabili tudi za igro.

V drugi polovici junija v najmlajši skupini načrtujemo tudi športno gibalno srečanje za starše skupaj z otroki na igrišču šole pri kateri je naš vrtec.

Seznanjanje otrok s športom

V preteklem šolskem letu smo otroke seznanili s kar nekaj športnimi športi. Na šolskem igrišču so se srečali z nogometom in košarko.

Otroci starejše skupine so se lahko preizkusili s poganjalčki in skiroji. Izvedli smo aktivnosti v okviru projekta Mali Sonček.



Slika 6: Uživanje na snegu.

Spremljanje gibalnega napredka otrok



OSNOVNA ŠOLA NAZARJE, Zadrečka cesta 37, 3331 NAZARJE, tel.: 03-839-13-60, fax.: 03-839-13-79, e-mail: os.nazarje@guest.arnes.si, www.os-nazarje.si

Zaposlene smo v okviru formativnega spremljanja otrok, le te ves čas opazovale in beležile njihova močna in šibka področja. Na podlagi tega smo tudi načrtovale pedagoško delo in otrokom ponudili možnost, da svoje gibalne sposobnosti izboljšajo. Prav tako je otroke pri gibanju motivirala nalepka malega sončka.

Hidracija

Otroci imajo ves čas na voljo vrč z vodo in skodelice. Otroci sobv tem letu s seboj dnevno prinašali plastenke z napitkom, vodo ali čajem.

2. 4. Osebna higiena

Z otroki smo se že v januarju v sklopu projekta skrbi za zdravje temeljiteje lotili skrbi za osebno higieno.

Skupaj smo naredili piktograme, ki smo jih nalepili v kopalnico, da imajo otroci vedno možnost se spomniti temeljev osebne higiene.

Pogledali smo si lutkovni film in posnetek na spletni strani NIJZ "čiste roke za zdrave otroke" in še enkrat obnovili potek umivanja rok.

Je pa nekaj težav otrokom predstavljalo brisanje nosov in ravnanje z odpadki, zato smo naredili piktogram še za to in se dogovorili, da drug drugega opozarjamo kako ravnamo z odpadki.

Prav tako smo tej temi ponovno namenili pozornost po vračanju otrok v vrtec po zaprtju zaradi epidemije virusa covid-19.

Vzgojiteljice smo izdelale spomin in druge didaktične igrače, s katerimi so otroci dnevno ravnali in se ob njih tudi pogovarjali.

Otroci so se pozabavali tudi z močjo vetra, ki smo ga povezali s problematiko prenašanja bacilov. Tako so otroci ustvarjali svoje "zdrave umetniške bacile" in jih razstavili staršem.

2. 5. Varno s soncem



OSNOVNA ŠOLA NAZARJE, Zadrečka cesta 37, 3331 NAZARJE, tel.: 03-839-13-60, fax.: 03-839-13-79, e-mail: os.nazarje@guest.arnes.si, www.os-nazarje.si

Pogovarjali smo se o varnem bivanju na soncu ter zaščiti in zato na igrišče ter sprehode odhajali ob zgodnejših urah, s seboj nosili steklenico z vodo in lončke, ter se zadrževali v senci in uporabljali pokrivala.

Otroci najstarejše skupine so se pogovarjali tudi o morju, dopustu, škodljivih vplivih sončenja, hidraciji, zaščiti pred soncem in izdelali čudovite ladjice s katerimi smo okrasili hodnik. Naredili pa so tudi maketo sonca, dežja in oblakov in se pogovarjali o vremenu.

Mlajši so se prav tako zabavali z vremenom in varnem bivanju zunaj, izdelali barčice iz papirja, jih spuščali po vodi in si izdelali pokrivala, ter se pogovorili o tem kako se pred soncem zavarujemo ljudje, živali in rastline.

2. 6. Ureditev gredice z zelišči

Z vzgojiteljicami smo si zastavile kar velik projekt in sicer smo poleg že obstoječega Eko vrta, ki ga urejamo skupaj z otroki iz oddelka Sončki, naredile načrt za pripravo in izvedbo gredice z zelišči ter čutne poti. s pomočjo donatorja BSH Nazarje smo pridobili medovite rastline Meliso, timijan, žajbelj, sivko ter zasnovale gredico z zelišči, ki vključuje tudi čutno pot. Otvoritev gredice bo v jesenskem času.





OSNOVNA ŠOLA NAZARJE, Zadrečka cesta 37, 3331 NAZARJE, tel.: 03-839-13-60, fax.: 03-839-13-79, e-mail: os.nazarje@guest.arnes.si, www.os-nazarje.si

Slika 7: Gredica z zelišči pred vrtcem Šmartno ob dreti, v pripravi.



Slika 8: Končna podoba Gredice z zelišči pri vrtcu Šmartno ob Dreti.