

POROČILO o IZVEDENIH AKTIVNOSTIH

ZA KREPITEV ZDRAVJA V ŠOLSKEM LETU 2019/20



Navodilo:

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

Naziv vrtca: OŠ LENART –ENOTA VRTEC

Kraj: LENART

Enota vrtca: RDEČI VRTEC

Naslov enote: GUBČEVA 3

Skupina: PISANA IGRALNICA 4

Starost otrok: 1-2 leti

Izvajalki:

- vzgojiteljica: **Lidija Kovačec**

Ali ste se v tekočem šolskem letu udeležili izobraževanj,
ki jih je za program Zdravje v vrtcu pripravil NIJZ OE Ljubljana?

- spomladansko izobraževanje - jesensko izobraževanje

ne

da

Če DA vpišite številko potrdila

Če DA vpišite številko potrdila

- pomočnica vzgojiteljice: **Danijela Golob**

Ali ste se v tekočem šolskem letu udeležili izobraževanj,
ki jih je za program Zdravje v vrtcu pripravil NIJZ OE Ljubljana?

- spomladansko izobraževanje - jesensko izobraževanje

ne

ne

Če DA vpišite številko potrdila

Če DA vpišite številko potrdila

Zap. št. naloge: **1**

Vsebina: GIBANJE

Metoda dela: Demonstracija, lastna aktivnost, opazovanje

Zunanji izvajalci: /

Čas trajanja: celo leto

Ciljna skupina: otroci

Uporabljeno gradivo in didaktični material: Majhne pisane žoge, obroči, skrinja, klopce, tanke blazine, palice, obroči v stojalih.

Uporabljene informacije z naših izobraževanj? ne

Delam velike in drobne gibe

Delam velike in drobne gibe - dejavnost omogča otrokom urjenje fine in grobe motorike ter počasno in hitro gibanje. Otrokom sva s sodelavko predvajali glasbo z različim ritmom in hitrostjo, te jim ob njej demnstrirali različne gibe. Spodujali sva jih k plesu. Gibanje ob glasbi, smo nadaljevali tako, da sva jim ponudile različne pripomočke (trakove, kosi svetlih tkanin, časopis...) Otroci so se tako skozi glasbo srečevali z različnimi gibalnimi izzivi: - Z nogami so stopali po tleh v hitrem in počasnem ritmu (otroci so posnemali gibanje vzgojtelja). - Otroci so sotpali po določenem vzorcu; npr. dva hitra koraka in dva počasna koraka. - Igrali smo se igrice, kot so pesmice z gibi rok, ploskanje, zibanje in prestopanje iz noge na nogo, stoja na eni nogi.. - Poskakovanje z otroki tako, da se držimo za roke. - Hoja po gredi za lovljenje ravnotežja; sprva so otroci hodili po njej tako da sva jih držali za roke, kasneje je nekaj otrok poskušalo že samostojno, a so zaradi občutka varnosti vseeno želeli da sva zraven njih. - Kotaljenje žoge naprej in nazaj, na začetku smo kotalili veike žoge, nato smo posopoma prehajali na manjše. Namesto žog smo uporabili tudi avtomobilčke. - Igrali smo se igro lovljenja Pri vseh gibalnih igrah sva otroke sodbujali da nama sledijo. Na začetku jim je gibanje delalo še precej težav, tudi njihova vztrajnost ni bila dolga. Vendar vidiva da otroci vsak mesec postajajo spretnejši in naju lažje posnemajo. V gibanju so vedno bolj ustvarjalni, razvijajo koordinacijo in hitrost.

Zap. št. naloge: **2**

Vsebina: JOGA ZA MALČKE/ ZA DOBRO JUTRO/ ZA LAHKO NOČ

Metoda dela: Pogovor in lastna aktivnost

Zunanji izvajalci: /

Čas trajanja: šest mesecev

Ciljna skupina: otroci

Uporabljeno gradivo in didaktični material: Urška Božič – Joga za otroke

Uporabljene informacije z naših izobraževanj? ne

Joga za malčke/za dobro jutro/za lahko noč

Joga za malčke/za dobro jutro/za lahko noč Dejavnosti: Otrok gleda slikanice namenjene gibanju - jogi primerni za otroke. Otrok poskuša posnemati gibanje v slikanici. Z rokami ponazori sonce, luno, oblake, prisluhne globokemu dihanju. Skupaj z otroki smo enkrat na dan pogledali knjigo joga za otroke. Otroci so opazovali slike v knjigi, gibanje ki ga ponazarja slika, ponovim sama, vendar so me otroci prvih nekaj dni samo opazovali. Po nekaj kratnih ponovitvah so tudi sami začeli ponavljati gibanje za mano. Otroci so po nekaj dnevih vadbe preprostih jogijskih vaj, začeli oponašati gibe, gibe smo poimenovali, tako da so otroci povezali gibe z poimenovanjem le tega, npr. sonce, luna, oblaki... Otroci so po dveh tednih izvajanja istih vaj vzljubili preproste vaje in jih je občasno kdo izmed otrok izvajal tudi sam, med spontano igro. Starši so povedali, da tudi doma pokažejo kakšno vajo. Dejavnost smo nadgradili tako, da sva slike preprostih gibalnih vaj iz knjige (joga za malčke), prilepili na stene igralnice. Otroci so jih sami hodili gledat poskušali so poimenovati gibe in jih tudi sami izvajati. Dejavnost je potekala okrog štiri mesece, večkrat je prišlo do spontanega gibanja otrok ob slikah. Otroci so bili precej samoiniciativni. Sedaj ko otroci že povedo več besed, tudi sami poimenujejo gibanje, ki ga pokažejo.

Zap. št. naloge: **3**

Vsebina: Zdrav način življenja

Metoda dela: Raziskovanje, pogovor, lastna aktivnost, opazovanje

Zunanji izvajalci: navedite kdo (npr. policist, medicinska sestra)

Čas trajanja: dva meseca

Ciljna skupina: otroci

Uporabljeno gradivo in didaktični material: lutke, dojenčki, oblačila, vozički...

Uporabljene informacije z naših izobraževanj? ne

Skrbim za dojenčka

SKRBIM ZA DOJENČKA Namen in cilj ige je bil da se otroci igrajo z dojenčki ter skrbijo zanje. Preko simbolne igre so se vživeli v vlogo staršev. Otroci so imeli na voljo veliko pripomočkov za igro, uredili smo mehki kotiček v katerem so bile škatle, oblačila, dojenčki in odejice. Otroci so dojenčke nosili v naročju ali v vreči narejeni iz šala. Vzpodbujale sva jih, da so dojenčke zibali in jim peli pesmice. Otroci so posnemali moje ravnanje z dojenčki. Dojenčke so hranili se z njimi pogovarjali, kot bi bili pravi, dajali so jih spat in previjali. Poskrbeli smo tudi za voziček, v katerem so jih vozili na sprehode. Pri igri z dojenčki so otroci razvijali svojo domišljijo, bili so nežni in skrbni. Dojenčkom smo prepevali veliko pesmic, pri katerih so tudi otroci začeli pripevati. Nadgradnja dejavnosti je bila, da so otroci preko simbolne igre začeli spoznavati dele telesa dojenčkov. Pomagale sva jim pri prepoznavanju las, oči, nosu, ust,...

Zap. št. naloge: **4**

Vsebina: "Varno s soncem"

Metoda dela: Skupinska metoda, individualna, skupna

Zunanji izvajalci: /

Čas trajanja: poletje

Ciljna skupina: otroci, starši

Uporabljeno gradivo in didaktični material: navedite

Uporabljene informacije z naših izobraževanj? da

Varno s soncem

Otroci so se seznanjali z zaščito pred soncem in preko literature, medijev spoznavali posledice sončenja. Odkrivali in spoznavali so lastnosti sonca (svetloba, toplota, sence in njegov izvor...). Otroci so ustvarjali senco ter se z njo igrali, si ogledali poučne vsebine na spletu - ultravijolični žarki, namestili in opazovali sončno uro, naštevati ukrepe za zaščito pred soncem, poimenovali rekvizite (v vreči presenečenja), se igrali družabno igro Zdravje in muhasto vreme, likovno ustvarjali - Sonce (s pomočjo blaga, temper), izdelovali so legionarsko kapo iz časopisnega papirja, se igrali namizno gledališče Deklica in sončnica, se igrali GI Dan – noč, reševali delovne liste: pobarvanka avanture Žarka, Varno s soncem, križanka Sonce nas lahko opeče, Nariši senco, Poišči sence, Senca, ki pripada predmetu. Z otroki smo opazovali sence v bližnji okolici (predmetov in lastne sence), otroci so razmišljali in naštevati lastnosti sonca: Sonce je... Poslušali in prepevali so pesmice o soncu, se sproščali ob vizualizaciji Sonce ti želi lep dan; se igrali s termometrom - Poletni termometer- merili in beležili so temperature, ugotavljali rezultate, ustvarjali so glasbo na male inštrumente, sestavljali so magnetno sestavljanke Sončen dan. Ob vročih poletnih dneh si bomo pripravili limonado z zeliščnim ledom in se igrali z vodo.

Zap. št. naloge: **5**

Vsebina: Gibanje

Metoda dela: Predavanje, praktično delo, uporaba avdiovizualnih sredstev, pogovor

Zunanji izvajalci: /

Čas trajanja: 1 teden

Ciljna skupina: otroci, starši

Uporabljeno gradivo in didaktični material: Družabne igre, križanke, termometer, sestavljanke, likovni material, delovni listi

Uporabljene informacije z naših izobraževanj? da

Poskočno v nov dan

Poskočno v nov dan Namen in cilj dejavnosti; otrok sproščeno izvaja naravne oblike gibanja, razvijanje ravnotežja. Z otroki smo najprej tekli po igrišču. S pomočjo krpic iz blaga smo se igrali gibalno igro s katero smo si razgibali telo. Skupaj z otroki smo pripravili različne postaje. Otroci so se po svojih zmožnostih vključevali in opravljali različne naloge. Igre sva prilagodile otrokom. Na prvi postaji so otroci tekli med ovirami. Na drugi postaji so otroci poizkušali zadeti koš z žogo. Na tretji postaji so se spuščali po toboganu in preplezali oviro pod toboganom. Na četrti postaji so poizkušali zadeti tarčo na drevesu. Dejavnost je potekala tri dni zapored, da so otroci nove gibalne izzive doživeli in jih premagali.