

ODGOVORI RESPONDENTA

Dobrodošli v spletni anketi. Anketa je pisana v moškem spolu, velja za oba spola. Anketo izpolni koordinator programa Zdravje v vrtcu. Prav tako jo izpolnijo tudi vzgojitelji in pomočniki vzgojiteljev, ki želijo pridobiti potrdilo o sodelovanju v programu Zdravje v vrtcu oz. želijo pridobiti potrdilo za dve točki za napredovanje v nazive. Anketa je aktivna do 31. 7. 2021. Po tem datumu poročanje ni več mogoče. ZA ENO SKUPINO SE IZPOLNI ENO POROČILO. Izpolni ga vzgojitelj ali pomočnik vzgojitelja. Če vzgojitelji oz. pomočniki vzgojiteljev ne bodo oddali svojega poročila, izpolni poročilo o izvedenih aktivnostih koordinator programa Zdravje v vrtcu za celoten vrtec. Za pridobitev potrdil mora v programu Zdravje v vrtcu sodelovati vsaj tretjina skupin iz vrtca. Kontaktni podatki strokovnih delavcev, ki jih boste navedli v anketi bo NIJZ uporabil izključno za potrebe komunikacije med tekočim šolskim letom v okviru programa Zdravje v vrtcu (npr. pošiljanje vabil na izobraževanja, pošiljanje vabil na sestanke, pošiljanje gradiv ...). Hvala za sodelovanje! S klikom na Naslednja stran pričnete z izpolnjevanjem ankete.

Regijski koordinator za vaš vrtec je iz NIJZ OE

[Maribor](#)

Naziv vrtca:

[OŠ RAČE / ENOTA VRTEC PRI OŠ RAČE](#)

Naslov vrtca - ulica in hišna številka:

[GRAJSKI TRG 1](#)

Poštna številka in kraj:

[2327 RAČE](#)

Ime in priimek koordinatorja programa Zdravje v vrtcu v vašem vrtcu v šolskem letu za katerega oddajate poročilo:

[Petra Vodošek](#)

E- naslov koordinatorja programa Zdravje v vrtcu:

(npr. janez.novak@gmail.com)

[vodosek23@gmail.com](#)

Ime in priimek poročevalca:

Nina Zamolo

Anketo izpolnjujem:

vzgojitelj

Ime vaše enote:

Enota vrtca pri OŠ Rače

Ime vaše skupine:

Zvezdice

Starost otrok v vaši skupini:

nižje starostne skupine (od 1-3 leta)

Izvajanje aktivnosti v posamezni skupini (vsaj 3 mesece):

Vzgojitelj: Nina Zamolo, 6-DEC2020/14 (5.2.2021) **Za koliko aktivnosti želite podati poročilo?**

V kolikor želite prejeti potrdilo za sodelovanje v programu morate izbrati in opisati vsaj 3 aktivnosti. nbsp;

za 3 aktivnosti

Navedite vsebino 1. aktivnosti

V kolikor označite drugo obvezno navedite vsebino.

Duševno zdravje

Čas trajanja aktivnosti

v kolikor ste izvajali aktivnost nekaj ur označite ure, v kolikor nekaj dni označite dnevi ...

meseci

Vpišite število:

2

Navedite gradivo in didaktične materiale, ki ste jih uporabili pri tej vsebini:

Marjan Manček Piščanček Pik, G. Friedrich Mit Kindern Gefühle entdecken, čustvenči, merilec počutja,



POROČILO ZDRAVJE V VRTCU

piktogrami za prepoznavanje čustev, socialne igre za razvijanje spodbudnega okolja, kamenčki počutja

Ste pridobljene informacije iz naših izobraževanj uporabili pri vsebini?

da

Navedite metode dela, ki ste jih pri izvajanju aktivnosti uporabljali.

Možnih je več odgovorov

praktično delo (npr. vaje, izdelki, nastopi, športne dejavnosti, pohodi, delo na terenu ...), pogovor, predavanje/razlaga, demonstracija,

uporaba avdiovizualnih sredstev

Navedite za katero ciljno skupino ste aktivnost izvajali.

Možnih je več odgovorov

otroci

Opis aktivnosti (okoli 200 besed):

Ker imamo v skupinah vedno več otrok, ki so si povsem različni, reagirajo različno na določene situacije in imajo različne stiske, sem se odločila, da izvedemo različne dejavnosti na temo duševnega zdravlja, govorimo čim več o svojih čustvih, se povezujemo kot skupina in gradimo dobre vezi, saj je v današnji situaciji (Covid 19), zaradi mehurčkov oz. nedruženja skupin, še kako potrebno. Osredotočila sem se na čustva: veselje, jeza, strah in žalost. Namen in cilj aktivnosti je bil, da otroci izrazijo svoje počutje s pomočjo čustvenčkov (v balone sem nasula kinetični pesek, jih zavezala in okrasila z različnimi materiali kot npr. mehka žička, ki sem jo oblikovala v vesela, žalostna, jezna in začudenca oz. prestrašena usta; za veselje sem uporabila mehke, kosmate materiale, za jezo šumeče, za strah raševino in za žalost kosmato žičko), skušajo dojeti počutje svojega prijatelja v vrtcu, razvijajo empatijo ter skušamo ustvariti spodbudno in ustvarjalno okolje za vse vpletene. Merilec počutja je bil velik plakat kjer so lahko otroci označili oziroma pokazali vzgojiteljici (s premikom puščice oz. kazalca) na počutje, ki ga občutijo v določenem trenutku (ko se npr. skregajo, so žalostni, ko ga prijatelj vdari ali mu vzame igračko pravitko žalost in solze, ko opravi neko nalogo dobro veselje, ko se skupaj igrajo povezani kot celota pravitko veselje, ko pride nova oseba v igralnico strah, ko mi kdo vzame igračo jeza, itd.). Na piktogramu smo enako prepoznavali svoja čustva: pod sliko veselega otroka, smo v situaciji, ki je prinesla veliko veselja in smeha izobesili vesel obrazek, pod

žalostnim obrazom deklice ali dečka, smo v situaciji, ko nas je kdo razžalostil, izobesili žalosten obrazek, pod sliko prestrašenega otroka, obraz za strah in jeznega otroka, obraz za jezo, ko je bilo le to čustvo izzvano. Skozi celoten mesec smo se igrali tudi socialne igre za razvijanje spodbudnega in ustvarjalnega okolja. Npr.: igra - s tipom ugotovi počutje (ker so otroci še majhni, nismo zavezovali oči temveč sem uporabila čarobno vrečo v kateri se je skrival določen čustvenček, za katerega so otroci poskušali ugotoviti kateri izmed naštetih je, po otipu). Tukaj je bilo veliko smeha in pove-zovanja. Naslednja igra je bila kamenček v moji roki (na različne kamenčke sem narisala različne vzorčke, ki so predstavljali določeno čustvo; npr.: na kamenček veselja srčke, na kamenček žalosti solzice, za kamenček strahu kroge ter za kamenček jeze strele, grom. Če se je otrok odločil za ka- menček s srčki, je bil vesel in lep, ni ga bilo težko držat v roki. Ko je pogledal na kamenček žalost, solze, ni bil kamenček nič več lep in težko sem ga zadržal v roki, najraje sem ga vrgel kar v stran itd. To je bila zelo zahtevna igra, ki sva jo igrale z veliko razlage in opisovanja naših čustev, branja pravljic (Piščanček Pik), opazovanja slik ter kartic na katerih so izražena različna čustva otrok. Ker je bilo na začetku veliko stisk in joka, sem se odločila, da dejavnost podaljšam in izvajam dlje časa, saj menim, da se je potrebno vsakodnevno pogovarjati o naših čustvih za dobro počutje in zdravo duševno stanje. Otroci so čustvenčke dobro sprejeli in so se z njimi igrali tudi kasneje, ko smo imeli lutkovno predstavo na to temo. Tudi bolj občutljivi so postali drug za drugega, povedo kaj je lepo in kaj se ne sme, opazijo kdaj je komu težko in ga potolažijo, pobožajo. Opazila sem tudi, da lažje izrazijo svoja čustva in opazijo stisko pri drugem.

Navedite vsebino 2. aktivnosti

Gibanje

Čas trajanja aktivnosti

v kolikor ste izvajali aktivnost nekaj ur označite ure, v kolikor nekaj dni označite dnevi ...

meseci

Vpišite število:

9

Navedite gradivo in didaktične materiale, ki ste jih uporabili pri tej vsebini:

Razvojni koraki, Kurikulum za vrtce, Gibanje telesno dejavni vsak dan, Ples v vrtcu, obroči, plastične uteži, tuneli, čutne poti, trakovi, stožci, keglji, žoge, kolebnice, mehke žogice, blazine, igrala, itd.

Ste pridobljene informacije iz naših izobraževanj uporabili pri vsebini?

www.1ka.si 4

da

Navedite metode dela, ki ste jih pri izvajanju aktivnosti uporabljali.

Možnih je več odgovorov

praktično delo (npr. vaje, izdelki, nastopi, športne dejavnosti, pohodi, delo na terenu ...), pogovor, predavanje/razlaga, demonstracija

Navedite za katero ciljno skupino ste aktivnost izvajali.

Možnih je več odgovorov

otroci

Opis aktivnosti (okoli 200 besed):

Potreba po gibanju in igri, sta dve osnovni in najpomembnejši otrokovi potrebi. Gibalni razvoj je v ospredju predvsem v prvih letih življenja in poteka od naravnih in preprostih oblik gibanja do sestavljenih in zahtevnejših dejavnosti. Predvsem malčki si skozi igro pridobivajo raznovrstne gibalne izkušnje, ki jim prinašajo veselje in zadovoljstvo. Obe, vzgojiteljica kot tudi pomočnica, sva se trudili, da smo bili aktivni vsak dan v mesecu skozi vse leto. Mesec september je uvajalen mesec in je pri malčkih težje, kasneje pa, ko se navadijo, je potekala naša rutina zelo spontano in aktivno. Kolikor nam ni zagodla korona, in ta čas, ki smo ga preživeli skupaj, smo vsako jutro, telovadili brez ali z rekviziti na izbrano otroško glasbo (Romana Kranjčan in Alenka Kolman - ti dve zgoščenci sta jim bili v največje veselje in zadovoljstvo). Ker si v času korone nismo smeli umivati zob, smo si vsak dan ob pesmici Biserni zobki, umili zobke kar s plesom in gibanjem rok (nakazovanjem zobne ščetke, ki se premika po naših ustih). Sproščeno smo se gibali po celotni igralnici, z obroči vozili avto na pesmico Moj rdeči avto hupo ima itd. Ker smo tudi kot celotni vrtec vključeni v Fit pedagogiko, sva se trudili, da otrokom približava dejavnosti skozi gibanje. Tako smo vsako novo snov (npr.: živali na travniku - skopirale na nalepke, le te nalepke živalic smo nalepili na balone, se z njimi igrali, se gibali po prostoru in širili besedni zaklad med spraševanjem katera živalica se skriva na katerem balonu; vsakič, ko je balon počil smo poskočili v zrak; ko smo razvrščali živali na kmetiji in živali v divljini kot tudi živali v morju, smo se gibali po celotni igralnici in slike odlagali na določeno mesto - kmetija, divjina, morje; skratka vse dejavnosti sva skušale približati otrokom skozi gibanje in ne sedenje ter poslušanje). S poslušanjem različnih zgoščenk in uporabo ikt sredstev, smo veliko pre- plesali in se nasmejali. Ples in pesem sta v tem obdobju najpomembnejša faktorja, ki jih takoj pritegneta in zbudita veliko zanimanja. Ker sem sama učiteljica tujega jezika, smo skozi gibanje,

www.1ka.si 5



POROČILO ZDRAVJE V VRTCU

naključno štetje v tujem jeziku, korakali, hodili po stopnicah, čez različne ovire in se pri tem učili tako tujega jezika kot se zabavali in se gibali. Vsakodnevno skušamo biti optimalno telesno aktivni ter skušamo čim več časa prebiti tudi na svežem zraku, na igralih, na travniku med igro z žogami, na sprehodu v

naravo, na poučnih sprehodih po pločniku z bibo itd. Dele telesa smo spoznavali preko dveh pesmic slovenske in nemške ter se pri tem vsak dan razgibali ob različnih priložnostih (pred, po zajtrku, pred kosilom, po počitku). Izvajali smo tudi veliko sprostitev dejavnosti in prispevali h krepitvi celega telesa. Veliko smo uporabljali rekvizite, ki jih imamo na razpolago v vrtcu in so bili velika popestritev pri našem gibanju. Naši skupini je bila najbolj všeč čutna pot, tuneli in obroči. Ti rekviziti so bili tudi naša stalnica, saj smo se jih posluževali z veliko veselja kot seveda tudi drugih.

Navedite vsebino 3. aktivnosti

V kolikor označite drugo obvezno navedite vsebino.

Zdrav način življenja

Čas trajanja aktivnosti

v kolikor ste izvajali aktivnost nekaj ur označite ure, v kolikor nekaj dni označite dnevi ...

meseci

Vpišite število:

1

Navedite gradivo in didaktične materiale, ki ste jih uporabili pri tej vsebini:

Zakaj je palčka Skakalčka bolel trebušček, Rok si sam čisti zobke, izobraževanje - Krepitev zdravja in energije - Gozdni vrtec, slikovni material, slikanice, didaktične igre (zobozdravnik), majhna ogledala, material, ki ga najdemo v naravi, lutke, sestavljanke

Ste pridobljene informacije iz naših izobraževanj uporabili pri vsebini?

da

Navedite metode dela, ki ste jih pri izvajanju aktivnosti uporabljali.

Možnih je več odgovorov

praktično delo (npr. vaje, izdelki, nastopi, športne dejavnosti, pohodi, delo na terenu ...), pogovor, predavanje/razlaga, demonstracija

www.1ka.si 6



POROČILO ZDRAVJE V VRTCU

Navedite za katero ciljno skupino ste aktivnost izvajali.

Možnih je več odgovorov

Opis aktivnosti (okoli 200 besed):

Zdrav način življenja smo povezovali z vsemi področji in različnimi dejavnostmi in aktivnostmi. V bistvu to počnemo skozi vse leto, vsak dan pazimo na zdravo prehrano, osebno higieno, zobozdravstveno vzgojo, dobrim počutjem, sproščujočimi igrami in podobno. Ker je zelo pomembno kako se prehranjujemo, sva velik poudarek dajali na pravilen odnos do škodljivih navad in razvad, na pravilno in kulturno prehranjevanje (pomen zajtrka, kosila, malice tudi večerje doma). Vsak dan smo pridno počakali na zajtrk in malico, se trudili da smo z zajtrkom, malico in kosilom pričeli šele takrat, ko smo si zaželeli dober tek, se trudili poskusiti raznovrstno hrano ter predvsem veliko sadja in zelenjave. Tudi rojstne dneve smo praznovali po načelu zdravega vrtca, brez sladkarij. Velik pomen smo dali na pripravo svežega sadja na poseben način. Skupaj z drugo skupino našega vrtca smo skrbeli za jagode, jih pridno zalivali ter si pripravili slastne palačinke s sadjem. Tudi sadne kupe nam niso bile tuje. Ker je zelo pomembno kako si umijemo roke pred vsakim obrokom, smo veliko pozornosti namenili umivanju rok na pravilen način, ki je bil podprt z veliko slikovnega materiala v naši umivalnici. Na to tematiko smo se veliko tudi pogovarjali, si ogledali kratki film oz. risanko. Trudimo se skrbeti za osebno higieno, navajamo se na stranišča ter na to temo preberemo tudi pravljico - Grem na kahlico. Ker si va času korone nismo smeli umivati zob, smo si vsako jutro prepevali pesmico Biserni zobki od Alenke Kolman, zgoščenska Zapoj in zapleši se pri tem gibali in plesali. Igrali smo se igro pri zobozdravniku z lutkami, igro zobozdravnik, kjer je v velika plastična usta vsak izmed otrok iz belega plastelina izdelal svoj zobek, vanj zvrtil luknjico in jo zamašil s plastelinom rdeče barve. Tako smo opozarjali na perečo tematiko - pravilno čiščenje zobk, da ne pride do zobne gnilobe. Velik poudarek dajemo na pitje vode in nesladkanega čaja. Pogovarjamo se tudi o razvrščanju odpadkov, likovno ustvarjamo na to tematiko, beremo pravljice, obiščemo zbiralni otok odpadkov v našem kraju ter se pogovarjamo o grdih razvadah in metanju odpadkov na pravilna mesta, v koše in kontejnere, različne kante za smeti. Na to tematiko se igramo tudi različne didaktične igre kot je razvrščanje odpadkov. V zdrav način življenja vključujemo tudi naše izobrazbe na temo krepitev zdravja in energije - gozdni vrtec. Z najmlajšimi se igramo in sproščamo na travniku, v gozdu, uživamo v naravi. Igramo se z naravnimi materiali, ki jih najdemo v gozdu. Spodbujamo starše in otroke, da gredo čim večkrat skupaj na sprehod v gozd in od tam kaj prinesejo letnemu času primerno. Se učimo spoštljivega ravnanja do narave in živali. Si nabiramo pozitivne energije v gozdu, se sproščamo med raziskovanjem gozda, smo ustvarjalni in nabereemo različnega materiala za likovne delavnice, katere različne izdelke tudi v vrtcu razstavimo.