VRTEC PRI OSNOVNI ŠOLI ŽIROVNICA

ZABREZNICA 4

4274 ŽIROVNICA

**ZAKLJUČNO POROČILO O IZVEDBI PROJEKTA ZDRAVJE V VRTCU**

ŠOLSKO LETO 2019/2020



IZVAJALKE PROJEKTA: POROČILO ZAPISALA:

Strokovne delavke vrtca Tjaša Reškovac,dipl.vzg.

Zabreznica, 30.6.2020

V projekt Zdravje v vrtcu so bili vključeni otroci vseh 8 skupin, torej tako otroci prvega kot drugega starostnega obdobja. Dejavnosti smo izvajale strokovne delavke po skupinah ter jih prilagodile starosti otrok. V našem vrtcu sta 2 skupini 1.starostnega obdobja, 2 skupini 2.starostnega obdobja (predšolski otroci) in 4 kombinirane skupine.

Projekt ZDRAVJE V VRTCU je celoletni projekt NIJZ v katerega je vključen tudi naš vrtec.

V letošnjem letu je rdeča nit projekta POČUTIM SE DOBRO. Pozornost pa namenjamo tudi pomenu zdrave prehrane v obdobju otroštva, GIBANJU in pa MEDGENERACIJSKEMU sodelovanju.

»Dober dan. Kako si?« so pogosto prve besede, ko srečamo znano osebo. Morda nas to resnično zanima, morda pa ne vemo kaj bi drugega rekli. Kakorkoli, pričakuje se odgovor. » Dobro.« Pa je to res? Ali sploh vemo, kako se počutimo? Smo dovolj pozorni, čuječi, da prepoznamo svoja čustva, da vemo, kaj določa naše počutje, kaj je za nas pomembno in kaj nas izpolnjuje?

Še toliko bolj pa je dobro počutje pomembno za otroke, saj se v otroštvu formira osebnost ter postavljajo temelji za celo življenje. Bolje kot se otrok počuti, boljše možnosti ima, da se razvije v zadovoljnega in kompetentnega človeka.

Današnji (moderen) način življenja nas sili v hitenje, potrošništvo, tekmovaje,... in nas hkrati odtujuje od vsega dobrega - od sebe, od svojih bližnjih in od tistih stvari, ki nas delajo človeške, nas notranje izpolnjujejo in bogatijo.

Če hočemo svoje počutje izboljšati, ga moramo najprej prepoznati, o tem razmišljati, kaj preveriti in se o tem pogovarjati. Na posamezne otroke pozitivno vplivajo zelo različni dejavniki. Ob spoznavanju le teh lahko skupaj z otroki lahko ugotavljamo razlike in drugačnosti ter razvijamo tolerantnost.

Predšolsko obdobje pa je tudi obdobje temeljnega gibalnega razvoja. Otrokov organizem je prav takrat namreč izpostavljen vplivom okolja. Ustrezne gibalne dejavnosti, ki naj bi potekale skozi igro, so v predšolskem obdobju ključnega pomena za otrokov gibalni in funkcionalni razvoj, poleg tega vplivajo tudi na otrokove spoznavne, socialne ter čustvene sposobnosti in lastnosti (Videmšek in Visinski, 2001).

Igra otroku pomaga premagati oviro, ki je zanj brez igre nepremostljiva, omogoča mu različne realizacije istih problemov, zagotavlja motivacijo za delo in je zato v organiziranih oblikah vadbe nepogrešljiva. Gibanje skozi igro je lahko tudi poučno,če odrasli igro organizira tako, da jo ustrezno povezuje z drugimi področji. Otroci ob tem spoznavajo nove stvari in utrjujejo že osvojena znanja.

Tisto, kar otrok zamudi v zgodnjem otroštvu, kasneje žal ne more nadoknaditi, zato je ena temeljnih nalog staršev in vrtca, da otroke spodbuja k različnim dejavnostim. Glede na pomen, ki ga ima gibanje v otrokovem razvoju, je nujno že v otroštvu ustvariti pozitiven odnos do gibalnih dejavnosti.

Prav tako je s prehrano pri predšolskih otrocih. Večina jih preživi v vrtcu dve tretjini svojega aktivnega časa, zato z vso odgovornostjo in strokovnostjo pripravljamo prehranjevalni program za posamezno starostno obdobje.

Pomembno je, da se v tem obdobju oblikujejo ustrezne prehranske navade, da otroci osvojijo čimveč prehranskega in ustvarijo pozitiven odnos do zdravega načina prehranjevanja, kar je pomembno za kasnejša življenjska obdobja. Z uravnoteženo prehrano, ki ustreza potrebam otrok, pripomoremo k skladni rasti in razvoju ter dobri psihofizični kondiciji otrok. Zvišujemo splošno odpornost organizma in ustvarjamo zdravstveno preventivo pred nastankom bolezni.

**Dejavnosti** projekta Zdravje v vrtcu se prepletajo z dejavnostmi, s katerimi so povezani cilji našega vrtca v tem šolskem letu: GIBANJE V NARAVI, GOZDNI VRTEC (NARAVA, GOZD KOT GIBALNI UČNI PROSTOR) in pa SODELOVANJE VRTCA S STAREJŠIMI GENERACIJAMI.

V ospredje smo postavili nekaj ciljev:

- oblikovanje vrtčevskega okolja, tako da imajo otroci možnost vsakodnevnega gibanja,bivanja v naravi

- delovanje v smeri zmanjševanja nastanka bolezni

- otroke preko igre spodbujamo k zdravemu prehranjevanju in pokušanju različnih okusov hrane

- vrtec kot povezava med generacijami v naši skupnosti

- otroci preko različnih dejavnosti, aktivnosti oz. okoliščin spoznavajo svoje počutje in zaznajo razlike ob različnih priložnostih

Dejavnosti na temo ZDRAVJE v tem šolskem letu:

1.ZDRAVA PREHRANA (kot vsako šolsko leto)

Otroci imajo ves čas na razpolago vodo. Za dopoldansko malico imamo sveže ali suho sadje. Vrtec ima svoj zelenjavni, sadni in zeliščni vrt, ki ga urejamo skozi celo leto. Med počitnicami bomo pridelke pobirali iz vrta in jih odnesli v kuhinjo, kjer nam bodo pripravili okusna kosila. Tudi letos bomo pobrali krompir iz njive, ga sami pripravili in spekli- to je del našega projekta z naslovom Naj delo na vrtu postane veselje.

2. KOLESARČKI

Otroci se s štirikolesniki popeljejo po poligonu in ob tem spoznavajo prometno vzgojo. Spoznavajo osnovne prometne predpise na zabaven in igriv način. Naučijo se pravilno prečkati cesto, spoznajo semafor in izvedo kako pomembna je uporaba čelade. Kolesarčke smo izvedli ob tednu otroka.

**Za varnost v prometu so v mesecu oktobru poskrbeli policisti in SPV s postavitvijo poti, po kateri smo se vozili s “kolesarčki”…**

3.TRADICIONALNI SLOVENSKI ZAJTRK

Ta dan nas v vrtcu obiščejo čebelarji. Otroci iz vrtca zajtrkujejo kruh,med, mleko, maslo in jabolka lokalnih pridelovalcev. Cilj tega projekta je osveščanje otrok o pomenu doma pridelane hrane in o pomenu zajtrka kot pomembnega dnevnega obroka za zdrav način življenja in prehranjevanja.

4. SVETOVNI DAN HOJE

Ob svetovnem dnevu hoje, smo se po kratkem kulturnem programu pred našo šolo kjer smo se zbrali, s članicami društva Zdrav življenjski slog (medgeneracijsko povezovanje), udeležili daljšega sprehoda. Vsaki skupini otrok našega vrtca se je pridružila po ena članica društva in skupaj smo se odpravili na sprehod v okolici vrtc

5.POČUTIM SE DOBRO

V ta sklop smo lahko vključili kar nekaj dejavnosti našega vrtca.

\*Dejavnosti v tednu otroka: nastop čarodeja v športni igralnici za vse otroke, filmsko gledališče (igra vlog) v prostoru za umirjanje – po dve skupini skupaj, daljši sprehodi – (druženje s prijatelji ) – po dve skupini skupaj, ples in peka palačink, dan otroških želja in igra po želji otrok pod sloganom “Otroštvo je osnovna pravica otroka”

\*Predstavo z naslovom Ples v zabojnikih, v izvedbi dijakinj 4.letnika predšolske vzgoje.

\*Druženje, ustvarjanje in učenje ob prihodu tetke Jeseni, ogled predstave Razbita buča za najmlajše.

\*ustvarjalne delavnice in koncert z naslovom Sneženo kraljestvo v decembru.

\*predstava dijakinj na praksi z naslovom Snežinka z napako in obisk dedka Mraza ( v tem času se je naš vrtec spremenil v domovanje dedka Mraza). Obiskali smo lahko njegovo pisarno, se fotografirali na njegovih saneh, opazovali jelenčke na stopnišču, v njegov velik nabiralnih pa oddali svoje pismo.

\*Dejavnosti ob tednu kulture:Otroci vrtca so preko različnih dejavnosti pred državnim praznikom spoznavali Slovenijo preko interaktivnega zemljevida, himne, zastave, grba, Franceta Prešerna, obisk Miškinega gledališče s predstavo Zvezdana in Zvonko v cirkusu. Ob glasbi, s pemijo, plesom in dobro voljo, smo pričarali modro nebo z Zvezdico zaspanko;igra z naslovom Mali potepuh učenk naše šole, ki obiskujejo Malo gledališko skupino.

# \*obogatitveni program vrtca- planinski izleti za otroke starejše od 4 let

6. FIT4KID

Še vedno izvajamo in smo vključeni v program Fit4kid.Tudi to je celoletni projekt, ki ga izvajajo vse skupine vrtca v različnih oblikah, ki so lahko: izleti, ljudske igre, gibalne minutke, fit hidracija, vadbene urice, fit aktivno igrišče... Skupine se med seboj povezujejo, vzgojiteljicepripravijo dejavnost in jo izvedejo v drugi skupini.

7.TRAJNOSTNA MOBILNOST

V šolskem letu 2019/2020 se je vrtec vključil v projekt Trajnostne mobilnosti. Pri igri Beli zajček bodo aktivno sodelovali 3 kombinirani oddelki in 1 oddelek 4 do 5 letnih otrok. Skupaj 81 otrok. Ostale skupine pa bodo prav tako izvajale dejavnosti s cilji trajnostne mobilnosti.

Osnovni namen je ozavestiti otroke in njihove starše o pomenu hoje, kolesarjenja in uporabe javnega prevoza v vsakdanjem življenju.

Do konca šolskega leta bomo sledili ciljem:

* spreminjanju potovalnih navad otrok,
* zmanjševali motorni promet v okolici OŠ in vrtca,
* spodbujali gibanje otrok,
* krepili zdravje otrok.

8.KORONAVIRUS – kako smo se z njim spopadli?

Naš vrtec spada pod osnovno šolo zato smo se z novico o koronavirusu »spopadli« skupaj s sodelavci iz šole. Ko so v medije prišle novice o virusu in potem navodila s strani pristojnih organov smo takoj pričeli z ukrepi. Že pred uradno razglasitvijo smo otroke v vrtcih seznanili s koronavirusom-otroci so veliko vedeli že od doma. V vrtcu smo poostrili ukrepe glede higiene – umivanja rok,... Naučili smo se »posebnega-pravilnega »umivanja rok preko slik ipd. Odvisno od starosti skupine otrok.

Ravnateljica je sklicala posebno skupino- skupino za koordinacijo aktivnosti v času možnosti okužb s koronavirusom. (SKAKV) Ta skupina, v kateri sem vključena tudi jaz kot članica je s skupnimi močmi pripravila NAČRT ZAGOTAVLJANJA KONTINUIRANEGA DELOVANJA V OSNOVNI ŠOLI ŽIROVNICA V ČASU POJAVLJANJA OBOLENJ S KORONAVIRUSOM (SARS-CoV-2019). V tem načrtu smo strnili vsa potrebna ukrepanja v času takrat še morebitne pandemije virusa. O načrtu so bili obveščeni vsi zaposleni šole in vrtca, vsi učenci in starši. Konec februarja je bil sklican tudi svet šole in svet staršev na katerem je bil koronavirus tudi točka na dnevnem redu. Konec februarja smo obvestili starše o prepovedi nošenja igrač in drugih predmetov od doma. Otrocih predšolskih skupin so prekinili z umivanjem zob. Na vhod smo namestili razkužila. Dogovorili smo se o prostoru, ki bo služil kot izolacijski v primeru suma na okužbo s covid-19. V tem prostoru so bila zagotovljena tudi zaščitna sredstva-rokavice, maska, razkužilo ter navodila kako ukrepati. Natisnili smo imenik s telefonskimi številkami staršev, ki je bil na voljo v tem prostoru. V vse umivalnice smo namestili plakate o pravilnem umivanju rok in kako ravnati ob kašljanju.

Poleg omenjenih tematskih dejavnosti smo vsak dan in ob vsakem vremenu na svežem zraku. Hodimo na krajše in daljše sprehode ter izlete v okolici vrtca, na polje in v gozd. V nekaterih skupinah imajo jutranje razgibavanje, v drugih minuto za zdravje, brain gym, vadbene urice, tek v naravi … Vsaka skupina ima 1x na teden možnost obiska baletne dvorane, ki se nahaja v šoli in pa športne igralnice, ki jo imamo na voljo v vrtcu. Vključeni smo tudi v gibalno-športni projekt Mali sonček. Starejše skupine so si ogledale cd Skrb za zdrave zobe (skupaj z zobno asistentko) in Dobili bomo dojenčka.