



Vrtec Lendava Lendvai Óvoda
Župančičeva 5 - Župančič utca 5.
9220 Lendava - Lendva



Tel.: 00386 2 57 88 670,
Fax: 00386 2 57 88 671



<http://www.vrtec-lendava.si>,
e-pošta: vrtec.lendava@guest.arnes.si

Zaključno poročilo ZDRAVJE V VRTCU

VRTEC: Vrtec Lendava – Lendvai Óvoda

ENOTE: DE Dolga vas, DE I Lendava, DE II Lendava

ŠOLSKO LETO : 2016-2017

STROKOVNA DELAVKA: Sabina Horvat, izvajalka dodatne strokovne pomoči

STAROST OTROK: 2 leti 10 mesecev, 5 let, 6 let 2 meseca

V šolskem letu 2016-17 smo poskušali vsebine programa Zdravje v vrtcu približati tudi otrokom v sklopu ur dodatne strokovne pomoči, ki so jim dodeljene z odločbo o usmeritvi. Pri dejavnostih smo v ospredje postavili skrb za zdravje otrok. Spodbujali smo gibanje, uživanje zdrave prehrane in se pogovarjali o zdravju, skrbi za zdrave zobe in drugih vsebinah.

Rdeča nit programa Zdravje v vrtcu v šolskem letu 2016-17 je »Rojstni dan«. V našem vrtcu otroci rojstne dneve praznujejo ob torti iz sadja in brez sladkarij. V nekaterih oddelkih si slavljeneec lahko izbere socialne ali gibalne igre, ki se jih bodo ta dan igrali, spet v drugih oddelkih mu otroci ali strokovne delavke zaigrajo priljubljeno lutkovno ali gledališko igro ipd.

Cilji, ki smo si jih zadali:

- otrok spoznava, da mu uživanje različne zdrave hrane, telesne vaje in počitek pomagajo ohranjati zdravje;
- otrok pridobiva navade o negi telesa;
- otrok spoznava, kako se lahko varuje pred boleznimi in škodljivimi snovmi;
- otrok spoznava, da na njegovo zdravje vpliva okolje in on sam.

Cilje smo dosegali preko gibalnih dejavnosti, iger (didaktične igre) in pogovora. Uporabili smo naslednje metode: metodo opazovanja, pogovora, demonstracije, praktičnega dela. Ciljna skupina pa so bili: otroci, strokovni delavci in starši.

Dejavnosti v programu:

1. Skrb za svoje telo, higieno telesa – otrok se navaja na negovanje svojega telesa (umivanje rok, čiščenje zob itd.)

V vrtcu vse strokovne delavke otroke postopoma navajamo na higienske navade in jim s svojim ravnanjem predstavljamo vzor. Otroke motiviramo, spodbujajo in usmerjamo na različne načine. Z otroki se pogovarjamo o tem, zakaj si moramo umivati roke, kdaj in kako. Otroke navajamo, da si roke umijejo pred jedjo in po jedi, po smrkanju, kihanju, kašljanju, po uporabi stranišča, po dotikanju odpadkov, po dejavnosti itd.

Da bi otroke spomnile na to, da so roke umite, če se držimo pravilnega zaporedja postopka umivanja rok, smo si tako v oddelku 1. starostnega obdobja kot tudi v oddelku 2. starostnega obdobja ogledali film z naslovom Čiste roke za zdrave otroke. Po ogledu filma smo stopili v umivalnico in si roke temeljito umili.



Že na začetku šolskega leta je starše o tem, kakšna je pravilna nega zob in celotne ustne votline poučila medicinska sestra iz bližnjega Zdravstvenega doma. Medicinska sestra otroke obišče tudi v vrtcu in jim na modelu prikaže pravilno čiščenje zob.

Pri vsaki individualni uri dodatne strokovne pomoči si je deček T. umil zobe. Svoj čas ščetkanja je spremlja s peščeno uro, ki je zabaven pripomoček, ki otroka še dodatno motivira. Po ščetkanju si je otrok na list papirja odtisnil žig in tako vodil svojo evidenco umivanja zob.



Z otroki sem se o pomenu ustne higiene in ščetkanju zob veliko pogovarjala (s čim, kdaj, kako pogosto, koliko časa, zakaj). Prebrala sem jim nekaj pravljic o zobkih, in sicer: Zgodbe Doktorja Zobotigra; Mala zobna vila, Zajček Srečko pri zobozdravniku in se o le-teh pogovarjala. Obenem sem otrokom pripravila igro spomin – iskanje parov.



Z otroki sem se pogovarjala tudi o tem, kaj je zdravo za zobe in kaj ne ter izvedla Fit aktivno metodo z baloni (sličice nalepi k zdravemu – veselemu oz. bolnemu – žalostnemu zobku).



Preko različnih iger so se otroci učili pravilne tehnike umivanja zob in se seznanili s pravilnim ravnanjem s priborom za nego zob.



2. Gibalne aktivnosti

Otroke sem tudi pri individualnih in skupinskih oblikah pomoči spodbujala h gibanju, k aktivnostim za zdrav telesni razvoj. Z otroki sem se pogovarja o pomenu gibanja za naše zdravje, izvajala sem različne gibalne igre na prostem. Z otroki smo se sprehajali in spoznavali bližnjo okolico, hodili po snegu, raziskovali sneg in se igrali na snegu. Otroci so se igrali tudi z vodo, se vozili s skirojem, poganjalcem ipd.



3. Zdrava prehrana

Ob različnih didaktičnih igrah sem se z otroki pogovarjala o uživanju različne zdrave prehrane – polaganje sadja in zelenjave v obliki magnetov (otrok poimenuje sadje, zelenjavo, pove kakšne barve je, katero je njegovo najljubše sadje in zelenjava).



4. Razvijanje zdravih medosebnih odnosov

Otroci so preko različnih dejavnosti – dejavnosti za razvoj fino-motoričnih spretnosti spoznavali dve čustvi (veselje, žalost). Pogovarjali smo se tudi o tem, kaj jim je všeč in kaj ne, kdaj so veseli, žalostni, prestrašeni.



Obenem smo preko različnih dejavnosti – dejavnosti s prijateljem razvijali vrednote kot so: pripadnost skupini, sprejetost in spoštovanje sebe ter drugih.

