

BELA IGRALNICA

STAROST OTROK: 4-6

VZGOJITELJICA: DARINAK AMON

POMOČNICA VZGOJITELJICE: SIMONA SLAMERŠEK

ZOBOZDRAVSTVENA NEGA

Umivanje zob, tehnika umivanja, čisti zobje-zdravi zobje, zobozdravnik naš prijatelj, zdrava in nezdrava hrana so tematike o katerih smo govorili večkrat skozi celotno leto. Nekajkrat na leto nas je obiskala zobna asistentka, ki je imela vedno pri roki model čeljusti z zobmi. Na teh zobeh je tudi otrokom pokazala, kako se pravilno umiva zobe. Otroci so dobili svoje ščetke in si po navodilu asistentke pravilno ščetkali zobe. Brali smo različne pravljice na to tematiko: Zobek mlečko pri zobozdravniku, Majavi zobek, Ah, ti zobki, Novice iz alineje mlečnih zobkov. Izdelali smo dva plakata Zdrava hrana in Nezdrava hrana, ter jih izobesili v igralnici. Staršem smo na roditeljskem sestanku predstavili načrt, kako bomo v vrtcu spodbujali umivanje zobkov in skrb za njihovo zdravje ter jih spodbudili k nakupu zobnih ščetk. Starše smo na pogovornih urah obveščali o težavah, ki se pojavljajo ob umivanju zob ter jim posredovali morebitna navodila s strani asistentke. Izvedli smo igro Zobozdravnik .

VARNO S SONCEM

Pozno pomladni meseci so čas, da začnemo govoriti o pomembnosti varnega bivanja na soncu. V tem času smo izvedli tudi sestanek s starši. Vzgojiteljici sva izkoristili druženje s starši za pogovor o temi varnega ravnanja na soncu. Starše sva prosili, da nam pomagajo tako, da otroke ustrezno oblečejo in obujejo. Jutra so bila še hladna, otroci so bili večkrat preveč oblečeni. Ker se otroci ob gibanju in aktivnostih v toplih dneh, še dodatno potijo, sva jih prosili za rezervna oblačila. Seznanili sva jih kako potekajo dejavnosti v vrtcu v toplejših dneh. Poudarili sva pomen uporabe zaščitnih pokrival in uporabe sončne kreme ob gibanju na prostem. Spodbudili sva jih, da nam pri tem pomagajo tako, da otrokom v vrtec prinesli zaščitno pokrivalo in kremo. Otroke sva spodbujali, da so ob odhodu na prosto, uporabili zaščitno kremo in si naredili zaščitna pokrivala na glavo. Tako smo lahko bolj sproščeno izvajali aktivnosti na prostem. Pozorni smo na čas biva zunaj in zadostno količino tekočine.

ZDRAV NAČIN ŽIVLJENJA

Pogovor o oblačilih v hladnih dneh. Poimenovali smo zimska oblačila, se pogovorili o pomenu uporabe posameznega oblačila. Poudarjali smo vrstni red oblačenja/slačenja. Otrokom smo v kotičku pripravili škatlo z različnimi oblačili. Prvotno je bila namenjena oblačenju igrač, otroci so se zelo radi tudi sami oblačili. Tako so pridobili izkušnjo oblačenja nogavic, kape, bunde, obuvanja in sezuvanja škornjev, rokovanje z vezalkami, ježki, gumbi, zadržkami. Pri tem so uživali in imeli ogromno možnosti za trening ročnih spretnosti.

Pogovarjali smo se tudi o tem zakaj zbolimo in kdo so povzročitelji bolezni. Da je oblačenje primernih oblačil, zračenje notranjih prostorov, uživanje zdrave prehrane zelo pomembno za ohranjanje zdravja v hladnih dneh. Redno smo skrbeli za prezračevanje igralnice. Otrokom smo pokazali pravilno

ravnanje ob kihanju/kašljanju (uporaba robčka). Viruse, bakterije smo prikazali tudi z brizganjem bleščic na roke in različne površine. Utrjevali smo pravilno umivanje rok.

GIBANJE

Gibanje v naravi, izvedba vadbenih ur, razgibavanja v naravi, uporaba različnih športnih objektov (različna igrišča, tekalna steza, telovadnica, poligon v gozdičku, poti v gozdičku), kadar je bilo le možno smo načrtovali in izvedli vadbeno uro na prostem. Vaje smo prilagodili podlagi in izkoristili kar nam je ponujala okolica (asfalt-tek, igre z žogo v gol, na koš, risanje na asfalt, vožnja s skiroji, kolesi), športni poligon v gozdičku (ravnotežje, vaje za moč, ciljanje v cilj, premagovanje ovir), trava (kotaljenje, valjanje, tek), tekalna steza (hoja, tek, hoja po črti). Spoznavali in utrjevali smo varno ravnanje v prometu. Gozd nam je ponujal mnoge možnosti gibanja. Otroke smo seznanili s preventivo pred klopi. V vsakodnevno rutino smo vključevali gibalno minutko. Vaje smo povezali s tematskim sklopom. Za spodbudo pri razgibavanju smo izdelali pripomočke. V razgibavanje smo večkrat vključili vaje v paru ali v krogu, kjer smo razvijali timsko sodelovanje ali skupinsko dinamiko.

ZDRAVA PREHRANA

V vrtcu obeležimo slovenski tradicionalni zajtrk. V tednu, ko poteka slovenski tradicionalni zajtrk, veliko časa namenimo zdravi prehrani. Otroke seznanimo z živili, ki so vključena v ta zajtrk. Ogledamo si bližnjo kmetijo ter se srečamo z lastniki, kateri pripravijo mlečno malico in domač čaj. Pokažejo nam kako skrbijo za krave. predstavijo nam postopek molzenja krav, saj je danes to vse robotizirano. V igralnici govorimo tudi o medu in njegovem pomenu za zdravje. Med smo povezali tudi s čebelami in čebelarstvom. Ogledali smo si kratek posnetek čebelarja. Na obisku smo imeli čebelarja. Spoznali smo njegovo obleko. Pokazal nam je velik model čebele in satovja. ogledali smo si izdelke, katere pridobivajo s pomočjo čebel. Okušali smo med in si z njim posladkali čaj. S pomočjo medu smo izvajali vaje za razvijanje govoril. Naučili smo se pesem Čebelar in brali knjigo Čebela Adela.

Vse leto se pogovarjamo o pomenu uživanja sadja in zelenjave. Poudarjamo pomen pitja vode za zdravje.