

## POROČILO

ZDRAVJE V VRTCU 2022/23

MODRA IGRALNICA

Starost otrok: leti

Vzgojiteljici:

Barbara Radek

Zdenka Furek

### **ZOBOZDRAVSTVENA VZGOJA**

Opis aktivnosti:

Večkrat tedensko smo si umivali zobe. Obiskala nas je tudi zobna asistentka in nam pokazala pravilno umivanje zob. Prebrala je zgodbo, ki so ji otroci z veseljem prisluhnili. Prinesla je tudi pobarvanke, ki so jih otroci pobarvali. Nato so se odpravili v umivalnico, kjer je zobna asistentka prikazala pravilno umivanje in ščetkanje zob. Isti postopek smo ponavljali večkrat tekom leta. Otroci so sproti prinašali zobne paste in umivanje zob jih je pritegnilo. Ob umivanju in ščetkanju zob so uživali.

### **ZDRAVA PREHRANA**

Opis aktivnosti:

O zdravi prehrani smo se pogovarjali večkrat na leto. Iz revij smo izrezovali izdelke, ki bi naj bili zdravi in oblikovali plakat. Imeli smo tudi vtikanke in sestavljanke z zdravo prehrano, ki so se jih otroci igrali. Obeležili smo tudi tradicionalni čebelji zajtrk. Sicer pa v vrtcu vsak dan uživamo zdravo prehrano (hrano brez maščob) ter pojemo veliko sadja. Pijemo tudi zdrave napitke.

### **OSEBNA HIGIENA**

Opis aktivnosti:

Obiskala nas je medicinska sestra, ki nam je prikazala, kako se pravilno umivajo roke. Predstavila nam je tudi druge oblike zdravega načina življenja. Otroci so ji z veseljem prisluhnili. V vrtcu smo skrbeli za zdrav način življenja tako, da smo redno razkuževali igralnico, si razkuževali roke, umivali roke z milom ter jih obrisali z brisačko. Skrbeli smo, da je bila igralnica čim bolj čista.

### **VARNO S SONCEM**

Opis aktivnosti:

Pogovarjali smo se o tem, kako se zaščitimo pred soncem. Prinesli smo različna pokrivala in si jih ogledovali. Kadar je bila vročina, smo se namazali in zaščitili našo kožo s sončno kremo. Otroci so pri tem bili dokaj samostojni in so se sami namazali s kremo. V letakih smo si ogledali tudi propagandna sporočila glede zdravega sončenja in zaščite pred soncem.

## **GIBANJE**

Opis aktivnosti:

Za gibanje smo skrbeli vsak dan. V jutranjem krogu smo se vsakodnevno razgibavali. Uporabljali smo različne športne pripomočke in rekvizite ter skrbeli, da smo razmigali različne dele telesa. Izvajali smo tudi vadbene ure. Koristili smo tudi bližnji gozdiček, kje smo se nadihali svežega zraka in se v njem razgibali.