



NIJZ

Nacionalni inštitut
za javno zdravje



ZDRAVJE V VRTCU



POROČILO

Zavod: Vrtec Murska Sobota

Enota: Ringa raja

Strokovni tim: Anja Žitek, Žana Popović

Število otrok: 20

Oddelek: 4 – 5 let

Murska Sobota, junij 2023



NIJZ

Nacionalni inštitut
za javno zdravje



enota
RINGA RAJA
Gregorčičeva ul. 28 9000 Murska Sobota

1. TEMA: ZDRAV VSTOP V NOVO LETO

Po zaključenih božično – novoletnih praznikih smo se lotili teme, ki je pripomogla k zdravemu začetku novega leta. Tako smo uvedli gibalne minutke pred zajtrkom. Vsako jutro smo se razgibali tako, da smo telovadili preko gibalnih vaj, gibalnih igric, s pomočjo avdio pesmic ali pa smo preprosto tekli.

Vključili smo področje jezika, in sicer preko izbranih literarnih del iz naše knjižnice. Tako smo brali in listali knjige: Zdravnik Mali in njegove živali, Smeh je najboljšo zdravilo, V bolnišnici, Vse najboljše, Oliver, ter druge.

Proti koncu obravnave tematskega sklopa smo naredili zaključeno celoto preko izdelave plakata: Kako skrbeti za svoje zdravje. Otroci so plakat v celoti izdelali sami, strokovne delavke smo jih preko vprašanj in napotkov zgolj vodile v samostojno izvedbo.

Načrtovana dejavnost, ki je otroke najbolj pritegnila in je bila v vsakodnevni uporabi dva meseca, je bilo oblikovanje elementov novega koticčka »V bolnišnici« - Ležalnik, bele haljice, medicinski pripomočki, embalaže sirupov in tablet, žlice, papirji in pisala. Iz zdravstvenega doma Murska Sobota smo dobili različne medicinske pripomočke. Zaradi realnih predmetov, so bili otroci navdušeni nad njihovo uporabo. Zasnovali smo nov koticček, ga opremili v celoti in tako so otroci lahko razvijali simbolno igro, igro vlog in domišljjsko igro. Tekom proste igre so se največkrat igrali igro vlog: bolnik – zdravnik, bolnik – medicinski tehnik, medicinska sestra. Spoznali, tipali in igrali so se z naslednjimi medicinskimi pripomočki: povoji, gaze, različne injekcije, zaščita za glavo, zdravniška halja, palčke za grlo, termometer, ipd.). Manjkali pa niso niti slikovni materiali, ki so popestrili steno čakalnice. Spoznali so poklic zdravnik.

Izdelali so si stetoskop za igranje tako, da so nizali dele slamic in Hama perlic na kosmateno žico. S pomočjo lepilnega traku so oblikovali slušalke za ušesa, plastični zamašek pa je služil za poslušanje bitja srca ter dihanja. Slednji nas je vodil v izdelavo medicinske torbe z vsebino, s katero so otroci imeli priložnost rokovati. Na koncu so si izdelali še zdravniško značko in postali so pravi zdravniki.



NIJZ

Nacionalni inštitut
za javno zdravje



Sestavljanje sestavljanek z medicinskimi vsebinami.



Izdelava medicinske torte s pripomočki za prvo pomoč.



Izdelava plakata »Naše zdravje«.



Igra vlog: Zdravnik – pacient.



Vključitev področja matematike:
Razvrščanje tablet v tabelo.



Uvedba novega kotička »Pri zdravniku«.



NIJZ

Nacionalni inštitut
za javno zdravje



2. TEMA: ZAJTRK Z MLEKOM – SUPER DAN

Jutranjo telovadbo smo čim večkrat skušali izvesti na jutranjem svežem zraku. Tako smo skrb za zdravje preko jutranjega razgibanja vključevali tudi nadaljnje. Kot uvod v nov tematski sklop smo prebrali kratke zgodbe o čebelah in otroci so v jutranjem krogu po spominu narisali čebelo na manjši list papirja. Nadaljnje so ugotavljali in s pomočjo realnih fotografij predvidevali poimenovati osnovne telesne značilnosti čebele. Seznanili so se z nalogami in zmožnostmi, ki jih čebele imajo.

Sami so iz sestavin zamesili testo, ga gnetli, oblikovali trup, glavo in preostalih dele telesa čebele. Druga skupina otrok je sestavljala čebele iz link kock. Otroci so krožili med načrtovanimi dejavnostmi tako, da je vsak prišel na vrsto.

Vzeli smo tempera barve, mešali različne odtenke rjave barve in odtisali dlani naslikanih čebel na vrata in okno v igralnici. Tako smo okrasili igralnico glede na obravnavan tematski sklop.

Osredotočili smo se na vso hrano, ki jo vključuje projekt in jo spoznavali preko fotografij, videoposnetkov in v živo. Sledil pa je uvodni pogovor o mleku. Otroci so preko različnih čutil, kot so voh, sluh, vid, tip, okus spoznavali vsebino v skodelici. Večina jih je hitro ugotovila, da gre za mleko. O pridobivanju mleka smo se seznanili preko didaktične igre molžnje krave.

Proti koncu tematskega sklopa so otroci še enkrat napisali čebelo z barvicami in flomastri in tako primerjanje narisane slike pred in po pridobljenem znanju. Zelo dobro je bil viden napredek otrok po pridobljenem znanju, saj so bile skice natančne, jasne in konkretne.

Na prostem so oponašali letanje čebel in nabiranja medu ob instrumentalni skladbi Nikolaj Rimski Korsakov: Črmljev let. Na teraso smo pripeljali zvočnik, vključili skladbo. Barvni stoli so služili kot cvetlice, okoli katerih smo se otroci prosto gibali po glasbi tako, da so letali kakor čebele. Dejavnost smo ponovili večkrat, saj jih je zelo motivirala. Ob tem smo vključili še prosti ples ob pesmici Riškina pesem o mleku.

Za razvoj fine motorike, koncentracije, pozornosti, vztrajnosti smo poskrbeli tako, da smo izdelali čebelji panj. Nanj so otroci polagali Pattern block gradnike. Na obrisi čebeljega panja. Napeljevali so tudi vrvice skozi narisani medeni sat.

Obravnavo vsebine smo podkrepili z obiskom čebelarja, ki nam je predstavil svoje delo, način pridobivanja medu, prikaz medenega satja, medu, oblačenje zaščitne obleke, razdelitev zloženk. Ob spremljavi harmonike smo zapeli Avsenikovo pesem Čebelar.



NIJZ

Nacionalni inštitut
za javno zdravje



Z obeležitvijo Tradicionalnega slovenskega zajtrka ob slavnostni mizi smo zaokrožili, tako da smo slavnostno pognili mizo, jo dekorirali z narejenimi izdelki, razdelili hrano in mleko. Strokovne delavke pa smo s kostumi poskrbele za pestri dodatek.



Obisk čebelarja.



Gibanje ob skladbi Čmrļjev let.



Simulacija pridobivanja mleka.



Polaganje Pattern blocks na podlogo.



Napenjanje vrvic skozi sat medu.



Tradicionalni slovenski zajtrk.



NIJZ

Nacionalni inštitut
za javno zdravje



3. TEMA: DROBNA BITJA, STRAN

Otroci so spoznavali, kje vse je možna drobnih bitij, mikrobov v vsakdanu. Preko prikaza mikrobov s tempera barvo so ugotovili, da so vsepovsod. Slednjo smo nakapljali na toaletnih prostorih, vratnih kljukah, igračah, v dlaneh, ipd. ter tako ugotavljali, da so drobna bitja povsod vendar jih s prostim očesom ne vidimo.

Izdelali smo spodbujevalnike vedenja, saj so ugotavljali, da otroci premalo poskrbijo za higieno na toaleti. Tako so poslikali nalsenje spodbujevalnikov vedenja s flomastri: spuščanje vode, uporaba toaletnega papirja, umivanje rok. Vsak je enega nalepil na ustrezno mesto v toaletnih prostorih, ostala je odnesel domov.

Preko gibalne igre so se navajali na pravilni postopek umivanja rok po uporabi toalete. Besedilo pesmi o Traktorju, ki se pelje na travnik smo predstavili v igralnici, izvedli pa jo v umivalnici.

V igralnici smo dodali vodni kotichek. V večjo posodo na stojalu smo natočili vodo ter dodali različne pripomočke, s katerimi so lahko rokovali otroci. Tako so tipali, se igrali, pretakali vodo.

Dodali smo branje zgodbe z naslovom Zgodbica o tem, zakaj je pomembno, da si umivamo roke. Le – to smo večkrat prebrali pri počitku.

Zaradi posledic ustrezne higiene po opravljeni toaleti in prenosu mikrobov k prehranjevanju so otroci oblikovali simbol sebe, iz majhnega plastičnega kozarca. Opremili so ga tako, da so vključili vizualne lastnosti sebe. Vsakodnevno jih je spodbudil k ustrezni higieni rok ali pa jih je spomnil, da morajo poskrbeti za svoje zdravje tako, da poskrbijo za higieno rok. Prešli smo iz skupnega dežurstva na individualno. Tako smo poskrbeli, da smo vsakodnevno dežurni vsi otroci in so vključeni v pripravo pribora, krožnikov, skodelic pred obroki. S tem smo se izognili prijemanju pripomočkov za prehranjevanje drugih otrok.



NIJZ

Nacionalni inštitut
za javno zdravje



Navajanje na pravilni postopek umivanja rok.



Vodni kotiček.



Mikrobi.



Nameščanje spodbujevalnikov vedenja.



Izdelava spodbujevalnikov vedenja.



Iskanje mikrobov na toaleti.



NIJZ

Nacionalni inštitut
za javno zdravje



4. TEMA: PODNEBNI TEK – »ČAS SE IZTEKA«

- ⊗ Izvajanje naravnih oblik gibanja (vsakodnevno jutranje razgibavanje in telovadba).
- ⊗ Izvajanje elementarnih oblik gibanja (Hoja po črti, hoja po klopi, preskakovanje klopi, tek, ipd.).
- ⊗ Izvajanje rajalno - gibalnih oblik gibanja (Abraham, Bela lilija/Črni tulipan).
- ⊗ Poigravanje z žogo (nošenje žoge do obroča, kotaljenje žoge okoli stožca, poigravanje z žogo).
- ⊗ Izvajanje štafete (začetek, priprava, štart, tek, predaja štafetne palice).
- ⊗ Spoznavanje in usvajanje elementov različnih športnih disciplin preko vključenosti različnih klubov (nogomet, odbojka, košarka, ples).
- ⊗ Tek štafeta s predajo izdelane palice.
- ⊗ Prosti ples ob priljubljeni glasbi in rajalna igra umiritve, ko se glasba ustavi.
- ⊗ Ogled videoposnetka teka štafete.
- ⊗ Ogledovanje, listanje knjig na obravnavano tematiko.
- ⊗ Prepoznavanje in poimenovanje športne discipline glede na predmet.
- ⊗ Ogled posnetkov športnih disciplin (nogomet, odbojka, košarka, tek, ples, ipd.).
- ⊗ Izdelava štafetne palice.
- ⊗ Individualna poslikava zastave.
- ⊗ Kaširanje s pomočjo mešanice moka in vode.
- ⊗ Igrica razmišljanja - obris žoge "Kaj je to?".
- ⊗ Otroci v skupini po tri sestavijo eno ali dvo -delni poligon.
- ⊗ Socialna igra "Simon pravi".
- ⊗ Sprehod do igrišča.
- ⊗ Štetje na štart (pripravljene - pozor - zdaj / ena - dva -tri)
- ⊗ Vsakodnevno preštevanje otrok.
- ⊗ Met kocke z različnimi gibalnimi vajami.
- ⊗ Navajanje na pravila in upoštevanje le-teh pri športnih disciplinah.
- ⊗ Navajanje na obliko dežurstva pri obrokih.
- ⊗ Sodelovanje in izvajanje dejavnosti z otroki drugih oddelkov.



NIJZ

Nacionalni inštitut
za javno zdravje



Telovadba z izdelanimi štafetnimi palicami.



Prenos zastave drugim skupinam.



Igra na asvaltnem igrišču »Partizan«.



Ogled video – vsebin obravnavane tematike.



Obisk »Murinega igrišča, Fazanerije«.



Predstavitve baleta v sodelovanju z Glasbeno šolo Murska Sobota.



NIJZ

Nacionalni inštitut
za javno zdravje



enota
RINGA RAJA
Gregorčičeva ul. 28 9000 Murska Sobota

5. TEMA: TEK PODNEBNE SOLIDARNOSTI

- ☞ Tek po igrišču vrtca – nabiranje kilometrov in priprava na Tek podnebne solidarnosti.
- ☞ Branje zgodbe o dečku Nangiru iz Kenije.
- ☞ Ritmična igra Ponovi gib.
- ☞ Spoznavanje tolkal, igranje na tolkala.
- ☞ Spoznavanje afriške glasbe in igranje na bobne.
- ☞ Ples ob afriški glasbi.
- ☞ Spoznavanje države Afrike preko enciklopedij, knjig in video posnetkov.
- ☞ Didaktična igra spomin: Problematika o podnebnih spremembah v državah v razvoju, s poudarkom na Afriki (suša, lakota, bolezni, pomanjkanje hrane in vode, poplave).
- ☞ Razgovori ob fotografijah življenja v Afriki in igra "Kdo vidi?".
- ☞ Iskanje Slovenije, Evrope na globusu.
- ☞ Iskanje Afrike na globusu.
- ☞ Pitje vode iz steklenega kozarca in ugotavljanje značilnosti vode z vsemi čutili.
- ☞ Obisk temnopoltih žensk in predstavitev ter značilnosti njihovega rodnega kraja iz Afrike.
- ☞ Kaširanje balona – izdelava našega planeta.
- ☞ Izvajanje različne dejavnosti v ritmu z rokami, nogami; z različnimi rekviziti; ob glasbeni spremljavi.
- ☞ Poslušanje enega dela dramske igre "Popotovanje štrka Simona".
- ☞ Vožnja z različnimi otroškimi vozili: triciklom, skirojem in dvokolesom.
- ☞ Izdelava medalj (okrogla rjava podloga - zemlja, natisnjena kapljica vode in zelena vrvica - travo),
- ☞ Izvedba "Teka podnebne solidarnosti".

Po oddelkih smo se sami odločili, s kakšnim namenom bomo tekli. Tako smo tekli za: otroke v Afriki, lačne otroke, posledice suše, pomanjkanje denarja, oblačil, hrane, premalo vode, neomogočanje obiskovanja šole, dež, rodovitno zemljo. Otroke so sprva take stvari kar začudile, vendar so tekom izvedbe projekta dodobra spoznali, kaj vse manjka drugim otrokom na svet. Zato smo venomer pred tekom določili enega otroka, ki je povedal enega od razlogov, zakaj danes bežimo. Pripravljanje na tek tekom šolskega leta je pripomoglo tudi k razvoju gibalne vzdržljivosti otrok in večkratnemu aktivnemu gibanju.



NIJZ

Nacionalni inštitut
za javno zdravje



Otroci so se preko načrtovanih in spontanah dejavnosti seznanili s prej naštetimi dejavnostmi in opazile smo, da kljub temu, da so se starejše generacije že prejšnja leta pogovarjale o nastali problematiki, so se teoretičnih izhodišč spomnili le nekateri, mlajši pa so se s tem seznanili prvič. Ugotavljamo pa, da imajo otroci predznanje o državah, predvsem o Afriki izhajajoč iz enciklopedij, risanih filmov, knjig, zgodbic. Otroci so se priprav na tek z veseljem udeleževali in ni bilo nikoli opaziti, da se kateremu izmen njih ne bi ljubilo teči. Tekom šolskega leta pa so se izboljšale kondicijske zmogljivosti otrok in določene razdalje so po nekaj mesecih lažje pretekli kakor na začetku. Otroci so najbolj uživali, ko so na našo enoto prišli Afriko predstaviti temnopolti ljudje. Tako smo prejeli informacije iz prve roke, saj so nam pripovedovali iz izkušenj, kar nosi večjo vrednost kakor kateri koli video posnetki, knjige ali druge učne vsebine.



Obisk Afričanov in predstavitev Afrike



Kaširanje balonov, izdelava sveta



Skupno ogrevanje pred tekom



Izvedba teka