

## PRAZNOVANJE ROJSTNIH DNI

Praznovanje rojstnega dneva v vrtcu je za otroka najbolj pomemben praznik, saj je edini, ki je individualen in je ta dan posvečen slavljenču. Rojstni dan je priložnost za spodbujanje razvoja, pozitivnih čustev in socialnih odnosov znotraj posamezne skupine. Otroke navajamo na družabnost, izkazovanje pozornosti v medsebojnih odnosih in predvsem na odnos vrednotenja prejetega darila, ki mu ga podari skupina otrok.

Rojstni dan je za vsakega otroka pomemben dan, ki ga praznuje v vrtcu, zato ta dan posvetimo slavljenču na način, kot si ga sam želi. Izhajamo iz interesa slavljenca in poskušamo rojstni dan pripraviti tako, da se tisti dan v oddelku dogajajo predvsem dejavnosti, ki jih izbere slavljenec ter slediti načelu praznovanja po meri otroka. Ideje in interese slavljenčev vpletamo v celodnevne aktivnosti ter tako omogočimo prav vsakemu otroku, da dejavno sodeluje pri organizaciji in izvedbi lastnega praznovanja in ob tem doživlja ugodje, zadovoljstvo in srečo.

V letošnjem šolskem letu zaradi Covid ukrepov otroci ob praznovanju svojih rojstnih dni ne prinašajo ničesar vrtca. Ker pa dajemo velik poudarek zdravi prehrani in upoštevanju načel zdrave prehrane otrokom pripravimo zabavo brez sladkarij, torej pripravimo sadni krožnik ter za napitek vodo, limonado ali čaj brez sladkorja. Spodbujamo zdrav in aktiven način praznovanja v obliki različni dejavnosti, ki jih pripravimo na željo slavljenca.

Vsi predvsem otroci se zelo veselijo praznika ki je namenjen samo njemu. V našem vrtcu se trudimo, da bi se tisti dan še posebej posvetili slavljenču na način, kot si ga sam želi. V vsakem oddelku vrtca rojstni dan praznujemo nekoliko drugače, vendar vsi strokovni delavci izhajamo iz interesa slavljenca in poskušamo rojstni dan pripraviti tako, da se tisti dan v oddelku dogajajo predvsem dejavnosti, ki jih izbere slavljenec ter slediti načelu praznovanja po meri otroka.



## TRADICIONALNI SLOVENSKI ZAJTRK

Vseslovenski projekt Tradicionalni slovenski zajtrk se v vrtcu izvaja z namenom, da otrokom predstavljamo pomen kmetijstva in čebelarstva ter jih spodbujamo k pravilni in zdravi prehrani. Posebno pozornost pa namenjamo pomenu gibanja in ohranjanja čistega okolja.

Otrokom smo poskušali na različne načine predstaviti, da je hrana, ki je bila pridelana in pripravljena v bližini, bolj sveža, bolj hranljiva, polnejšega okusa in brez dodatkov za daljše skladiščenje in poudarjanje okusa. Vse te prednosti nam zagotavlja lokalna oziroma slovenska hrana. S tem, ko se odločimo za hrano, ki so jo pridelali in predelali slovenski kmetje ter naša domača kmetijska in živilska podjetja, spodbujamo in povečujemo tudi samooskrbo s hrano in prispevamo k ohranjanju poseljenosti podeželja ter kulturne krajine.

Z otroki smo se več dni pogovarjali o tem dnevu, spoznavali živila, ki jih bomo užili ta dan, od kod dobimo ta živila in kako jih dobimo v naš vrtec. Večina dejavnosti so potekale na temo čebel (zakaj je čebela pomembna, življenje čebele). Že prejšnji mesec pa smo imeli temo Bela pot – potovanje mleka, spoznavali smo kmetijo, živali na kmetiji, življenje na kmetiji in mlečne izdelke in pomen mleka za naše zdravje. Tako da so otroci že veliko vedeli in sta se temi prepletali. Pri aktualni temi Tradicionalni slovenski zajtrk smo veliko ustvarjali, se pogovarjali, izdelovali čebele, ki smo jih spoznali preko različne literature, naredili plakat, peli pesem Čebelice, spoznali prstno igro Panj in zaplesali Ples čebelic ter poslušali različne zgodbe o čebelah. Ker je bilo v skupini manj otrok, smo lahko izvajali več dejavnosti in tako smo se odločili, da bomo spekli medenjake. Otroci so se veselili pečenja, so sodelovali in se trudili ter na koncu dejavnosti bili zelo ponosni na sebe, da jim je uspelo speči medenjake. Tudi na dan tradicionalnega slovenskega zajtrka so otroci sodelovali pri pripravi miz in pogrinjka. Še prej pa smo skupaj prebrali slikopis iz otroške revije Cicido z naslovom Tradicionalni slovenski zajtrk, preko katerega smo otrokom na slikoven način razložili njegov pomen. Predvsem pa smo jim skušali razložiti, da nekoč ni bilo toliko trgovin in so si ljudje vse pridelali doma, kar pa je bilo tudi veliko bolj zdravo kot hrana v trgovini.



## POPOLDANSKO SREČANJE S STARŠI

Začetek novega koledarskega leta smo se s starši dogovorili, da bomo v tem šolskem letu v popoldanskem času opravili dve športni srečanji. Ker je gibanje eno najbolj pomembnih področij otrokovega razvoja damo v naši skupini na tem področju velik poudarek. Prvo popoldansko srečanje, ki je potekalo spomladi v mesecu aprilu smo s starši začeli z uvodnim delom gibalne ure, kjer smo si ogreli mišice z različnimi gibalnimi igrami, pri katerih so sodelovali tako otroci kot starši. Otroci so igre že poznali, starši pa so se z njimi srečali prvič. V osrednjem delu našega srečanja, so bili otroci aktivni na poligonu, kjer so si razvijali in utrjevali naravne oblike gibanja (hoja čez ovire, poskoki, plazenje, lazenje, prestopanje), starši pa so skrbeli za varnost svojega otroka. Gibalno uro smo zaključili z umiritvijo na preprogi, kjer smo ob umirjeni instrumentalni glasbi izvedli jogo za otroke. Da smo ob koncu poskrbeli tudi za hidracijo, smo se skupaj odžejali s sokom. Z dobrimi in prijetnimi občutki, pa tudi rahlo utrujeni od gibanja smo se poslovili. Drugo popoldansko srečanje s starši je potekalo v mesecu juniju. S sodelavko sva se odločile za daljši pohod s starši. Starši so bili nad pohodom navdušeni, kar so nama tudi dali vedeti. Opremljeni smo bili s sadjem in vodo in smo se izpred vrtca odpravili na pot. To je bil naš tretji daljši sprehod. Dva pohoda smo opravili otroci brez staršev in sicer 9 km in 7 km pohod. Druženje smo zaključili s sladoledom, ter s prijetnimi občutki zaključili popoldan.



## ZDRAVA PREHRANA

Dejavnosti so se odvijale v igralnici, na igrišču, v telovadnici, na terasi in v gozdu. Delo je potekalo individualno, skupno in v skupinah.

V jutranjem krogu sem preko pogovora in knjig otrokom predstavila kako pomembna sta hrana in gibanje za naše telo. Otrokom sem predstavila prehransko piramido, preko katere so spoznali katera živila moramo jesti bolj oziroma manj pogosto, ter da je zelo pomembno, da pijemo dovolj tekočine in se dovolj gibljemo. Preko pogovora so tako spoznali pomen hrane in gibanja. Potem smo naredili skupni plakat prehranske piramide, na katerega so razvrščali hrano, na koncu pa smo ga razstavili na vidno mesto. Izdelali smo tudi prehransko piramido v 3D obliki na katero so otroci pritrdili sliko hrane, ki jo imajo radi, ki so jo pred tem pobarvali. Prav tako so otroci spoznavali lastnosti in pomen sadja in zelenjave. Sveže sadje imajo otroci vsak dan na naših krožnikih. Z njimi smo tudi izvedli sadni piknik s suhim sadjem. Otrokom sem pripravila sadno mizico s različnim suhim sadjem. Več otrok je pokazalo interes, da sadje poskusi. Zraven sem jim ponudila vodo z dodatkom limone in listov limete. Otroci so se s suhim sadjem z veseljem posladkali. Nekaj suhega sadja jim je bilo novega so ga zaradi nepoznanega okusa okušali bolj previdno. Suho sadje je bilo večini otrok všeč. Ugotavljam, da sedaj z večjim veseljem posegajo po suhem sadju tudi tisti, ki ga prej niso želeli. V vrtcu smo si naredili tudi domačo skuto po receptu, ki smo ga dobili na obiskani kmetiji. Ugotovili smo, da je boljša in bolj okusna od skute, ki jo dobimo v trgovini.

Skozi celo šolsko leto smo skrbeli za naš pisani vrt. Otroci so z vsemi čutili spoznavali zelenjavo, sveže in posušena zelišča, jih okušali, žvečili, vonjali in tipali. Pripravili smo si sok iz mete, v vročih dneh pa si pripravimo tudi osvežilno pijačo z listi melise, ki ima vonj po limoni in jo dodamo v vodo. Pozneje bomo zelišča posušili in si naredili čaj.

Otrokom sva s sodelavko pripravili lutkovno predstavo »Sadni prepir«, skozi katero so otroci doživljali umetnost. Nad igrico so bili tako navdušeni, da so imeli vedno znova željo po ponovitvi. Drugi dan sva otroke povabili, da so si po lutkovni igrici izdelali vsak svojo lutko, nato pa sva jim pripravili gledališče in so sami odigrali predstavo. Nekateri so bili zelo pogumni in so takoj prevzeli vlogo sadja, drugi so bili samo gledalci in so se opogumili ter tudi sami odigrali lutkovno predstavo komaj naslednji dan. V predstavo so se otroci zelo vživeli. Na temo zdravje so otroci osvojili tudi novo pesmico in deklamacijo.





## POMEN GIBANJA ZA NAŠE TELO

Velik poudarek je bil tudi na gibanju. V naši igralnici za gibanje poskrbimo vsak dan. Izvajamo namreč vsakodnevno razgibavanje v igralnici, na terasi, telovadnici in na dvorišču. V igralnici se večkrat razgibamo ob glasbi in ob različni gibalnih in rajalnih igrah. Zelo zanimiva jim je bila nova gibalna igra »Sadna kupa«. Pri izvajanju igre »sadna kupa« so otroci spoznali, da ni pomembno kdo zmaga ampak, da je pomembno, da se imamo pri igri lepo in sodelujemo.

Pogosto si zunaj postavimo poligone, na katerih se otroci sproščajo in izvajajo naravne oblike gibanja. Tokrat sem želela, da se otroci seznanijo z vodeno vizualizacijo in z vajami joge. Otroci so zelo hitro usvojili novo vrsto telovadbe-jogo in jo vsak dan z veseljem izvajali. Skozi vodeno vizualizacijo sem vsakodnevno otroke popeljala v čudovite kraje. Otroci so bili pri vodenju zelo umirjeni in so radi sodelovali. Pri jogi sem jim prebrala izmišljeno zgodbo o kužku Jogiju, ki je obiskal pravljlično deželo Joga in jih s tem spodbudila, da smo se tudi mi odpravili v pravljlično deželo preko izvajanja joge. Otroci so bili nad jogo zelo navdušeni. Ko smo osvojili pravilno dihanje in nekaj vaj, so želeli tudi sami kazati vaje, ki smo jih potem ostali ponavljali.

Kot zaključek projekta smo izvedli pohod v naravo. Dan pred pohodom sem starše obvestila, da naj otroci pridejo športno oblečeni. Odpravili smo se do bližnjega gozda, ki je obdan s trim stezo. Otroci so v gozdu tekali med drevesi, preskakovali naravne ovire, plezali, iskali različne plodove, nabirali listje in prisluhnili petju ptic ter vetru. Hodili so po različnih neravnih površinah, se izogibali koreninam, hodili po odpadlem listju, hlodih, premagovali naravne ovire. Krepili so si ravnotežje in koordinacijo, svoje motorične in gibalne sposobnosti kot tudi samozavest ter pridobivali zavedanje, da je gozd odličen prostor za rekreacijo in regeneracijo. Po vrnitvi iz sprehoda smo bili nekoliko utrujeni, ker je bilo za nami nekaj kilometrov. Otroci so naju pozitivno presenetili s svojo energijo. Takih sprehodov se bomo v prihodnosti udeležili več, ker so otroci v naravi zelo uživali.

Odnos do gibanja je potrebno otrokom privzgojiti že v zgodnjem otroštvu, zato bomo z ozaveščanjem otrok o pomenu gibanja za našo telo nadaljevali.



