



POROČILO ENOTE JANČE, 2016-2017

ZDRAVJE V VRTCU

V programu so sodelovali: Maja Kozlovič, Tjaša Černe, Andreja Engelman, Vesna Košir Pevec in Nevenka Ulčar

Naš vrtec je vključen v program Zdravje v vrtcu, ki ga je pripravil Zavod za zdravstveno varstvo Ljubljana (sedaj preimenovan v NIJZ). Sodelovanje v programu pomeni, da smo skozi celo leto krepili in ohranjali naše zdravje ter zdravje otrok. S posameznimi dejavnostmi smo pokrivali sledeča področja: zdrava prehrana, telesna dejavnost, medsebojni odnosi, osebna higiena in varno fizično okolje in zdravo praznovanje rojstnega dne.

V naše mesečne tematike smo redno vključevali dejavnosti s katerimi smo pri otrocih krepili zavedanje po skrbi za zdravje. Naj naštejemo nekaj področij:

- Zdrava prehrana: okušanje različnih vrst hrane in navajanje na zdravo prehrano, kultura prehranjevanja, zdravi napitki, tradicija
- zobozdravstvena vzgoja
- oblikovanje osnovnih življenjskih navad
- narava in varovanje okolja: seznanjanje z varnim in zdravim načinom življenja, skrb za okolico, spoznavanje gozda, izdelki iz odpadnega materiala
- osebna higiena: umivanje rok, počitek
- veliko gibanja in bivanja na svežem zraku

VARNO S SONCEM

V sklopu projekta **VARNO S SONCEM** smo ozaveščali otroke in starše o zaščiti pred soncem (skrbimo, da se pred močnim soncem umaknemo v senco, uporabljamo pokrivala in lahka oblačila ter uporabljamo kremo z zaščitnim faktorjem). V obeh skupinah redno uporabljamo repelente za zaščito pred klopi in zaščitno kremo s faktorjem. Najbolj pomembno pa se je izogibati izpostavljanju pred soncem in ustrezna oblačila. Opazovali smo gibanje sence, jo spremljali preko dneva; otrokom smo predstavili kdaj je sonce najmočnejše in kaj naredimo v času najmočnejšega sevanja.



EVROPSKI TEDEN MOBILNOSTI, v tednu brez avtomobila smo izvedli DAN VARNE VOŽNJE in POT POD NOGE kjer smo izvedli učenje varnega kolesarjenja, poudarili o pomembnosti nošenja varnostnih čelad in kako se vedemo v prometu, ter kako pomembno se je pripeti v avtu. Na igrišču vrtca morajo otroci obvezno uporabljati čelade, pri vožnji brez čelad morajo vozilo prepustiti drugim.



EVROPSKI TEDEN ZMANJŠEVANJA ODPADKOV - aktivno smo preko celega leta z različnimi aktivnostmi osveščali otroke in starše k zmanjševanju odpadkov in vestno ločevali le te:

- ločevanje odpadkov in njihova uporaba pri izdelavi likovnih izdelkov
- kruh, ki ostane, posušimo in nosimo živalim
- urejanje igralnice, vrtca in okolice vrtca
- zbiranje starega papirja, kartuš, zamaškov, plastenk, tonerjev in izrabljenih baterij

ZDRAV NAČIN ŽIVLJENJA

Gibanju smo namenili veliko časa in v vseh letnih časih zunaj preživeli veliko časa in tako krepili naš imunski sistem; v primeru slabega vremena smo izkoristili telovadnico; pripravili smo kar nekaj gibalnih dopoldnevom, kjer smo otrokom pripravili poligon. Ven ne gremo le v primeru močnega dežja ali pa visokega UV sevanja, otroci so tako rekoč vsak dan zunaj.





Naš poglobitni cilj preko celega leta je bil, kako aktivno preživeti prosti čas v naravi, v posebnem sožitju z njo, kjer bi otroci spoznali, da je potrebno naravo spoštovati in jo ohranjati čisto. V bližini vrtca imamo gozdno jaso, kjer so si otroci večkrat izbrali prostor za igranje. Od septembra dalje smo se na ta poseben kraj večkrat vračali in se igrali izključno z naravnim materialom, ki ga ponuja pestro naravno okolje. Otroci so tako krepili zavedanje o naravi in kako pomembno je biti del nje.



Zdrav način življenja, praznovanja, kultura obnašanja, spoštovanje do soljudi, pozornost in strpnost, vse to smo preko celega leta vključevali v naše načrte in otroke preko pogovora in situacij navajali na prej naštetih stvari. Veliko sodelujemo z okolico in sosedmi in ohranjamo stike. Zavedamo se, da je pristen medsosedski odnos izredno pomemben, še toliko bolj na vasi, kjer je ljudi bolj malo.

VARNO V PROMETU

Preko mesečnih načrtov celega leta, redno z različnimi dejavnostmi, pogovori, ogledi posnetkov otroke izobražujemo kako poskrbeti za varno pot. Na igrišču vrtca otroci redno uporabljajo čelade pri vožnji z vozili, na sprehodih opazujemo promet in upoštevamo varne napotke za hojo ob cesti, kjer ni pločnikov.

Zavod Varna pot je ena izmed vodilnih nevladnih organizacij na področju prometne varnosti in zagovornikov žrtev prometnih nesreč. Izvajajo različne programe in projekte, katerim skupne točke so pomoč, osveščanje ter spodbujanje k večji varnosti na cestah.

V okviru preventivnih aktivnosti izvajajo tudi lutkovno predstavo **"S Pikapoko na pot, da ne bo nezgod!"**, s katero naše najmlajše na zabavno-poučen način osveščajo o pravilnem prečkanju ceste, uporabi čelade, varnostnega pasu in odsevnih materialov in pomenu pozornosti na cesti.

V enoti smo si predstavo ogledali in aktivno sodelovali v njej, bila je izredno kvalitetna in poučna.



ZDRAVA PREHRANA

Otroci so preko pravljič in zgodb spoznavali pomen zdrave hrane, prehransko piramido-pomembnost pestre hrane; zdrav zajtrk je stalnica v vrtcu, otroci imajo namaze narejene v vrtcu zelo radi; zdravo prehrano smo vključili tudi v praznovanje rojstnih dni in otrokom ponudili alternativne sladice, kot so sušeno sadje, tropsko sadje..; preko peke v vrtcu, so otroci spoznavali kulturo vedenja v kuhinji in kako pomembna je higiena in varnost v kuhinji; otroci tudi redno pijejo vodo ali pa nesladkan čaj; vedno pa še posebno pozornost namenimo tradicionalnemu slovenskemu zajtrku in pomenu živil, ki so pridelane lokalno. Uvedli smo samopostrežni zajtrk, kjer si otroci sami vzamejo hrano, tako se učijo veščin samoregulacije hrane, veščine koordinacije in natančnosti.



ZOBOZDRAVSTVENA VZGOJA

Zobozdravstvena vzgoja se redno izvaja tudi na Jančah; obisk zobne higieničarke Mojce Kroflič z demonstracijo pravilnega umivanja zob, spodbujanje uživanja trde zelenjave in sadja.