

ZDRAVJE V VRTCU

2022/2023

Datum: 15. 6. 2023

Vrtec: OŠ Ribnica na Pohorju, enota Vrtec pri OŠ Ribnica na Pohorju

Skupina: Čebelice

Starost otrok: 2-3 leta

Vzgojiteljica: Ksenija Žvikart

Pomočnica vzgojiteljice: Špela Hrastnik

Koordinator: Alenka Urnaut

V šolskem letu 2022/2023 se je naša skupina prvega starostnega obdobja, udeležila projekta Zdravje v vrtcu, ki je podprt s strani Nacionalnega inštituta za zdravje. V dejavnosti smo vključili aktivnosti, s katerimi smo zavzeli vsa področja dejavnosti, z njimi spodbujali zdrav odnos do hrane, telesa, torej samega sebe in zdrav življenjski slog ter skrbeli za čiste roke in zobe. Držali smo se letošnje rdeče niti, ki je: »Prihodnost je moja,« saj menimo, da moramo začeti sedaj, da se lahko to izraža v prihodnosti.

DEJAVNOSTI ZA VAROVANJE IN KREPITEV ZDRAVJA V VRTCU SKUPINA ČEBELICE

- Naš kotichek za zdravje v vrtcu, tokrat krasijo zobje, natančneje dva: zdrav in nezdrav. Okoli zdravega imamo razvrščeno prehrano, ki velja za zdravo in zobem prijazno, okoli nezdravega zoba pa je razporejena nezdrava prehrana. Z otroci se o tem pogovarjamo, povedo tudi, da za zdrav zob lahko pojemo samo 1 bonbon 😊. Povedali smo tudi, kaj potrebujemo, da si lahko zobe umijemo (zobna ščetka in zobna pasta).



- Umivanje zob.



- Obisk medicinskih sester (umivanje zob z Zobotigrom, umivanje rok in preizkus, zaščita pred soncem, izdelava papirnatega klobuka).



- Sami smo še enkrat opravili preizkus: Kaj se zgodi z bacili, če uporabimo milo?



- Naše zdravje smo krepili z gibanjem v telovadnici in v naravi (na igralih, sprehodi, gibanje na travniku, igrišču, gozdu).





- Z otroki smo pričeli z umivanjem zob. Želeli pa smo to narediti tudi na drugačen način in sicer: izdelali smo si zobne ščetke iz paličic in pene ter belo tempero uporabili za zobno pasto. Bolj kot smo »čistili« oz. barvali umazan zob, bolj je postajal bel. Tako smo umetnost povezali z naravo (našim zdravjem).



- Udeležitev tradicionalnega Slovenskega zajtrka, katerega moto je bil Zajtrk z mlekom-super dan! Zato smo v okviru Slovenskega tradicionalnega zajtrka, smo večji poudarek poleg medu, dali mleku, saj je to letošnji moto. Zraven ostalih domačih živali, nam igralnico krasi tudi krava. Iz rokavice, smo ji naredili vime in vanje nalili mleko. Otroci so tako videli in lahko tudi sami poskusili postopek molzenja.



- Dopolnitev našega kotička za zdravje v vrtcu s fotografijami postopka umivanja rok in postopa uporabe stranišča, saj je večina že brez plen. Dopolnili smo tudi s punco, ki na svoji obleki nosi piramido prehranske sheme. O tem se večkrat pogovarjamo.

