

## ODGOVORI RESPONDENTA

Dobrodošli v spletni anketi. Anketa je pisana v moškem spolu, velja za oba spola. Anketo izpolni koordinator programa Zdravje v vrtcu. Prav tako jo izpolnijo tudi vzgojitelji in pomočniki vzgojiteljev, ki želijo pridobiti potrdilo o sodelovanju v programu Zdravje v vrtcu oz. želijo pridobiti potrdilo za dve točki za napredovanje v nazive. Anketa je aktivna do 31. 7. 2021. Po tem datumu poročanje ni več mogoče. ZA ENO SKUPINO SE IZPOLNI ENO POROČILO. Izpolni ga vzgojitelj ali pomočnik vzgojitelja. Če vzgojitelji oz. pomočniki vzgojiteljev ne bodo oddali svojega poročila, izpolni poročilo o izvedenih aktivnostih koordinator programa Zdravje v vrtcu za celoten vrtec. Za pridobitev potrdil mora v programu Zdravje v vrtcu sodelovati vsaj tretjina skupin iz vrtca. Kontaktni podatki strokovnih delavcev, ki jih boste navedli v anketi bo NIJZ uporabil izključno za potrebe komunikacije med tekočim šolskih letom v okviru programa Zdravje v vrtcu (npr. pošiljanje vabil na izobraževanja, pošiljanje vabil na sestanke, pošiljanje gradiv ...). Hvala za sodelovanje! S klikom na Naslednja stran pričnete z izpolnjevanjem ankete.

### Regijski koordinator za vaš vrtec je iz NIJZ OE

[Maribor](#)

### Naziv vrtca:

[OŠ SELNICA OB DRAVI - VRTEC KOBANČEK](#)

### Naslov vrtca - ulica in hišna številka:

[MARIBORSKA CESTA 28](#)

### Poštna številka in kraj:

[2352 SELNICA OB DRAVI](#)

### Ime in priimek koordinatorja programa Zdravje v vrtcu v vašem vrtcu v šolskem letu za katerega oddajate poročilo:

[Katja Perkovič](#)

### E- naslov koordinatorja programa Zdravje v vrtcu:

(npr. janez.novak@gmail.com)

[katja.perkovic@os-selnica.si](mailto:katja.perkovic@os-selnica.si)

**Ime in priimek poročevalca:**

Katja Perkovič

**Anketo izpolnjujem:**

vzgojitelj

**Ime vaše enote:**

Vrtec Kobanček

**Ime vaše skupine:**

Škrati

**Starost otrok v vaši skupini:**

nižje starostne skupine (od 1-3 leta)

**Izvajanje aktivnosti v posamezni skupini (vsaj 3 mesece):**

Vzgojitelj: Katja Perkovič, 6-DEC2020/67, 6-APRIL2021/131

**Izvajanje aktivnosti v posamezni skupini (vsaj 3 mesece):**

Pomočnik vzgojitelja: Lejla Vrenčur

**Za koliko aktivnosti želite podati poročilo?**

V kolikor želite prejeti potrdilo za sodelovanje v programu morate izbrati in opisati vsaj 3 aktivnosti.&nbsp;nbsp;nbsp;

za 6 aktivnosti

**Navedite vsebino 1. aktivnosti**

V kolikor označite drugo obvezno navedite vsebino.

Osebna higiena

**Čas trajanja aktivnosti**

v kolikor ste izvajali aktivnost nekaj ur označite ure, v kolikor nekaj dni označite dnevi ...

meseči

**Vpišite število:**

2

**Navedite gradivo in didaktične materiale, ki ste jih uporabili pri tej vsebini:**

sličice mikrobov, poper, milo, slikovno gradivo postopka umivanja rok, situacij, ki zahtevajo umivanje rok

**Ste pridobljene informacije iz naših izobraževanj uporabili pri vsebini?**

ne

**Navedite metode dela, ki ste jih pri izvajanju aktivnosti uporabljali.**

Možnih je več odgovorov

pogovor,  
predavanje/razlaga,  
demonstracija

**Navedite za katero ciljno skupino ste aktivnost izvajali.**

Možnih je več odgovorov

otroci

**Opis aktivnosti (okoli 200 besed):**

Umivanje rok Tudi letos smo že v septembru pričeli govoriti o še vedno aktualni, v teh epidemioloških časih pa še posebej pomembni tematiki. Ponovili in utrdili smo namreč postopek umivanja rok, najmlajši pa so se s postopkom šele pričenjali seznanjati. Preden smo prešli na sam postopek, smo otrokom demonstrirali kako z dotikanjem različnih predmetov na rokah ostajajo različni mikrobi. Sličice le-teh smo predhodno prilepili, na površine katerih se pogosto dotikamo (kljuke, pipe, igrače ipd.), nato smo ponazorili dotikanje teh površin in sličice so se prilepile na naše dlani. Nato je sledil pogovor o tem kako bi se jih znebili iz rok in ali bi pri tem uporabili milo ali ne. Dvome o uporabi mila smo razrešili z eksperimentom - poper plavajoč na gladini vode (predstavlja mikrobe) in približevanje z namiljenim prstom, poper (mikrobi), se milu začne umikati. Z otroki smo si tudi ogledali sličice situacij, ki od nas zahtevajo umivanje rok. Preglednico smo prilepili pred vhod v umivalnico. Tam nam je na voljo kot opomnik skozi vso leto, otroci si jo tudi ob koncu leta še vedno ogledujejo in na podlagi sličic začenjajo pogovor. Nad umivalnike smo prilepili slikovno gradivo, ki opominja kakšen je pravilni vrstni red umivanja rok. Ker so v skupini še mlajši otroci, umivanje rok še zahteva nadzor odrasle osebe, ki otroke ustno usmerja k pravilnemu umivanju rok. Starejši otroci pa so tekom leta pri umivanju rok postali samostojni.

**Navedite vsebino 2. aktivnosti**

Rdreča nit

**Čas trajanja aktivnosti**

v kolikor ste izvajali aktivnost nekaj ur označite ure, v kolikor nekaj dni označite dnevi ...

meseci

**Vpišite število:**

1

**Navedite gradivo in didaktične materiale, ki ste jih uporabili pri tej vsebini:**

pesem J. Bitenc: Vrabček, storži, ptičja hrana, arašidovo maslo, pribor

**Ste pridobljene informacije iz naših izobraževanj uporabili pri vsebini?**

da

**Navedite metode dela, ki ste jih pri izvajanju aktivnosti uporabljali.**

Možnih je več odgovorov

praktično delo (npr. vaje, izdelki, nastopi, športne dejavnosti, pohodi, delo na terenu ...),  
pogovor,  
ogled/obisk**Navedite za katero ciljno skupino ste aktivnost izvajali.**

Možnih je več odgovorov

otroci,  
starši**Opis aktivnosti (okoli 200 besed):**

Skrb za ptice Otroci se ob mejnikih, ki jih dosežejo počutijo ponosno in odgovorno. V zgodnjih letih se radi pridružijo odraslim pri dejavnostih ter jim želijo pomagati. Dobro se počutijo, kadar je njihova pomoč zaželeno, zato smo razmišljali o tem, kako bi negovali to njihovo željo po skrbi in pomoči drugim. Odlična priložnost se nam je ponudila v hladnih, zimskih mesecih. Pričeli smo s pogovori o pticah pozimi, jih vsakodnevno iskali in opazovali v času našega bivanja na prostem. Tekom sprehodov, sploh kadar je bil zunaj sneg, smo v okolici opazili številne ptičje hišice, ki so jih obletavale ptice. Ker so otroci tekom pogovorov, petja pesmi Vrabček, do ptic razvili naklonjen

odnos, so bili navdušeni nad idejo, da bi tudi sami pticam ponudili hrano. Spoznavali smo se s semeni, ki jih ptice lahko jedo, jih tipali, presipali, kar je na otroke delovalo sprostitveno. Da bi vloga otrok pri hranjenju ptic bila kar se da aktivna, smo se odločili za izdelavo ptičjih prigrizkov. Nabrali smo storže, nanje s plastičnim priborom mazali arašidovo maslo ter takšne storže nato povaljali v semenih (pri slednjem postopku, so se otroci najraje zadrževali). Vzgojiteljici sva na izdelane prigrizke pritrdili še vrv, da smo jih kasneje lahko obesili na enega izmed dreves. Drevo smo vsakodnevno (na pobudo otrok) spremljali, da smo videli ali so ptice že pojedle hrano in ali bi morda morali izdelati še dodatne prigrizke. Poleg tega načina spodbujanja solidarnosti pri otrocih, pa smo se tekom leta pridružili tudi dobrodelni akciji Božičkova pošta, v teku pa je še zmeraj zbiralna akcija zamaškov za dečka Luko iz Poljčan. Da bi družine spodbudili k prinašanju zamaškov, so otroci pomagali pri izdelavi "zamaškojeda", v katerega lahko vsujejo zamaške, hkrati pa jih s postavitvijo v garderobi dnevno spominja k prinašanju zamaškov.

### **Navedite vsebino 3. aktivnosti**

V kolikor označite drugo obvezno navedite vsebino.

Svetovni dnevi povezani z zdravjem

### **Čas trajanja aktivnosti**

v kolikor ste izvajali aktivnost nekaj ur označite ure, v kolikor nekaj dni označite dnevi ...

dnevi

### **Vpišite število:**

1

### **Navedite gradivo in didaktične materiale, ki ste jih uporabili pri tej vsebini:**

dojenčki, pripomočki iz kotička kuhinja, odeje, knjige

### **Ste pridobljene informacije iz naših izobraževanj uporabili pri vsebini?**

ne

### **Navedite metode dela, ki ste jih pri izvajanju aktivnosti uporabljali.**

Možnih je več odgovorov

praktično delo (npr. vaje, izdelki, nastopi, športne dejavnosti, pohodi, delo na terenu ...),  
pogovor

### **Navedite za katero ciljno skupino ste aktivnost izvajali.**

Možnih je več odgovorov

otroci

### Opis aktivnosti (okoli 200 besed):

Svetovni dan spanja Kadar pomislimo na gradnike zdravega življenjskega sloga, se najpogosteje spomnimo na zdravo prehrano, gibanje in ustrezno osebno higieno. Spanje pa je tisti gradnik, na pomen katerega še mnogokrat pozabimo. Da bi poudarili pomen spanca, smo ob svetovnem dnevu spanja izvedli naslednje dejavnosti: Pričeli smo s pogovorom o tem kako so otroci spali in kako se zaradi tega počutijo ter kaj vse lahko počnejo zato ker so naspani. Pogovarjali smo se tudi o njihovi rutini pred spanjem doma. Nato smo vsi z otroki postali starši eni izmed igrač (najpogosteje so posegali kar po dojenčkih). Kot starši smo poskrbeli, da se je igrača gibala, zato smo z njo izvedli vaje za razgibavanje. Ko smo se utrudili, smo poskrbeli, da so igrače pojedle zdrav obrok ter popile dovolj vode. Siti otroci so kaj kmalu postali utrujeni, zato smo si v igralnici poiskali vsak svoj kotiček, kjer smo igračo uspavali. Igrače smo položili v "postelje", jih pokrili, nato smo se dogovorili, da jim zapojemo pesmico. Ker igrače še niso zaspale, smo jim povedali deklamacijo Ciciškrat, nato pa si je vsak izmed otrok izbral knjigo, ki jo je "prebral" svoji igrači, le-te so končno zaspale. Zares zanimivo je bilo otroke opazovati kako odgovorno so pristopili k svojim vlogam in koliko časa so jim bili pripravljene nameniti tudi tisti otroci, ki sicer pri skupnih dejavnostih ne vztrajajo dolgo. Ko so igrače zaspale, smo se dogovorili za tiho igro, da bodo imele kar se da kvaliteten spanec ter da se bodo zbudile spočite in dobre volje. Otroci so tudi po "počitku" nadaljevali z igro vlog. Enako umirjanje pred počitkom, kot so ga doživele igrače, so si zaželeli tudi otroci, ko je prišel čas za njihov počitek. Da bi pri otrocih ostalo prisotno zavedanje o pomembnosti spanca kot gradniku zdravja, smo izdelali tabelo gradnikov zdravja, na katero smo vključili tudi spanje. Naloga pomočnika je tekom dneva preveriti, ali smo počeli vse kar je v naši moči, da bi ostali zdravi. Pomočnik pokriva sličice opravljenih gradnikov, ko pokrije vse, se izpiše napis "BRAVO", takrat si zaploskamo.

### Navedite vsebino 4. aktivnosti

V kolikor označite drugo obvezno navedite vsebino.

Svetovni dnevi povezani z zdravjem

### Čas trajanja aktivnosti

v kolikor ste izvajali aktivnost nekaj ur označite ure, v kolikor nekaj dni označite dnevi ...

tedni

### Vpišite število:

1

**Navedite gradivo in didaktične materiale, ki ste jih uporabili pri tej vsebini:**

set kart Zlata pentlja, medvedek, zlata pentlja

**Ste pridobljene informacije iz naših izobraževanj uporabili pri vsebini?**

ne

**Navedite metode dela, ki ste jih pri izvajanju aktivnosti uporabljali.**

Možnih je več odgovorov

praktično delo (npr. vaje, izdelki, nastopi, športne dejavnosti, pohodi, delo na terenu ...),  
pogovor,  
ogled/obisk

**Navedite za katero ciljno skupino ste aktivnost izvajali.**

Možnih je več odgovorov

otroci

**Opis aktivnosti (okoli 200 besed):**

Zlata pentlja Ob svetovnem dneva boja proti otroškemu raku, se je tudi naša skupina pridružila akciji "Zlata pentlja". Otroke je ob tem dnevu prišel obiskati medvedek s pripeto zlato pentljo. Otrokom je razložil, da prihaja iz bolnišnice, kjer se igra z otroki, ki so trenutno bolni in ne morejo hoditi v vrtec, dela jim družbo, včasih pa jih tudi tolaži. Otrokom je pokazal sličice teh otrok (slike so delo učenke naše šole, katere brat je izgubil bitko z rakom, natisnjene pa so na igralnem setu kart Zlata pentlja). Otroci so primerjali sebe z otroki iz fotografij, glavna razlika, ki so jo opazili je bilo pomanjkanje las na glavah otrok iz bolnišnice. Na slikah so opazili, da sicer ti otroci, kadar se dobro počutijo radi počno povsem enake stvari, kot oni sami. Dejavnosti, ki so jih otroci predstavljali na slikah, smo tudi sami gibalno posnemali (slikanje s čopiči, igranje instrumentov, ples ipd.). Medvedek je povedal, da zlato pentljo nosi zato, ker želi tudi druge ljudi opomniti na te otroke, ob tem pa nam želi sporočiti kako srečni smo lahko, ker smo zdravi, lahko hodimo v vrtec in se dobro počutimo. Tako kot je medvedek na voljo otrokom iz bolnišnice, je tudi tokrat delil objeme našim otrokom. S sporočilom, da tudi mi mislimo na otroke, ki se borijo z rakom in jim želimo čimprejše dobro počutje, smo izdelali veliko zlato pentljo. Nanjo smo odtiskovali svoje dlani, jih posuli z zlatimi bleščicami ter pentljo dali na vidno mesto v garderobi, da delimo sporočilo tudi z našimi starši in drugimi obiskovalci vrtca.

**Navedite vsebino 5. aktivnosti**

V kolikor označite drugo obvezno navedite vsebino.

Zdrava prehrana

**Čas trajanja aktivnosti**

v kolikor ste izvajali aktivnost nekaj ur označite ure, v kolikor nekaj dni označite dnevi ...

meseci

**Vpišite število:**

1

**Navedite gradivo in didaktične materiale, ki ste jih uporabili pri tej vsebini:**

E. Carle: Zelo lačna gosenica, lutke izdelane po zgodbi, lutka škrat Alojz

**Ste pridobljene informacije iz naših izobraževanj uporabili pri vsebini?**

ne

**Navedite metode dela, ki ste jih pri izvajanju aktivnosti uporabljali.**

Možnih je več odgovorov

praktično delo (npr. vaje, izdelki, nastopi, športne dejavnosti, pohodi, delo na terenu ...),

pogovor,

predavanje/razlaga,

ogled/obisk

**Navedite za katero ciljno skupino ste aktivnost izvajali.**

Možnih je več odgovorov

otroci

**Opis aktivnosti (okoli 200 besed):**

Zdrava prehrana Zgodba Erica Carleja: Zelo lačna gosenica, nam je bila izhodišče za pogovor o prehrani. Že sama zgodba nam je namignila, da določene hrane lahko jemo več, druge pa v manjših količinah, da kljub temu ostanemo zdravi. Na podlagi izkušenj gosenice iz zgodbe, smo si izdelali semafor zdrave prehrane. Zelena luč je pomenila, da gre za hrano, ki jo lahko jemo v večjih količinah in ob tem ostajamo zdravi in polni energije. Sem smo umeščali predvsem sadje in zelenjavo in ob tem spoznavali imenovanja ter se urili v njihovi izgovorjavi. Na rdečo luč smo lepili živila,



ki jih imamo sicer izredno radi, vendar pa njihovo uživanje v večjih količinah ni zaželeno (sladkarije, prigrizki), da bi si zapomnili kaj pomenijo ta živila na rdeči oznaki, smo zraven prilepili sličico utrujenega, bolnega otroka. Utrjevanje razvrstitve zdravih in nezdravih živil smo poglobljali tudi z obiskom lutk Zelo lačne gosence in škrata Alojza, ki sta z nami pogosto delila svoje slabe odločitve glede hrane, ki sta jih sprejela in posledice, ki so zato nastale. Ob obrokih smo se osredotočali na imenovanja živil in iskanje le teh na našem semaforju, da smo se lahko orientirali česa lahko pojemo več. Kadar katerega izmed živil ni bilo na semaforju, smo si ogledali piramido zdrave prehrane, ali pa sva otrokom svetovali vzgojiteljici.

### **Navedite vsebino 6. aktivnosti**

V kolikor označite drugo obvezno navedite vsebino.

Zdrav način življenja

### **Čas trajanja aktivnosti**

v kolikor ste izvajali aktivnost nekaj ur označite ure, v kolikor nekaj dni označite dnevi ...

dnevi

### **Vpišite število:**

1

### **Navedite gradivo in didaktične materiale, ki ste jih uporabili pri tej vsebini:**

pesem Ko si srečen, table z navodili

### **Ste pridobljene informacije iz naših izobraževanj uporabili pri vsebini?**

ne

### **Navedite metode dela, ki ste jih pri izvajanju aktivnosti uporabljali.**

Možnih je več odgovorov

praktično delo (npr. vaje, izdelki, nastopi, športne dejavnosti, pohodi, delo na terenu ...),

pogovor,

ogled/obisk,

uporaba avdiovizualnih sredstev

### **Navedite za katero ciljno skupino ste aktivnost izvajali.**

Možnih je več odgovorov

otroci

**Opis aktivnosti (okoli 200 besed):**

Poligon zdravja Vsaka skupina vrtca je za tako imenovan Poligon zdravja prispevala eno nalogo, ki je vsebinsko ustrezala programu Zdravje v vrtcu. Nastalo je 10 postaj, ki smo jih ločili glede na starostna obdobja. Tako je vsako skupino otrok pričakalo 5 postaj. Poligon Zdravja smo izvedli 11. 5. 2021, ob upoštevanju priporočil NIJZ (časovni raspored, brez pripomočkov in mešanja skupin). Mi smo sodelovali pri poligonu 1. starostnega obdobja. Namen prve postaje je bil pri nas vzpodbuditi dobra občutja, kar je pri plesu otrok ob glasbi zagotovljeno. Na naslednji postaji so nas pričakale 3 gibalne naloge, ki smo jih uspešno opravili, postaja nas je spomnila na pomen gibanja za ohranjanje zdravja. 3. postaja je skozi izvedbo bibarije opomnila na vse pomembne gradnike, ki skupaj prispevajo k ohranitvi zdravja. Postaja s poudarkom na zdravi prehrani, nas je spodbudila k imenovanju hrane, k uživanju zadostne količine vode, k razmišljanju o tem kaj vse lahko pripravimo iz sadja in zelenjave, ob enem pa nam je postregla še z gibalnimi izzivi. Za konec pa smo utrjevali še pravila za varno ravnanje v prometu, razmišljali smo o tem kakšna luč mora goreti na semaforju, da lahko prečkamo prehod za pešce, nato pa smo z dvignjeno roko, spremljanjem ceste v vse smeri še varno in vidno prečkali zebro, ki nas je čakala na igrišču.