

ZDRAVJE V VRTCU

SKUPINA »COPATKI«

RDEČA NIT: POČUTIM SE DOBRO

V naši skupini strmimo k temu, da se otroci dobro počutijo. Dobro počutje sva omogočili z varnim, zdravim bivalnim okoljem in raznolikimi dejavnostmi. Velik poudarek sva namenili prijateljskim odnosom, osebni higieni, vzpodbujali k uživanju zdrave prehrane, vsakodnevnemu gibanju na prostem, skrb za naravo, vključevanju varno v promet, spoznavanju kako se obvarujemo sončnim žarkom in praznovanju na različne načine.

Vsakodnevni jutranji krog nas je povezoval, umirili in popeljali v sproščen pogovor. Ta je potekal pred zajtrkom.

SKRBIM ZA HIGIENO ZOB IN OSEBNO HIGIENO

Vsakodnevno po zajtrku si v naši skupini umivamo zobe. Kako si umivamo in skrbimo za zobe smo se o tem pogovarjali ter izvajali. Še bolj strokovno nam je pa predstavila higieno zob zobna preventiva. Kako skrbimo za zdravje so otroci hitro znali naštetati dejavnike ki pripomorejo in te tudi opisati. S skupino smo izdelali plakat in se nanj večkrat ozrli ter vsakodnevno izvajali vse kar je prispevalo k ohranjanju zdravja



PRIPRAVA IN UŽIVANJE ZDRAVE HRANE

V skupini smo skozi vso leto otroke ozaveščali o pomembnosti uživanja zdrave prehrane. Preko zgodb, lutkovnega filma, izdelavi plakata in pogovora so spoznali posledice uživanja nezdrave hrane, zato smo si sami pripravili nekaj okusnega in zdravega.



VARNO V PROMET

Vsi smo dnevno vključeni v promet na različne načine. Z otroki smo se pogovarjali o pomembnosti varnostnega pasu v avtomobilu, kako hodimo po pločniku in kako so pomembna svetila s katerimi si bolj viden. Skozi temo »Varno v prometu« smo spoznali prometne znake, njihove oblike, prisluhnili pravljicam in se naučili pesem.



GIBANJE NAŠ VSAKDAN

Zadostna telesna dejavnost vpliva tako na telesno kot duševno zdravje. Otrokom sva gibanje omogočale vsakodnevno na različne načine.



VARNO SONCEM

Otroci so preko različnih dejavnosti spoznali, kako se zaščititi pred negativnimi vplivi sončnih žarkov. Spremljali smo senco in se ravnali pravila ko je senca krajša od tvojega telesa se zaščitimo pred soncem in umaknemo v senco. Seveda pa ne smemo pozabiti zaužiti veliko tekočine.



PRAZNOVANJA

Otroci se zelo dobro počutijo, če v vrtcu kaj pričakujemo ali praznujemo. Povabili in sodelovali smo s starimi starši, medgeneracijskim centrom VDC Polž ter zunanjimi strokovnjaki.

