

ZDRAVJE V VRTCU

Tudi to leto smo v skupini Regratove lučke (starost otrok 2-3) sodelovali v projektu Zdravje v vrtcu. Obe sva veliki ljubiteljici narave in živali in to sva želeli že zelo zgodaj predati tudi otrokom. Vsakodnevno smo se pogovarjali o odnosu do živih bitij in okolja - vse preko igre in na njim primeren način. Bili smo res pozorni opazovalci. Pred nami niso ostali neopaženi polži, deževniki, pajki, hrošči, mačke, psi,... Ker je bilo letos leto polžev smo jih vsakodnevno opazovali, jih imeli na rokah in se vedno znova učili nežnosti do živih bitij. Tudi za deževnike smo velikokrat poskrbeli in jih reševali iz pločnikov. Naše okolje smo varovali in ohranjali čisto skozi celo leto. Izvedli smo čistilno akcijo in se učili ločevanja odpadkov. Otroci so bili zelo pozorni na vsako smet, ki ni bila tam, kjer bi morala biti.



Gibanje je bilo stalnica našega dne. Otroci nadvse potrebujejo gibanje, s čimer krepijo tudi svoje zdravje in razvoj. V tem šolskem letu smo se vsakodnevno gibalili. Otrokom sva pripravljali različne ovire, ki so jih z veseljem premagovali. Imeli sva srečo, da ima naša igralnica teraso, kar nam je resnično omogočalo vsakodnevno gibanje na svežem zraku in to v vsakem vremenu. Če nam je vreme dopuščalo smo se podajali na sprehode, v kolikor pa je bilo deževno ali sneženo smo se posluževali terase. Trudili sva se spremljati otrokove potrebe in krepiti njegov razvoj z različnimi postavitvami premagovanja ovir in doseganja različnih izzivov. Obiskovali smo tudi zunanja igrišča, kar je imelo za otroke poseben čar. V gibanje sva vključevali žoge, katere so ljubljenske otroke in hkrati dober rekvizit. Veliko sva tudi povezovali gibanje z preostalimi področji kurikulumuma. Prav iz področja gibanja in jezika smo v skupini tudi izvedli hospitacijski nastop. Sodelovali smo tudi v projektu Mali sonček, kjer so otroci uspešno izvedli vse zastavljene naloge. Poleg preostalih pohodov, ki smo jih izpeljali v tem šolskem letu smo se v mesecu novembru odpravili še na nočni pohod z lučkami v spremstvu starih staršev, kar je bilo tudi svojevrsno doživetje. Na ta način smo povezovali različne generacije.



Skozi celo leto smo imeli v skupini cilj, da stremimo k zdravemu načinu življenja. To smo opravičevali z pitjem nesladkanega čaja, z zdravimi obroki. Otrokom sva ponujali zelenjavo in sadje. In tu je bil opažen velik napredek. Praznovanja rojstnih dni sva naredili posebna tudi brez sladkarij. Tak je bil tudi dogovor s starši, ki so se ga res lepo držali. Čeprav so otroci v skupini majhni smo izvajali dejavnosti, ki so prispevale tudi k njihovi odpornosti. Vsakodnevno smo se gibali na svežem zraku, skrbeli sva za prezračevanje igralnice. Otroci so nekajkrat spali tudi na terasi, kar jim je bilo še posebej všeč. Ob menjavi letnih časov sva skrbeli tudi za to, da otroci niso bili preveč ali premalo oblečeni. V vsakem tematskem sklopu v tem šolskem letu smo se posvečali zdravemu načinu življenja. Kuhali smo zdravo marmelado, čežano, domače čaje,... Z otroki smo prepevali pesmice in izvajali bibarije tudi na to temo. Najlepše pa je bilo, da smo se ob vsem tem tudi zabavali. Izpostavili bi najin projekt Vrtec v gozdu. Za tri tedne smo našo igralnico pustili čisto na miru in se takoj po zajtrku odpravljali v gozd, kjer smo izvajali vse dejavnosti, ter se v vrtec vračali šele na kosilo. Nobene ovire nismo imeli in niti slabo vreme nas ni ustavilo. Otroci so dobili toliko pozitivnih izkušenj, predvsem pa je bilo opaziti njihovo sproščenost in raziskovalnega duha.



Letošnja rdeča nit je bila Besede imajo moč. Najini otroci to nekoliko drugače razumejo, a sva kljub temu skozi celo leto otroke spodbujali k lepemu reševanju sporov in konfliktov. Čeprav so še tako majhni lahko dosežejo že zelo veliko. Z vsako premagano oviro so pokazali, da zmorejo, da so pomembni,... Učili sva jih vljudnosti (pozdravljanja in odzdravljanja), učili sva jih spoštljivega govora (mi posodiš prosim, hvala,...). Upoštevali sva njihove potrebe in jih v največji meri poskušali zadovoljevati. V ospredju nama je bil otrok. Dotikali sva se čustev in s

tem otrokom sporočali, da so opaženi in da je povsem ok, če so jezni, žalostni, veseli,... Učili sva jih nežnosti, empatije... S to rdečo nitjo sva zajemali tako odnos do okolja, živali, higiene, gibanja, zdravega načina življenja, saj vse to stremi k temu, da imajo besede velik vpliv tudi na prihodnost. In s takim načinom bomo nadaljevali tudi v prihodnje.

Vzgojiteljici Špela Dolinar in Brigita Šink