

ODGOVORI RESPONDENTA

NIJZ Nacionalni inštitut
za javno zdravje

\ includegraphics[width=3cm]/var/www/nijz.si/anketa/uploadi/editor/1620720183zdravje_
v_vrtcu_logo

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. 2022. 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.

Kontaktne podatke 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.

Soglasje za zbiranje osebnih podatkov v anketi

Anketa, ki je pred vami, zbira osebne podatke in podatke, ki jih posredujete v anketi:

Ker bomo skupaj z vašimi odgovori zbirali zgoraj navedene osebne podatke, vas prosimo, da se pred izpolnjevanjem strinjate z zbiranjem vaših osebnih podatkov. Posredovanje anketnih in osebnih podatkov je prostovoljno in pogoj za sodelovanje v anketi. V primeru, da podatkov ne posredujete, ne morete nadaljevati z izpolnjevanjem ankete. Podrobnosti o zbiranju, hranjenju in obdelovanju vaših podatkov v tej anketi si lahko preberete tukaj. Politika zasebnosti in splošni pogoji so dostopni na tej povezavi.

Kontaktne podatke sodelujočih bo NIJZ uporabil izključno za potrebe evalvacije in izdaje potrdil sodelujočim.

Prosimo, označite, ali se strinjate z zbiranjem vaših osebnih podatkov:

Da, strinjam se z zbiranjem mojih osebnih podatkov

Regijski koordinator za vaš vrtec je iz NIJZ OE

Maribor

Naziv vrtca:

VRTEC IVANA GLINŠKA MARIBOR

Naslov vrtca - ulica in hišna številka:

GLEDALIŠKA ULICA 6

Poštna številka in kraj:

2000 MARIBOR

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

Katarina Pučko

E-naslov koordinatorja programa Zdravje v vrtcu iz vašega vrtca:

(npr. janez.novak@example.com)

prehrana.zhr@vrtec-ivanaglinska.si

Ime in priimek poročevalca:

Špela Petrovič Štempihar

Anketo izpolnjujem:

vzgojitelj

Ime vaše enote:

Gledališka

Ime vaše skupine:

Ježki

Starost otrok v vaši skupini:

[nižje starostne skupine \(od 1-3 leta\)](#)

Izvajanje aktivnosti v posamezni skupini (vsaj 3 mesece):

Vzgojitelj: [Špela Petrovič Štempihar, 6-DEC2021/373](#)

Izvajanje aktivnosti v posamezni skupini (vsaj 3 mesece):

Pomočnik vzgojitelja: [Anica Nudl](#)

Za koliko aktivnosti želite podati poročilo?

V kolikor želite prejeti potrdilo za sodelovanje v programu morate izbrati in opisati vsaj 5 aktivnosti. nbsp;

[za 5 aktivnosti](#)

Navedite vsebino 1. aktivnosti

V kolikor označite drugo obvezno navedite vsebino.

[Duševno zdravje](#)

V kolikor so pri izvajanju aktivnosti sodelovali zunanji izvajalci, prosimo, navedite kdo so to bili:

npr. policist, zdravnik, gasilec...

[Sodelovanje s strokovnima sodelavkama v naši enoti, ki sta izvajali obogatitveno dejavnost](#)

Čas trajanja aktivnosti

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

[meseči](#)

Vpišite število:

[8](#)

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

[Pravljlična joga \(Urška Božič\), Sedeti pri miru kot žaba \(Eline Snel\),](#)

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,

demonstracija,

uporaba avdiovizualnih sredstev

Navedite za katero ciljno skupino ste aktivnost izvajali.

Možnih je več odgovorov

otroci

Opis aktivnosti (okoli 200 besed):

V enoti je v letošnjem letu potekala obogatitvena dejavnost Joga v vrtcu, ki sta jo izvajali strokovni sodelavki od meseca novembra dalje. Ker sem se že tudi sama precej poglobljala v dotično tematiko, sem se odločila, da jogo podrobneje spoznamo tudi v naši skupini (Ježki, 2 - 3 leta). Posluževali smo se je predvsem v jutranjem krogu, kjer smo rutinsko izvedli pozdrav vsem otrokom, pozdrav naše maskote (Ježek Bežek), štetje otrok, označevanje prisotnih in odsotnih otrok na Ježkovo tablo, razvrščanje glede na spol, prepevanje pesmi, prijetje za roke, ustvarjanje kroga prijateljstva, nato pa še izvedli določene, izbrane položaje (asane) joge. Ogromno smo se pogovarjali, da se je potrebno znati tudi umiriti, poslušati svoje telo, prisluhniti tišini, ... In pri tem nam zelo lahko pomaga izvajanje joga položajev. Preko knjig in slikovnih aplikacij smo le te tudi spoznali in jih izvajali. Da jim je bilo bolj zanimivo, smo položaje povezali s živalmi in z izmišljeno zgodbo. Otroci so naravni telovadci, le na pravilen način jih je potrebno spodbuditi. Z veliko mero vztrajnosti so se trudili in položaje izvajali v celoti. Slikovne animacije smo prilepili na steno in jih tako imeli ves čas na razpolago za ogled. Velikokrat so se otroci kar sami organizirali in jih samostojno izvajali.

Navedite vsebino 2. aktivnosti

Varno s soncem

V kolikor so pri izvajanju aktivnosti sodelovali zunanji izvajalci, prosimo, navedite kdo so to bili:

npr. policist, zdravnik, gasilec...

/

Čas trajanja aktivnosti

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

tedni

Vpišite število:

5

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

Zložanka

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,

demonstracija

Navedite za katero ciljno skupino ste aktivnost izvajali.

Možnih je več odgovorov

otroci

Opis aktivnosti (okoli 200 besed):

V mesecu juniju, ko se je pričelo toplejše vreme in so sčasoma sončni žarki postajali vse bolj "žareči", smo veliko časa namenili pogovoru o zaščiti pred soncem. Tematiko smo kasneje povezali z letnim časom poletje in s spremembami, ki se zgodijo v tem času. "Čarobno" škatlo sem napolnila s predmeti, ki jih lahko povežemo s poletjem - kapa, klobuk, sončna krema, kopalke, sandali, natikači, brisača, sončna očala, majica s kratkimi rokavi, kratke hlače, plastenka vode, školjke, posodice za igro v mivki in vodi, ... Vsak otrok je iz škatle povlekel en predmet, ga poimenoval, s skupnimi močmi smo ga opisali/povedali kakšna je njegova funkcija - čemu služi. S to uvodno motivacijo smo čez preostale dneve vlekli tematiko bivanja na prostem v sončnih, vročih pogojih - kako se primerno zavarovati in tako zaščititi svoje zdravje. Vsak otrok je v vrtec prinesel pokrivalo, plastenko in sončno kremo. Poudarjali smo pomen pitja zadostne tekočine (voda, nesladkan čaj) - tudi v času bivanja v vrtcu smo se opominjali na to, pomen nošenja pokrivala, pomen nanosa sončne kreme na naše telo, kar smo v jutranjem krogu tudi demonstrirali. V različnih revijah smo poiskali vsebino, ki se nanaša na poletje in jo izrezali ter slike nalepili na skupen plakat, ki smo ga obesili na vidno mesto v igralnici. Večkrat smo se ob njem pogovarjali in tako obnavljali/utrjevali vsebino.

Navedite vsebino 3. aktivnosti

V kolikor označite drugo obvezno navedite vsebino.

Zdrava prehrana

V kolikor so pri izvajanju aktivnosti sodelovali zunanji izvajalci, prosimo, navedite kdo so to bili:

npr. policist, zdravnik, gasilec...

/

Čas trajanja aktivnosti

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

tedni

Vpišite število:

4

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

Jaušovec, K. (2009). Predšolski otrok in zdrava prehrana: diplomska naloga. Maribor: Pedagoška fakulteta. Ogljed lutkovne predstave

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,

predavanje/razlaga,

demonstracija

Navedite za katero ciljno skupino ste aktivnost izvajali.

Možnih je več odgovorov

otroci

Opis aktivnosti (okoli 200 besed):

Za časa obrokov se z otroki vsakodnevno pogovarjamo o hrani, ki nam jo skrbno pripravljajo naše kuharice/kuharji. Hrano prepoznamo, jo poimenujemo in opišemo. Povemo za kaj je koristna, zakaj je zdrava. Ježek Bežek nam je v jutranjem krogu pripravil slikovne aplikacije različnih jedi in razložil, kaj je za naše telo najbolj zdravo in čemu se je pametno izogibati oz. pojesti v manjših količinah - poudarek na sadje, zelenjavo, nesladkano tekočino (voda, nesladkan čaj - kar pijemo tudi v vrtcu). Povemo katera hrana vsebuje veliko vitaminov, ki našemu telesu pomagata, da ostane

zdravo in fit. Ogledamo si predstavo "Ostal bom zdrav" - poglobljen pogovor. Tudi že poznana slikanica "Zelo lačna gosenica" nam je pomagala razvrstiti hrano na zdravo in tisto malo manj. Dneve smo si popestrili s pripravo zdrave malice - s skupnimi močmi smo narezali sadje, olupili in si naredili sadna nabodala, naslednjič smo takšna nabodala še nadgradili - predhodno smo iz slanega testa oblikovali ježkovo telo, vanj zapičili zobotrebce za bodice in na te bodice napičili koščke sadja. Otroci so resnično uživali.

Navedite vsebino 4. aktivnosti

V kolikor označite drugo obvezno navedite vsebino.

Osebna higiena

V kolikor so pri izvajanju aktivnosti sodelovali zunanji izvajalci, prosimo, navedite kdo so to bili:

npr. policist, zdravnik, gasilec...

/

Čas trajanja aktivnosti

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

tedni

Vpišite število:

3

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

plakat od NIJZ, uporaba pesmi

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,

predavanje/razlaga,

demonstracija

Navedite za katero ciljno skupino ste aktivnost izvajali.

Možnih je več odgovorov

otroci

Opis aktivnosti (okoli 200 besed):

Ker sva s sodelavko opazili, da otroci pri umivanju rok velikokrat hitijo in jih ne umijejo zadostno, sva se odločili, da bova čas umivanja rok povezali s petjem pesmi in sicer tiste, ki jo vsi še kako dobro poznajo - "Ringa ringa raja". 1. del pesmi umivamo eno roko, drugi del pesmi, drugo roko. Pri tem pokažemo tehnike. Pesem je ravno dovolj dolga, da lahko v celoti prikažemo primerno umivanje rok, otrokom je takšen način zabaven - lažja zapomnitev. Več dni zapored smo na novo usvojeno tehniko ponavljali, utrjevali in bili vedno bolj suvereni. Da bi otrokom čim bolj nazorno prikazali, kako uporaba mila vpliva na uničenje bacilov na umazanih rokah, smo naredili poskus z milom in poprom. V večjo posodo smo nalili vodo, v njo natresli poper, vatirano palčko namočili v milo in čarovnija se je pričela. Ko se je palčka z milom približala popru, je ta "pobegnil" - tako tudi bacili pobegnejo, ko si dele telesa umijemo z milom. Utrjevali smo tudi brisanje nosu, kašljanje v rokav (in ne v dlan), umivanje obraza, brisanje z brisačkami

Navedite vsebino 5. aktivnosti

V kolikor označite drugo obvezno navedite vsebino.

Gibanje

V kolikor so pri izvajanju aktivnosti sodelovali zunanji izvajalci, prosimo, navedite kdo so to bili:

npr. policist, zdravnik, gasilec...

/

Čas trajanja aktivnosti

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

meseci

Vpišite število:

10

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

žoge, blazine, obroče, poganjalci, peskovnik, ...

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,
demonstracija

Navedite za katero ciljno skupino ste aktivnost izvajali.

Možnih je več odgovorov

otroci

Opis aktivnosti (okoli 200 besed):

Gibanje je tisto področje, kateremu čez celotno leto namenjamo največ časa in pozornosti in je hkrati tudi prednostno področje našega vrtca s sloganom "Z igro v naravi smo v formi in zdravi". Med različnimi dejavnostmi, ki jih počnemo v oddelku, si vzamemo čas za gibalne minutke, ki ponavadi potekajo ob pesmi "Od glave do peta" oz. ob navodilih z različnimi didaktičnimi pripomočki. Izvajamo jogo, pri čemer naše telo prebudimo, ga raztegnemo in segrejemo. Vsak mesec obiskujemo Športno društvo Center, kjer sodelujemo pri gimnastičnih uricah, ki nam jih skrbno pripravijo tamkašnje vaditeljice. Te variante se poslužujemo več let, saj se je izkazala kot zelo uspešna - vodena vadba s pripomočki, s katerimi vrtec ne razpolaga; raznolike vadbe za spodbujanje in razvijanje različnih gibalnih spretnosti. Imamo to srečo, da je v naši enoti velika, dobro opremljena telovadnica, kamor tudi večkrat zaidemo - poligoni, izvajanje naravnih oblik gibanja, elemnaterne igre, igre s pravili, čas za sproščanje. nenazadnje pa ogromno časa preživimo na prostem - daljši sprehodi do parka, krajši po mestu, gibanje in igra na igrišču vrtca, organiziranje mini izletov.