

Jaslička odgojna skupina: **Duga**

Odgojiteljice: **Snježana Nazor i Josipa Tomić**

Tjedan zdravlja u vrtiću pokrenut je kako bi zajedno s djecom i obiteljima osvijestili važnost brige o zdravlju i naučili nove načine kako djeci približili zdrave navike. Odgojna skupina „Duga“ također je sudjelovala u obilježavanju Tjedna zdravlja te smo po danima tematski isplanirali razne aktivnosti.

Uskočimo U Utorak

Utorak smo započeli tjelesnom aktivnošću te raznim aktivnim igrama. Razgibali smo se malom jutarnjom tjelovježbom oponašajući razne životinje (skakanje kao zec, puzanje kao zmiya...). Zatim smo složili jednostavni poligon prepreka koristeći senzomotorne podloge i rekvizite za tjelesnu aktivnost koje imamo na raspolaganju (obruči, prepreke, lopte, užad). Potaknule smo djecu da prolaze poligon i pritom se penju, spuštaju, sunožno skaču, provlače i hodaju po senzomotoričkim podlogama. Cilj aktivnosti bio je potaknuti djecu na tjelesnu aktivnost i osvijestiti važnost svakodnevnog kretanja za naše zdravlje.

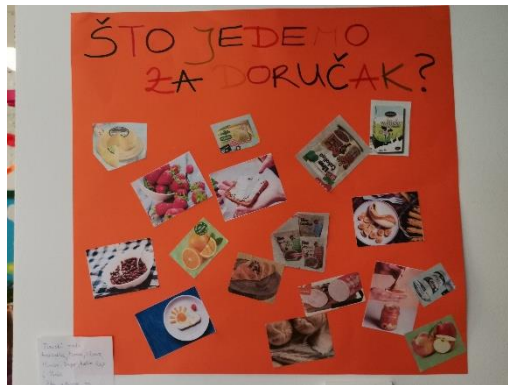


Super zdrava Srijeda - Svjetski Dan zdravlja

Središnji dan obilježavanja započeli smo s razgovorom. S djecom smo nastojale osvijestiti da je za zdravlje potrebna pravilna prehrana, voda, tjelesna aktivnost, spavanje, očuvanje okoliša i još mnogo toga. Naglasak je danas na zdravoj prehrani (što trebamo jesti kako bismo bili zdravi; važnost doručka te voća i povrća).

Što sve jedemo za doručak?

Djeca su iz košare izvlačila razne namirnice i hranu koju jedemo za doručak, imenovali su i prepoznavali hranu te lijepili sličice na hamer papir izrađujući plakat. Ovoj aktivnosti cilj je bio osvijestiti djeci važnost zdravog i bogatog doručka te na koji način možemo kombinirati namirnice (npr. mlijeko i pahuljice).



Igra kockama sretan - tužan

Bacanjem kocke djeca imenuju namirnicu koju su dobili (3 preporučene i 3 nepreporučene) te je povezuju sa emotikonom na drugoj kocki (sretni i tužni emotikon). Poticajnim pitanjima navodimo dijete da osvijesti i imenuje osjećaj kako naše tijelo reagira kada konzumira puno takve namirnice (tužno ili sretno). Ovom aktivnošću potičemo djecu da je pravilna prehrana važna te da je neke namirnice preporučeno jesti više, neke manje.



Čuvajmo Čistu vodu u Četvrtak

Četvrtak nam je bio isplaniran za slavljenje čiste vode. Razgovarali smo s djecom o higijeni i važnosti pranja ruku, namirnica, četkanju zubi, nošenja čiste odjeće te o važnosti konzumiranja vode.

Veselo pranje ruku

Nekoliko puta otpjevali smo pjesmu „Sapun, voda, je'n, dva, tri...” koja se djeci svidjela te su poneke dijelove zapamtili. Gestama smo oponašali pravilno pranje ruku koje bi trebalo trajati točno koliko i pjesma, oko 30 sekundi.

Imitativna igra kupanja lutkica

Napunili smo posudu s vodom i raznim igračkama (brodovima, posudama, spužvama). Djeca su se igrala s vodom vozeći brod, izlijevajući i ulijevajući vodu u posude/iz posuda. Također smo potaknule djecu na imitativnu igru kupanja lutkica. Svi su spužvicama oponašali aktivnost kupanja. Razgovarali smo s djecom što i na koji način rade da bi bili čisti i uredni te je to ujedno bio i cilj ove aktivnosti, osvijestiti važnost čistoće i redovitog pranja radi očuvanja našeg zdravlja.



Probdijmo Pospani Petak

Petak je zadnji dan u ovom našem Tjednu zdravlja u vrtiću. Pošteno smo se naradili i umorili, a za zdravlje je, uz sve što smo naučili, potreban i odmor i san. Razgovarale smo s djecom o važnosti spavanja i odmora: Jesu li se ikada umorili? Što nas sve može umoriti? Igra? Osjećaji? Posao? Što radimo kad se umorimo? Je li odmor važan? Zašto? Kako se sve možemo odmarati? Većinom starija djeca pričala su o svojim krevetima, plišanim igračkama i pričanju priče prije spavanja.

Odmor uz kazalište sjena i uspavanku „Dohvati mi, tata, mjesec“

Djeca su legla na strunjače i podloge i slušala uspavanku Grigora Viteza „Dohvati mi, tata, mjesec“ putem kazališta sjena. Najmanji su se i prvi put susreli sa kazalištem sjena, a doživljaj djeci najviše je bio zamračen prostor i to što su mogli ležati za vrijeme aktivnosti. Ovom aktivnošću nastojali smo osvijestiti djecu o važnosti odmora. Razgovarali smo i o snovima i spavanju imitirajući spavanje dok smo ležali u polumraku. Prije spavanja pročitali smo priču te naglasili važnost pravilnog disanja kako bi se umirili i lijepo zaspali.

