

## ZDRAVJE V VRTCU

V šolskem letu 2022/2023 smo bili vključeni v program Zdravje v vrtcu, ki je podprt s strani Nacionalnega inštituta za javno zdravje (NIJZ).

Program promovira zdravje in je usmerjen v izvajanje aktivnosti, ki ohranjajo in krepijo zdravje v vrtčevskem okolju in izven njega.

V tem šolskem letu je bila rdeča nit »Prihodnost je moja«.

V vrtcu stremimo k temu, da spodbujamo gibanje, uživanje zdrave prehrane, razvijamo zdrave medsebojne odnose, skrb za higieno ter skrbimo za vzgojo za zdravje celostno. Trudimo se otrokom na zanimiv in izkustven način približati zdravo hrano, zdrav način življenja, varovanje okolja in skrb za čistočo.

V projekt je bilo vključenih 17 skupin iz štirih enot. Dejavnosti so potekale skozi celo šolsko leto in so se med seboj prepletale.



Dejavnosti na različnih področjih:

### ZDRAVA PREHRANA:

- Kuhanje zelenjavne juhe, kompota iz jabolk
- Čajanka (čaj iz trobentic, priprava sadnega čaja)
- Poizkušanje različnega medu
- Sadni rojstni dnevi
- Prehranska piramida
- Slovenski tradicionalni zajtrk
- Sajenje zelenjave in zelišč v korita
- Vsakodnevno uživanje sadja, pitje vode in nesladkanega čaja











## DUŠEVNO ZDRAVJE:

- Socialne igre
- Druženje otrok iz različnih skupin
- Api masaža
- svetovni dan Downovega sindroma





## HIGIENA ROK, TELESA IN ZOB:

- Obisk zobozdravnice, medicinske sestre
- Skrb za higieno rok in pravilno umivanje
- Igra vlog
- preizkusi





## TELESNA AKTIVNOST:

- Projekt Mali sonček
- Naravne oblike gibanja v gozdu
- Obisk športne dvorane, stadiona
- Aktivnosti na prostem v vseh vremenskih razmerah
- Ciciolimpiada
- Vožnja s skiroji, rolarji in poganjalci
- Plavalni tečaj
- Pohod s starši











## NARAVA IN VAROVANJE OKOLJA

- Svetovni dan Zemlje (čistilna akcija)
- Ločevanje odpadkov
- Obisk gozdarja, logarja
- Projekt Poskrbimo za naš planet
- Obisk Komunale Kočevje







## VARNO V PROMETU:

- Spoznavanje prometnih znakov
- Poklic policist, gasilec
- Projekt Varo v prometu
- Projekt Pasavček
- Teden mobilnosti











### VARNO S SONCEM:

- Zaščita pred soncem
- Planet Sonce
- Potovanje sence



Maja Jurković, koordinatorica projekta Zdravje v vrtcu