

# ODGOVORI RESPONDENTA

**NIJZ** Nacionalni inštitut  
za javno zdravje

\includegraphics[width=3cm]/var/www/nijz.si/anketa/uploads/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 šolskim 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**

Ravne na Koroškem

**Naziv vrtca:**

OSNOVNA ŠOLA VUZENICA / ENOTA VRTEC

**Naslov vrtca - ulica in hišna številka:**

MLADINSKA ULICA 5

**Poštna številka in kraj:**

2367 VUZENICA

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

Helena Ferk Viher

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

(npr. janez.novak@example.com)

helena.ferkviher@osvuzenica.si

**Ime in priimek poročevalca:**

Vesna Grizold

**Anketo izpolnjujem:**

vzgojitelj

**Ime vaše enote:**

vrtec Vuzenica pri OŠ Vuzenica

**Ime vaše skupine:**

Jasli 1

**Starost otrok v vaši skupini:**

nižje starostne skupine (od 1-3 leta)

**Izvajanje aktivnosti v posamezni skupini (vsaj 3 mesece):**

Vzgojitelj: Vesna Grizold, 9-DEC2021/52, 9-MAJ2022/001-48

**Za koliko aktivnosti želite podati poročilo?**

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

za 5 aktivnosti

**Navedite vsebino 1. aktivnosti**

V kolikor označite drugo obvezno navedite vsebino.

Zdrava prehrana

**Čas trajanja aktivnosti**

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

meseci

**Vpišite število:**

7

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

REVIJE, SLIKANICE, SADIKE, SEMENA, ZEMLJA, LONČKI, VIDEO POSNETKI, ČASOPISNE REKLAME, ZELENJAVA Z VRTA, ZAČIMBE

**Ste pridobljene informacije iz naših izobraževanj uporabili pri vsebini?**

ne

**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,  
ogled/obisk,  
demonstracija,  
uporaba avdiovizualnih sredstev

**Navedite za katero ciljno skupino ste aktivnost izvajali.**

Možnih je več odgovorov

otroci

**Opis aktivnosti (okoli 200 besed):**

V okviru zdravega prehranjevanja je začetek večjega poudarka v mesecu novembru, ko obeležujemo Tradicionalen slovenski zajtrk. Takrat so v jaslih otroci že tudi toliko uvedeni v skupino, da se da z njimi komunicirati, da poslušajo in sodelujejo v dejavnostih. Skozi celotno šolsko leto otroke spodbujam, da zelenjavo in sadje vsaj poskusijo – polžižejo, povonjajo, jo primejo v roke, če je že nočejo pojesti. Sčasoma se v tem obdobju na hrano privadijo, jo spoznajo, jo vedno več tudi poizkusijo. Ko je prišla pomlad, smo se odpravili na naše vrtičke, posejali smo si solato, redkvice, posadili jagode, kolerabico, sadno grmičevje pa imamo že vrsto let. Vse mesece smo tedensko hodili opazovat kako rastejo naše rastline, pogovarjali smo se o tem kaj vse potrebujejo za rast, kako jih negujemo, za kaj bodo uporabne, katere lahko uživamo surove in katere ne. Ogledali smo si videoposnetek o rasti rastlin na vrtu, prebrali smo kako vrt oskrbujemo (odstranimo plevel, rahljamo zemljo, zalivamo mlade rastline bolj pogosto). Otroci so nestrpno čakali, da smo lahko prve plodove nabrali in jih poizkusili. Jagode, maline in ameriške borovnice smo opazovali kdaj bodo primerne barve, da jih lahko trgamo in pojemo. Otroci so kljub svoji starosti dojeli, da zelenih sadežev ne smemo uživati. Ko je bila prva glava solate dovolj velika smo skupaj šli na vrt, jo odrezali, oprali list po list in vsak en list poskusili, večini otrok ni bila solata na tak način všeč, zato smo jo začinili s soljo, kisom in oljem in potem tako z veseljem pojedli. Zdrava prehrana ni samo uživanje le te, ampak je tudi opazovanje njene rasti in skrb za zdravo rast.

**Navedite vsebino 2. aktivnosti**

Dobili bomo dojenčka

**Čas trajanja aktivnosti**

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

meseci

**Vpišite število:**

4

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

SLIKANICE, DOJENČKI, VOZIČKI, OPREMA ZA DOJENČKE, VIDEOPOSNETKI, KNJIGE, REVIJE,

**Ste pridobljene informacije iz naših izobraževanj uporabili pri vsebini?**

ne

**Navedite metode dela, ki ste jih pri izvajanju aktivnosti uporabljali.**

Možnih je več odgovorov

pogovor,  
predavanje/razlaga,  
ogled/obisk,  
demonstracija,  
uporaba avdiovizualnih sredstev

**Navedite za katero ciljno skupino ste aktivnost izvajali.**

Možnih je več odgovorov

otroci,  
starši

**Opis aktivnosti (okoli 200 besed):**

Ko sem oktobra izvedela, da trije otroci v naši skupini dobijo bratca ali sestrico, sem se odločila, da bomo izvajali dejavnosti oziroma igro na temo dojenčkov. Ker marsikateri prihod novega družinskega člana povzroči pri sorojencih zmedo, strah in ljubosumje, sem želela s tem tudi pomagati staršem. V igralnici smo se pogovarjali o tem kdo vse dobi dojenčka, zakaj ima mama velik trebuh, katerega spola bo dojenček. Otroke sem vprašala če bi imeli dojenčke za igrati v igralnici, in ker so bili navdušeni smo si jih sposodili v vrtcu v drugih igralnicah. Pravi voziček, ki ga imamo za uspavanje otrok, smo uporabili za igro in si nato sposodili še otroške. Dojenčke smo kopali v vedrih, jih milili, pazili in rokovali kot bi bili živi. Z demonstracijo in posnemanjem smo se učili rokovanja z njimi, zavijanja v odejico in uspavanja. Otroci so posneli moja dejanja in zelo uživali v igri. Ko so mamice rodile, smo se pogovarjali o pomembnosti otrokove prisotnosti ob vsakodnevnih dejavnostih z dojenčkom, da naj pomagajo pri vseh opravilih in naj se poutijo doma pomembne kot so starejše sestre in brati. S ponosom so pripeljali dojenčka pokazat v vrtec ostalim otrokom v skupini, troci

pa so vedeli da morajo počakati in ne planiti k vozičku. Starši so bili zelo veseli za nasvete in priporočila, otroci pa so bili zadovoljni in veseli da so bili zdaj oni „tastarejši,“

### **Navedite vsebino 3. aktivnosti**

V kolikor označite drugo obvezno navedite vsebino.

Varno s soncem

### **Čas trajanja aktivnosti**

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

meseci

### **Vpišite število:**

3

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

karton, barvice, kreme, slikanice, plakati, reklamni časopisi, revije, priročniki

### **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,

ogled/obisk,

demonstracija,

razstava ,

uporaba avdiovizualnih sredstev

### **Navedite za katero ciljno skupino ste aktivnost izvajali.**

Možnih je več odgovorov

otroci,

starši

### **Opis aktivnosti (okoli 200 besed):**

CILJI: • seznaniti starše in otroke o škodljivem vplivu sončnih žarkov, • ozavestiti otroke in starše o pomenu zaščite otrok pred nevarnimi sončnimi žarki, • otroke in starše seznaniti z načini zaščite pred škodljivimi vplivi sonca (primerna oblačila, pokrivala, zaščitna krema, ...), • otroci aktivno sodelujejo pri vsakodnevni dejavnosti zaščite. S projektom smo začeli spomladi, na način demonstriranja, ogledovanja slikanic, revij, videoposnetkov in pogovora z otroki o varnosti in zaščiti pred močnim soncem, ter o škodljivih vplivih. Z otroki smo se pogovarjali in iskali odgovore, kaj že počnemo, da se branimo pred škodljivimi sončnimi žarki. Izdelovali smo si unikatne kape iz tršega papirja. Otroci so jih porisali po svojih željah. Na igrišču smo se zadrževali najkasneje do 10.30 ure, tako, da smo takoj po zajtrku odšli ven, a kasneje smo se ob močnem soncu umaknili v notranje prostore, ki smo jih predčasno ohladili s klimatskimi napravami. Pred odhodom na prosto smo glavo zaščitili s kapo, oblekli tanke dolge majice in hlače do kolen. V vročih dneh smo se hladili z vodo v bazenčkih. Otroci so se igrali z vodo in ob vodi, prelivali vodo, se z njo polivali, škropili... V popoldanskih urah smo se zadrževali za vrtcem, kjer je veliko naravne sence ali pa smo se zadrževali v prostorih vrtca, kadar je bilo zelo soparno in nevdržno tudi v predelih sence. Za žejo so imeli otroci vedno na razpolago svežo ohlajeno vodo.

#### **Navedite vsebino 4. aktivnosti**

V kolikor označite drugo obvezno navedite vsebino.

Gibanje

#### **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:**

športni rekviziti, igrala, naravne ovire

#### **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,  
starši

**Opis aktivnosti (okoli 200 besed):**

Gibanje ima v naši igralnici zelo velik pomen, saj večina otrok 1.septembra še ne hodi. V igralnici imamo igralo leseni tobogan s stopnicami in bakonom. Na ta tobogan se učimo ves mesec plaziti po stopnicah z vsemi štirimi okončinami, nato pa se učimo kako se ritensko po trebuščku spustimo dol po toboganu. Sama dejavnost se mogoče ne zdi kot ne vem kaj, ampak za nas ima velik pomen. Ker imamo dostop do igrišča s kamenčki po stopnicah, se moramo le te naučiti premagovati. Plazenje po vseh štirih po stopnicah navzdol nam pride zelo prav v skupini 13ih otrok, od tega jih septembra 7 ni hodilo. Tako si razbremenijo vzgojiteljica hrbet, otroci pa so non stop v gibanju in jih ni treba voziti v vozičku za vsakih nekaj metrov. Gibanje pri nas tudi veliko pride do izraza na hribčku ob vrtcu. Otroci vsakodnevno tekajo gor in dol, se kotalijo, vozijo s poganjalčki po hribu dol – gor ga potiskajo, pozimi se sankajo, ta hrib jim je zelo velik izziv tako gibalno kot kondicijsko. Kljub temu da smo v 1.jaslih zelo omejeni na gibanje okoli vrtca, pa mislim da imamo dovolj bogato naravo, dovolj izzivov tudi v okolici vrtca, saj živimo v takšnem kraju kjer nam narava na vsakem koraku ponuja gibalne izzive.

**Navedite vsebino 5. aktivnosti**

V kolikor označite drugo obvezno navedite vsebino.

Zdrav način življenja

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

npr. policist, zdravnik, gasilec...

Atina Grizold - kineziologinja

**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:**

računalnik, zvočnik, igralnica

**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 ...),  
demonstracija,  
uporaba avdiovizualnih sredstev

**Navedite za katero ciljno skupino ste aktivnost izvajali.**

Možnih je več odgovorov

otroci,  
starši,  
osebje vrtca

**Opis aktivnosti (okoli 200 besed):**

Zdrav način življenja ni samo zdrava prehrana, ampak je tudi veliko bivanja v naravi, brez televizije, telefonov in veliko gibanja. V LDN sem si zadala projekt telovadimo (s hčerko Atino, ki je kineziologinja in izvaja vadbe pilatesa), vsak dan v vrtcu. S hčerko Atino sem se dogovorila, da bomo vsak dan imeli prek Zoom-a 15 minutno telovadbo. Vsak dan ob isti uri, od 9.15 in do 9.30. Vso leto od 1.10 dalje smo telovadili, otroci so sodelovali kolikor so zmogli, nekateri niso, a so vseeno opazovali in se včasih za nekaj minut pridružili. Želela sem da jim vadba preide v rutino in tako je tudi bilo. Otroci so po negi že vedeli da sledi priprava računalnika in zvočnika in so se razporedili po igralnici. Staršem sem ta projekt predstavila že septembra na 1.roditeljskem sestanku in jih povabila, da lahko tudi oni sodelujejo, če imajo to možnost na delovnem mestu. Prav tako sem povabila ostale skupine v vrtcu in jim poslala link do povezave. Poleg telovadbe pa smo za zdrav

način življenja veliko spali, pili vodo iz pipe, prezračevali prostor, v igralnici imamo zelene rastline za čiščenje zraka, za katere skrbimo sami, pogosto brišemo prah s polic, si umivamo roke, preoblačimo redno posteljnino skupaj z otroki, skrbimo za svoj izgled in čiste nohte. Otroci v vseh teh aktivnostih sodelujejo po svojih zmožnostih.