

# 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 in vzgojitelj oz. pomočnik vzgojitelja, ki želi pridobiti potrdilo programa Zdravje v vrtcu. Anketa je aktivna do 31. 7. 2023. Po tem datumu poročanje ni več mogoče.

ZA ENO SKUPINO SE IZPOLNI ENO POROČILO. Izpolni ga vzgojitelj ali pomočnik vzgojitelja.

Če vzgojitelj oz. pomočnik vzgojitelja ne odda svojega poročila, izpolni poročilo o izvedenih aktivnostih koordinator programa Zdravje v vrtcu za celoten vrtec. Za pridobitev potrdil mora vsaj tretjina skupin iz vrtca oddati poročilo.

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:**

OŠ LENART- ENOTA VRTEC LENART

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

GUBČEVA ULICA 3

**Poštna številka in kraj:**

2230 LENART

**Ime in priimek koordinatorja programa Zdravje v vrtcu v vašem vrtcu:**

Mateja Ketiš

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

(npr. janez.novak@example.com)

mketis.ketis1@gmail.com

**Ime in priimek poročevalca:**

Maša Pušenjak

**Anketo izpolnjujem kot:**

vzgojitelj ali pomočnik vzgojitelja v skupini

**Ime vaše enote:**

Rdeči vrtec - Enota vrtec Lenart

**Ime vaše skupine:**

Pisana igralnica 4

**Starost otrok v vaši skupini:**

nižje starostne skupine (od 1-3 leta)

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

Vzgojitelj: [Maša Pušenjak](#)

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

Pomočnik vzgojitelja: [Danijela Golob](#)

**Navedite vsebino 1. aktivnosti**

V kolikor označite drugo obvezno navedite vsebino.

[Gibanje](#)

**Ali so pri izvajanju aktivnosti sodelovali zunanji izvajalci?**

[ne](#)

**Čas trajanja aktivnosti:**

[Celoletna aktivnost \(aktivnost, ki se izvaja tekom celega leta, vsaj enkrat tedensko\)](#)

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

[Masažne žoge, obroči, blazine.](#)

**Ste pri izvedbi te aktivnosti uporabili znanja iz naših izobraževanj?**

[ne](#)

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

Možnih je več odgovorov

[otroci](#)

**Opis aktivnosti:**

Izvajali smo vsakodnevno razgibavanje telesa. Razgibavanje je potekalo na različni prostorih, in sicer v igralnici, garderobi, naši terasi, igrišču in v gozdu. Razgibavanje telesa pomembno vpliva na zdravje in s tem privzganje predvsem vsakodnevne rutine in navade, da z razgibavanje oz. vsakodnevnim gibanjem vplivamo na zdravje našega telesa. Razgibavanje smo vedno popestrili z različnimi zgodbami, pesmimi, ugankami, pripomočki, ki smo jih uporabili. Npr. če opišem eno izmed krajših zgodb: vsedemo se na vlak in se peljemo - razgibavamo telo, da utrjujemo mišice nog - sedimo v zraku; ko izstopimo iz vlaka mahamo mimoidočim - razgibamo noge, nismo mahali z rokami, ampak z nogami, kar je bila dodatna gibalna vaja, za krepitev mišic nog itn. Glede na starost otrok je za sledenje in motivacijo

pri izvajanju razgibavanja nujna motivacija z zgodbo in prisodobami. Razgibavanje je v skupini dejansko potekalo skozi celo šolsko leto.

### **Navedite vsebino 2. aktivnosti**

Duševno zdravje

### **Ali so pri izvajanju aktivnosti sodelovali zunanji izvajalci?**

Ne.

### **Čas trajanja aktivnosti:**

Obdobna aktivnost (aktivnost, ki jo izvedemo nekajkrat letno, a ne poteka kontinuirano celo leto)

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

Nismo imeli gradiva, kot pripomočke smo uporabili naravno okolje - gozd.

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

da

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

Možnih je več odgovorov

otroci

### **Opis aktivnosti:**

Iz preteklih predavanj sem ravno razmišljala o tem kako malo poudarjamo duševno zdravje pri otrocih, ampak se nam zdi za nekaj samoumevnega. Zato smo se letos odločili in vplivali tudi na to področje. Zahajali smo v gozd in ne le z namenom gibanja, ampak predvsem z namenom umiritve, sploh pri otrocih, ki so bili v igralnici zelo razposajeni. Pri dejavnosti smo otroke spodbujali, da so se v gozdu umirili in si vedno znova izbrali svoje drevo, ki so ga objeli, začutili in preko dotika pridobivali predvsem veliko taktilnih občutkov. Namreč dotik je tisto prvo zaznavno polje, ki je pri dojenčku zelo pomembno za pomiritev in se kasneje z odraščanjem postavi na stranski tir. Torej v pomladnih mesec smo veliko zahajali v gozd, kjer so se otroci imeli možnost umiriti, sprostiti, čutiti gozd preko dotika in predvsem to doživeti intimno, v svojem ritmu. Aktivnost namreč nismo izvajali, kot celotna skupina, ampak v več manjših skupinah, saj smo tako lažje ustvariti umirjenost, ki smo jo želeli.

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

V kolikor označite drugo obvezno navedite vsebino.

Varno s soncem

**Ali so pri izvajanju aktivnosti sodelovali zunanji izvajalci?**

ne

**Čas trajanja aktivnosti:**

Enodnevna aktivnost (npr. tradicionalni slovenski zajtrk)

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

Knjige o soncu

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

da

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

Možnih je več odgovorov

otroci

**Opis aktivnosti:**

Najprej smo pričeli z opazovanjem narave in z bivanjem na terasi, kjer so otroci lahko občutili vreme. Za prvo starostno obdobje se mi zdi bistveno, da otroci pojme občutijo in vidijo, da se o njih ne le pogovarjamo. Pogovarjali smo se tudi o pojmu senca in jo opazovali. Preko slikovnega materiala pa sva otrokom prikazali različna pokrivala in jih spodbudili, da jih naj prineso v vrtec (tudi starše smo spodbudili). Prav tako sva jim povedali, da je zelo pomembno, da je hodimo po soncu, ko je zelo vroče, ampak se zadržujemo v senci. Otroke večkrat spodbujava k pitju tekočine, saj glede na starost še niso dovolj suvereni. Na ravni vrtca smo si pripravili ob svetovnem dnevu sonca: branje poezije. Ko se je skupaj zbralo več skupin in vzgojiteljica jim je brala poezijo. V skupini smo si z otroki pripravili plakat, kjer je nazorno vidno na kaj vse moramo biti pozorni za varno bivanje v poletnih dneh.

**Navedite vsebino 4. aktivnosti**

V kolikor označite drugo obvezno navedite vsebino.

Zdrav način življenja

**Ali so pri izvajanju aktivnosti sodelovali zunanji izvajalci?**

ne

**Čas trajanja aktivnosti:**

Enodnevna aktivnost (npr. tradicionalni slovenski zajtrk)

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

Pogrinjki, plakat, čebelnjak, videoposnetek

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

ne

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

Možnih je več odgovorov

otroci

**Opis aktivnosti:**

Tradicionalni slovenski zajtrk: nanj smo se pripravljali aktivno, veliko pozornost smo dajali aktivni vključenosti otrok in pogovoru z njimi preko odprtih vprašanj. Ogledali smo si vrtčevski čebelnjak; ogledali smo si posnetek o čebeli in moži krav; spoznavali smo posamezne surovine in katere živali nam omogočijo, da jih imamo. Govorili smo o pomembnosti varovanja narave in teh živali. Pripravili smo si pogrinjek, kjer je bilo razvidno katera žival nam da posamezno surovino. Zajtrk smo si pripravili v posebnem vzdušju, ki so ga lahko otroci doživeli in o njem tudi kasneje govorijo svojim staršem, ko si prihajali po njih. Vključili smo pa tudi področje matematike in odštevali dneve do zajtrka.

**Navedite vsebino 5. aktivnosti**

V kolikor označite drugo obvezno navedite vsebino.

Zdrav način življenja

**Ali so pri izvajanju sodelovali zunanji izvajalci?**

ne

**Čas trajanja aktivnosti:**

Enodnevna aktivnost (npr. tradicionalni slovenski zajtrk)

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

Obroči.

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

ne

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

Možnih je več odgovorov

otroci,

starši

**Opis aktivnosti:**

Zaključno srečanje s starši smo pripravili predvsem v povezavi z zdravjem v vrtcu. Pripravili smo gibalne naloge. Ogreti smo se s skupno gibalno igro ptički v gnezda, kasneje pa krajše gibalne izzive v parku, v bližini vrtca. Izvajali so naloge tako otroci kot tudi starši. Pri zdravem načinu pa smo ostali tudi pri druženju (po gibalnih nalogah), saj si nismo privoščili različnih prigrizkov, ampak smo sledili zdravju na način, da so starši in otroci prinesli in zaužili različne vrste sadja in poskrbeli za dovolj tekočine z vodo. Bistveno je to, da otrokom nismo vzgled le vzgojiteljice, ampak tudi starši. Mislim, da če nam je uspelo vsaj v enem popoldnevu smo že korak bližje. Če otrok vidi in zaznava, da se prehranjuje zdravo tudi mama in oče je to vsekakor pomemben element.