POROČILO O PROJEKTU ZDRAVJE V VRTCU 2022/23

Tudi letos je Vrtec Krško aktivno sodeloval v projektu Zdravje v vrtcu. Sodelovalo je vseh 26 skupin, neposredno v projekt pa je bilo vključenih 15 skupin.

Na nivoju vrtca smo se skozi celo leto trudili spodbujati, oblikovati in uvajati zdrav stil življenja v vsakodnevnih dejavnostih. Z zgledom in usmerjenimi dejavnostmi smo razvijali pravilen odnos do škodljivih razvad. V okviru možnosti smo spreminjali prehrano v vrtcu in sicer v smislu načel bolj zdrave in uravnotežene prehrane. Otroci so se z zdravo prehrano seznanjali preko različnih vsebinskih tem in zraven upoštevali tudi kulturni vidik prehranjevanja. Otroke smo učili da se znajo odločati za zdravo in dobro hrano in jih spodbujali da znajo sprejemati svoj del odgovornosti za pravilno uživanje hrane. Poudarek je bil seveda na čim bolj različni hrani, še posebej veliko sadja ter zelenjave in žitne hrane. Pomembno je, da so spoznali oziroma da vedo kaj jedo in zakaj. Dejstvo je, da se prehranske navade oblikujejo že v otroštvu in ga spremljajo tudi v odrasli dobi. Zato je pomembno, da otrokom pomagamo čim prej oblikovati zdrave navade prehranjevanja.

Tesno smo sodelovali z lokalno zdravstveno službo (ZD Krško), kjer so nam dali nove smernice in nove pobude v zvezi z zdravjem in zdravim načinom življenja, tako otrok kot nas zaposlenih. Poudarek je bil predvsem na osebni higieni (umivanju zob ter rok) in gibanju. Lahko rečem, da smo na ta način v veliki meri izboljšali kvaliteto in varnost notranjega in zunanjega okolja vrtca.

Vsako leto naš vrtec spremlja tudi ena prednostna naloga. Tokrat smo se posvetili bolj področju gibanja in sicer »Športno leto«. Imeli smo svojo maskoto »Gibkota«, ki nas je skozi celo leto spremljal v naših različnih gibalnih dejavnostih. Uvajali smo organizirano optimalno telesno dejavnost tako za mlajše kot starejše otroke. Skozi celo leto smo spremljali te dejavnosti na nivoju skupin in jih tedensko beležili v tabelo. Mesečno smo podatke primerjali med seboj, jih analizirali in se dogovarjali o morebitnih izboljšavah.

V vrtcu Krško se zavedamo, da je vzgoja za zdravje sestavni del življenja in dela v vrtcu, zato se resnično trudimo da otroke naučimo, da bodo znali storiti tudi sami kaj za svoje zdravje,ter se te vrednote zavedali, ob vse večji potrošniški miselnosti in stresnosti vsakdanjega življenja. To je gotovo največja popotnica, ki jo lahko damo otrokom za nadaljnje življenje.

Zapisala: Melita Naglič, koordinatorka projekta

Datum: 1.7.2023