

## RAZISKOVALCI

**Vzgojiteljica:** Simona Stajan

**Pomočnica vzgojiteljice:** Jana Pisnik (izvajala dejavnosti in pripravila poročilo)

**Starost otrok:** 5-6 let

- 1. Dejavnost:** Raziskovalci spoznavamo zdravo in nezdravo hrano  
**Vsebina:** Zdrava prehrana  
**Čas trajanja:** Obdobna aktivnost

Skozi uvodno motivacijo sem jim zaigrala lutkovno predstavo o Hinku (dečku močnejše postave, ki je vsakodnevno lenaril na kavču, jedel manj zdravo hrano in bil velikokrat bolan) in Vinku (dečku suhe postave, ki je bil športnik, se pogosto gibal, zdravo prehranjeval, bil redkeje bolan). Zanje sem v nadaljevanju pripravila poligon v obliki prebavnega trakta vmes pa so bile ovire (za preskakovanje...). Na začetku so otroci izžrebali sličico, na kateri je bila hrana, pijača ali aktivnost. Na koncu poligona sta bila zalepljena na eni strani človek suhe postave, na drugi strani človek močnejše postave. Otroci so premagali poligon in na koncu razvrstili sličico, ki so jo izžrebali na začetku (kadar je bila na sliki čokolada so jo razvrstili k močnejšemu človeku). Imeli smo tudi revije zdrave in nezdrave hrane. Otroci so iz revij izrezovali zdravo in manj zdravo hrano in jo prilepili k ustreznemu plakatu. Ogledali smo si oba plakata prehrane in se pogovorili o njihovih prednostih in slabostih.



## 2. Dejavnost: Umivanje zob

**Vsebina:** Zobozdravstvena vzgoja

**Čas trajanja:** Enodnevna aktivnost

Spoznavali smo, kako pomembna je za nas higiena, še posebej o pomenu umivanja rok in zob. Otrokom sem prebrala pravljico o Zobovilki avtorja Spathelfa, ki govori o prvem obisku zobozdravnice, o zdravi in manj zdravi hrani in o pravilnem umivanju zob. Kasneje sem otrokom na plastificiranih listih pripravila bele zobe. Vsak otrok je dobil črn flomaster s katerim je ob pripovedovani zgodbi hrane, ki se poje čez dan, risal obloge na zobe. Ko je bilo zgodbe konec, so imeli otroci čisto črne zobe. Dobili so ščetke s katerimi so morali zobe očistiti, da so postali beli kot na začetku. S tem so spoznali kako pomembno je umivanje zob in koliko umazanije se nabere čez dan na zobeh. Za konec smo si pripravili zdrav obrok za zobke in ob tem spoznavali sadje, ki otrokom še ni znano (mango, melona, papaja). Vsak otrok si je sam z lesenim nožem narezal sadje na manjše kose in ga natikal na nabodalo. Na koncu smo uživali v sadnih nabodalih, ki so si jih otroci sami pripravili.



**3. Dejavnost:** Gibanje pri raziskovalcih  
**Vsebina:** Gibanje  
**Čas trajanja:** Celoletna aktivnost

Skozi vso leto smo najmanj 2x na teden (oz. kolikor nam je vreme dopuščalo) odhajali na sprehode. Velikokrat smo zraven vzeli tudi sadno malico in si na ta način pripravili krajši pohodniški izlet. Naša redna pot se je imenovala Krog za zdravje. Ker je cesta brez prometa in hoja poteka po ne prevoznih poteh, se otroci niso rabili držati za roke. Otroci so lahko tekali, se vzpenjali počasneje. Tudi pot na Janževo goro smo izbrali za reden pohod. Ta pot je otrokom bila še posebej všeč zato, ker je to bila hoja po gozdu in ker so se lahko vzpenjali v hrib ter tekli do zadanega cilja. Velikokrat smo na poti do Janževe gore naredili telovadbo (skakanje iz enega na drug štor, deblo je služilo kot hoja po gredi, plezanje pod vejami... ) Na cilju je potekalo ogrevanje (tek okoli cerkve), v krogu pa razgibavanje. Na klopici smo si privoščili sadno malico, po končani malici pa je otroke čakala igra v gozdu. Zelo radi so se igrali v gozdu, saj so imeli na voljo naravne materiale in novo okolico.



#### 4. Dejavnost: Vadbene ure

**Vsebina:** Gibanje

**Čas trajanja:** Celoletna aktivnost

Vsak torek smo v telovadnici izvajali vadbene ure, vsakič z drugo tematiko. Otrokom je bila najbolj zanimiva dejavnost spoznavanje zimskih aktivnosti. Za ogrevanje smo se igrali igro Kdo se boji črnega moža. Razgibavanje je potekalo v okviru zgodbe (npr. slalom in smo obe nogi pokrčili ter se zibali v levo in desno stran). Sledil je poligon zimskih aktivnosti. Na začetku so se po klopki z obema rokama potiskali naprej kot da sankajo, sledil je tek cik-cak okoli stožcev, kot vožnja slalom, sonožni poskoki kot smučarski skoki, drsenje po vrvi kot drsanje in na koncu metanje snežnih žog v cilj. Za na konec smo se razdelili v pare in si v paru podajali žogo in na moj znak tekli do svojega para ter se z žogico masirali po hrbtu.



## 5. Dejavnost: Kostanji

**Vsebina:** Narava in varovanje okolja

**Čas trajanja:** Enodnevna aktivnost

Ob pogovoru o jeseni je tema nanesa na kostanje. Kako radi jih imajo in kako radi jih nabirajo. Zato smo se odločili, da se odpravimo v gozd nabirat kostanje. Večkrat smo bili na sprehodu s starejšo gospo, ki je oboževala kostanje vendar jo je bilo strah iti v gozd, da bi si jih lahko nabrala. Zato smo se odločili, da jo presenetimo in zanjo nabereмо kostanje. Ob iskanju kostanjev so si otroci medsebojno pomagali. Nabrali smo toliko kostanjev, da smo si z njimi lahko napolnili tudi svoje žepe. Gospa je bila vesela našega presenečenja. Z lesenimi nožki smo kostanje narezali in se skupaj odločili, da si jih naslednji dan ob dopoldanski malici skuhamo. Ker smo imeli veliko kostanjev smo drugi dan povabili še 3 druge vrtčevske skupine na našo kostanjevo malico.



Zapis pripravila: Jana Pisnik