

## ZDRAVJE V VRTCU VRTEC VRTILJAK



»Dolžnost vsakogar izmed nas je, da sami skrbimo za svoje zdravje in ga skušamo ohranjati. Otrokom moramo to odgovornost privzgojiti že v zgodnjem otroštvu. Pomembno je, da se naučijo, kaj je zanje zdravo in kaj ni. To je njihova pravica, dolžnost odraslih pa je, da jih tega naučijo. Seveda ni dovolj, da smo jim samo starši in vzgojitelji, biti jim moramo tudi dober zgled za zdrav način življenja. Pomembno je, da začnemo že tedaj, ko otrok začne zaznavati okolje in se začenja učiti. Odraščajočemu otroku postanejo nekatere vrednote kmalu prisila« (Pavlič, 1998, str. 13).

Vrtec že več let sodeluje v projektu Zdravje v vrtcu. Krepitev zdravja in dobrega počutja postavljamo med svoje prioritete. Zavedamo se, da izkušnje, stališča in vzorce vedenja, ki jih otroci pridobijo v predšolskem obdobju, večinoma obdržijo za vse življenje. Tako v okviru tega programa dajemo v vrtcu še večji poudarek na krepitvi, ohranjanju in skrbi za zdravje kamor sodi zdrava, pravilna prehrana, ustrezne prehranske navade, higiena, gibanje in dobro počutje. Želimo si, da bi bili otroci zdravi, zadovoljni in nasmejani.

Letošnja rdeča nit projekta je Prihodnost je moja. V lanskem letu smo z vodilno temo oblikovali in krepili sebe in svojo skupnost. To je proces, ki traja vse življenje, spremembe pa so lahko težke. Zato bomo te vsebine vključevali v delo tudi v naslednjem šolskem letu. Novo šolsko leto daje priložnost novim spoznanjem, izkušnjam in priložnostim srečati, doživeti nekaj lepega, novega. Spoznanja in znanja nas krepijo, naredijo bogatejše, močnejše in modrejše. Otroci se bolj ali manj vsega šele učijo, odrasli pa z novimi izkušnjami lahko svoja prepričanja in navade tudi spremenimo. Na boljše.

Želimo da zdravi posamezniki gradimo zdravo družbo. Otroke bomo vzpodbujali k lastnemu izkustvu, vključenosti, pristnosti, iskrenosti, ter jim dovolili, da so edinstveni. Pomagali bomo odkrivati njihovo življenjsko pot za prihodnost. Hkrati pa pokazali, da tudi sami vplivajo in oblikujejo svojo skupnost. Zdravje in dobro počutje bomo povezali z gibanjem, opazovanjem ter spoznavanjem narave. Vzgojiteljice bomo načrtovale dejavnosti in oblikovale cilje primerne starosti otrok in jim tako približale dejavnosti na njim čim bolj zanimiv in zabaven način.

Tako se naše raziskovanje, našega dobrega počutja, skrbi za zdravje nadaljuje,...zato se v vrtcu veliko igramo, sodelujemo, si pomagamo, se gibamo in se zabavamo. Program povezujemo z ostalimi projekti (Eko šola, Varno s soncem, Mali sonček,...). Tako bo življenje lepo, navdihujoče.

Zato ... Pogumno stopimo na pot ustvarjanja prihodnosti za nas in naše otroke.

Rebeka Kukulj,

koordinatorka projekta