



umivanja ali individualno. Umivanje se je vodilo tudi preko zgodbe »Kmet gre na polje« in se istočasno skrbelo za varčno uporabo vode.

Varnost v prometu in na igrišču se je izvajala vse dni. Oblikovala so se pravila za svojo varnost in varnost drugih. Prečkanje ceste je bilo podkrepljeno z dvigom roke. Obvezna je bila uporaba čelade z otroškimi vozili. Navajali so se še na prepoznavanje nevarnih situacij ob cestišču in uporabo odsevnih jopičev.

Program Varno se soncem se izvaja v naši enoti že več let. Letos so preko zgodbe Zlatko, Brihta in vroč poletni dan spoznali zaščitna sredstva za sonce. Izdelali so svoje lutke, knjižico zaščitnih sredstev, spoznali pravila za bivanje na soncu. Doma in v vrtcu beležili stanje vremena in uporabo zaščite v danem dnevu. Zaživele so plastenke z vodo in skrb za hidracijo telesa. Aktivnosti kot obris sence, oblikovanje plastelina, merjenje sence s koraki, igra spomin zaščitnih sredstev, barvanje delovnih listov so bile pri otrocih več kot atraktivne.

Za Zdrav način življenja se je poskrbelo z daljšimi in krajšimi sprehodi in z veliko neomejenimi različnimi vrstami gibanja. Praznovanja rojstnih dni smo praznovali brez sladkih sokov ali slaščic in sicer na način po izbiri otroka ali na tematski dogodek. Spoznali so zdravilna zelišča ob pomoči medvedka, ki je namišljeno zbolel in zanj so pripravili zdravilni čaj, katerega so z veseljem okusili.

Na temo Zdravo spanje so v eni od skupin izdelali plakat, kako in kje doma ali v vrtcu spijo oziroma počivajo. Risali sebe v položaju spanja in ugotavljali ali je spanje pomembno in zakaj je pomembno. Na ta način so ozavestili tudi določen čas počitka v vrtcu v starejših oddelkih.

Gibanje je del vsakdana ob različnih športnih rekvizitih, majhnih žogicah in predvsem ravnotežnih deskah. Deležni so bili vaj za spodbujanje skladnega delovanja celega telesa ter delovanje senzornih sistemov (Brain gym). Daljši sprehodi so trajali tudi do ene ure. V sklopu Mali sonček, obiski telovadnice, naravnimi in umetnimi poligoni, pohodi v kanjon reke Kokre so podkrepili svoje spretnosti, sposobnosti in vzdržljivost.

Kot Promocija zdravja in zdravstvene vzgoje bili deležni obiska reševalca in reševalnega vozila, pogovorom z reševalcem. Kot nadgradnjo se preizkusili v igri vlog zdravnika in medicinske sestre ter se povijali, zdravili in spoznali oziroma utrdili telefonsko številko za klic na pomoč.

**Kranj, julij 2023**

**Koordinator za enoto Najdihojca: Jana Basej**