

# **JABUKOM I KRETANJEM DO ZDRAVLJA**

**Dječji vrtić „Maslačak” Mursko Središće**

Srednja odgojna skupina „Vrapčići”

Dob djece: 4,5- 5,5 godina

Odgojitelji: Ivana Maltarić i Martina Hoblaj

## POČETAK PROJEKTA

Projekt smo započeli jesenskom svečanošću krajem rujna 2017 godine. U suradnji s roditeljima sakupili smo raznovrsno voće, a djeca su posebno zanimanje pokazala za jabuke.

# Cilj projekta:

- usvajanje novih spoznaja o jabuci- njenoj vrijednosti, važnosti, njenim svojstvima, upotrebi i rasprostranjenosti u našim krajevima
- upoznavanje jabuke kroz sva osjetila i razne aktivnosti u vrtiću i kod kuće
- suradnja s roditeljima, odgojiteljima, sportskim trenerima, planinarskim društvom i voćarima
- razvijanje svijesti kod djece, roditelja i odgojitelja o važnosti tjelesnog zdravlja pomoću raznih tjelesnih aktivnosti te unosa voća u zdravu prehranu
- obilježavanje važnih datuma:
  - Dan jabuka
  - Svjetski dan hrane
  - Hrvatski olimpijski dan
  - Dan planeta Zemlje
  - Svjetski dan sporta

# 1. Razgovori potaknuti dječjom znatiželjom i pitanjima o jabuci, tjelesnim aktivnostima i zdravlju

- Što je jabuka i kako izgleda?
- Kakve je boje, oblika, okusa i mirisa?
- Što sve možemo napraviti od jabuke?
- Gdje raste i kako izgleda drvo jabuke?
- Kada i kako ćemo obilježiti Dan jabuka?
- Kada i kako ćemo obilježiti Svjetski dan sporta i Hrvatski olimpijski dan?
- Kako tjelesne aktivnosti, igra i boravak na svježem zraku utječu na zdravlje?

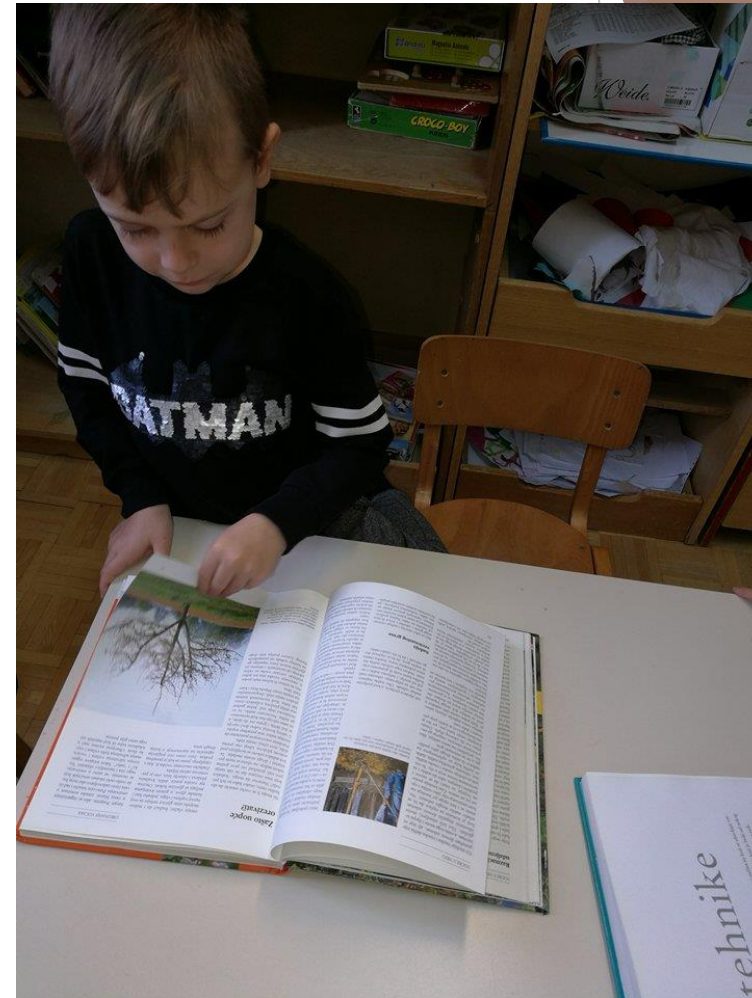


## 2. Upoznavanje djece sa jabukom uz pomoć slika, enciklopedija, priča i plakata o jabukama





# KNJIGE I ENCIKLOPEDIJE O VOĆU I VOĆARSTVU POMOGLA SU NAM DA PROŠIRIMO SVOJE ZNANJE O JABUCI



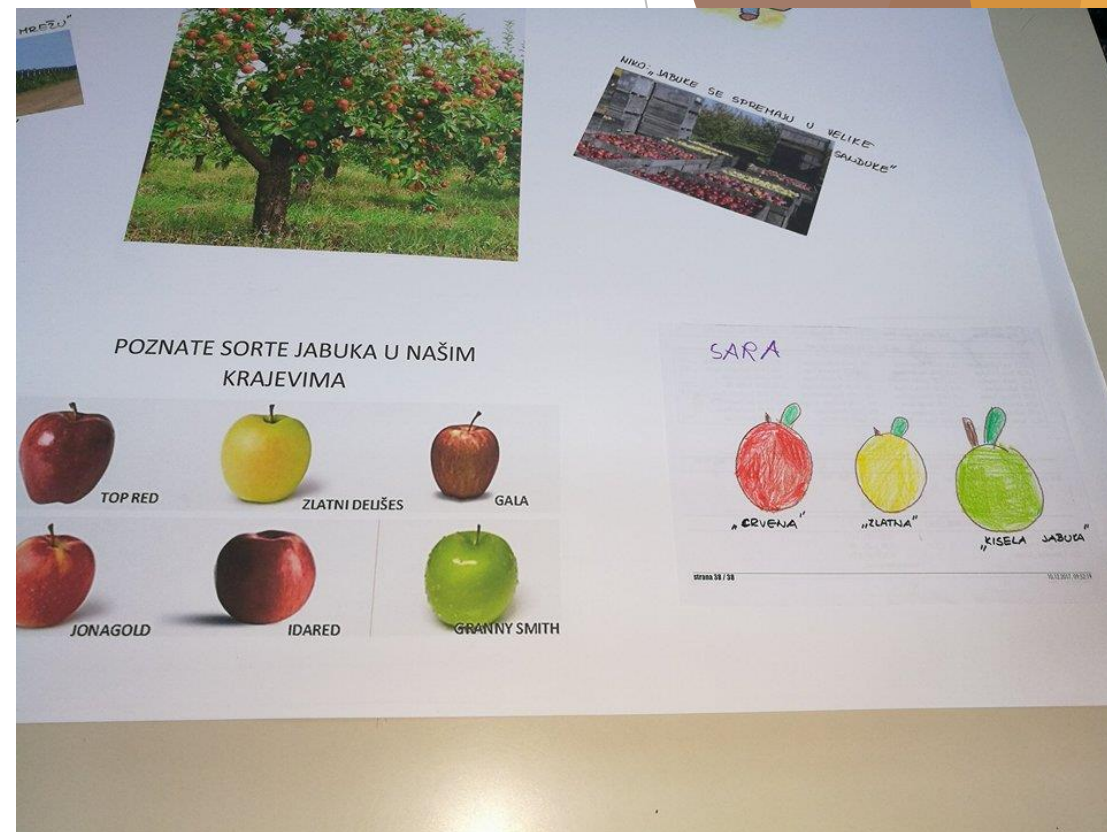
# Gdje raste jabuka i koje sorte poznajemo?

Leon (5 god.): „Jabuka raste vani na drveću na voćnjaku i grančicama. Jako je visoko drvo, ima i lišće i jabučice”

Sara (5,5 god.): „Ja sam vidjela crvenu, zlatnu i kiselu jabuku”

Niko (5,5 god.): „Znam da ima zlatna jabuka, ljetna i zimska jabuka i ako ljetnu ne pojedemo ona po zimi zagnili u podrumu”

Daria (5,5 god.): „Postoji zlatna jabuka, ona je žuta i postoji jesenska jabuka i te jabuke se čuvaju u sanduku u podrumu kak mi doma”



# 3. Istraživačko- spoznajne aktivnosti

## 1. ISTRAŽIVANJE JABUKA:

- osjetilom vida i dodira
- osjetilom mirisa
- istraživanje unutrašnjosti jabuke
- osjetilom okusa

## 2. VAGANJE JABUKA

## 3. ŠTO SVE MOŽEMO NAPRAVITI OD JABUKA



# ISTRAŽIVANJE JABUKE

## OSJETILOM VIDA I DODIRA:

(izgled, boja, oblik, struktura...)

Bruna (5,5god.): „Jabuka je mala,  
okrugla i glatka i ima točkice po sebi”

Karlo (5,5god.): „Jabuka može biti žuta  
i zelena i crvena”



# ISTRAŽIVANJE JABUKE

## OSJETILOM MIRISA

Sanela (5,5god): „Miriši po kruški,  
fino i slatko”

Natko (5,5god): „Meni jabuka  
miriši na vitamine”





# ISTRAŽIVANJE UNUTRAŠNOSTI JABUKE



(Filip 5,5 god.): „Kad jabuku prerežemo u njoj vidim koštice, crne i izgledaju ko zvjezdice”





# ISTRAŽIVANJE JABUKE OSJETILOM OKUSA



Natko (5,5god.): „Jabuka je fina i slatka jer ima vitamine”





# VAGANJE JABUKA

## CILJ:

- poticati djecu na donošenje zaključka vlastitim razmišljanjem, zapažanjem i doživljavanjem
- poticati djecu na uočavanje sličnosti i razlika
- poticati djecu na uspoređivanje predmeta
- poticati djecu na suradnju s drugima

# VAGANJE JABUKA RAZLIČITIH VELIČINA I BOJA



Sara (5,5 god.): „Tri crvene jabuke su  
teže od tri žutih jer su veće”

Natko (5,5 god.): „Tri jabuke su teže od  
dviije jer je tri veći broj od dva”





# VAGANJE JABUKA ISTIH BOJA ALI RAZLIČITIH VELIČINA



Natko (5,5 god.): „Miline jabuke su teže jer su jako velike, okrugle i ogromne”

# VAGANJE I USPOREĐIVANJE TEŽINE OGULJENIH I NEOGULJENIH JABUKA



Selma (5,5 god.): „Jedna cijela jabuka je teža od oguljene zato jer nije ista ravnoteža i jer smo maknuli gulinu”



Mila (5 god.): „Dvije jabuke su tu teže jer su dvije, a u drugoj posudi je sam jedna malička”



# VAGANJE

## RAZLIČITOG VOĆA;

- uočavanje razlika
- uspoređivanje



Edi (5 god.): „Banane su teže jer ih je puno, a jabuke su okrugle”

# ŠTO SVE MOŽEMO NAPRAVITI OD JABUKA

- Kompot od jabuka
- Pogača od jabuka
- Desert od jabuka i keksa
- Voćna salata
- Cvijetići od jabuka



# Kompot od jabuka



Daria (5,5 god.): „Jabuke zmešamo, narežemo, stavimo u zdelu i dok se skuhaju moramo čekati da se kompot ohladi”



# Pogača od jabuka



Natko (5,5 god.): „Izgulili smo jabuku i onda smo radili pogaču i bile su nam fine”





Lara (5 god.): "Za pogaču nam treba mlijeko, brašno, šećer i tijesto"



Natko (5,5 god.): „Za pogaču nam trebaju zrele jabuke i zribamo ih i dodamo cimet i šećer”



## Desert od jabuka i keksa



Lara (5 god.): „Jabuku smo oprali i maknuli gulinu, narezali i stavili u mikser. Onda smo dodali natrgane kekse i zmiksali sve skupa”





# Cvijetići od jabuka u lisnatom tijestu



Ivan S. (5,5 god.):  
„Rezali smo gulinu i  
jabuke stavili na tijesto”



Edi (5 god.): „Dok smo  
jih zamotali teta  
kuharica jih je pobojala  
z jajima i odnesla peći”



Lara (5 god.): „Narezali  
smo tijesto na trakice i  
stavili na njega jabuke, i  
onda smo to zamotali”



## 4. Dječje stvaralaštvo

- LIKOVNO
- GOVORNO
- GLAZBENO



# LIKOVNO STVARALAŠTVO

- crtanje jabuka: kako zamišljamo jabuke
- crtanje i bojanje jabuka po promatranju
- crtanje presjeka jabuke
- izrada plakata: „Piramida zdrave prehrane” i „Stablo jabuke kroz sva četiri godišnja doba”
- izrada jabuke od slanog tijesta
- radni listići- drvo jabuke, jabuka u dijelovima



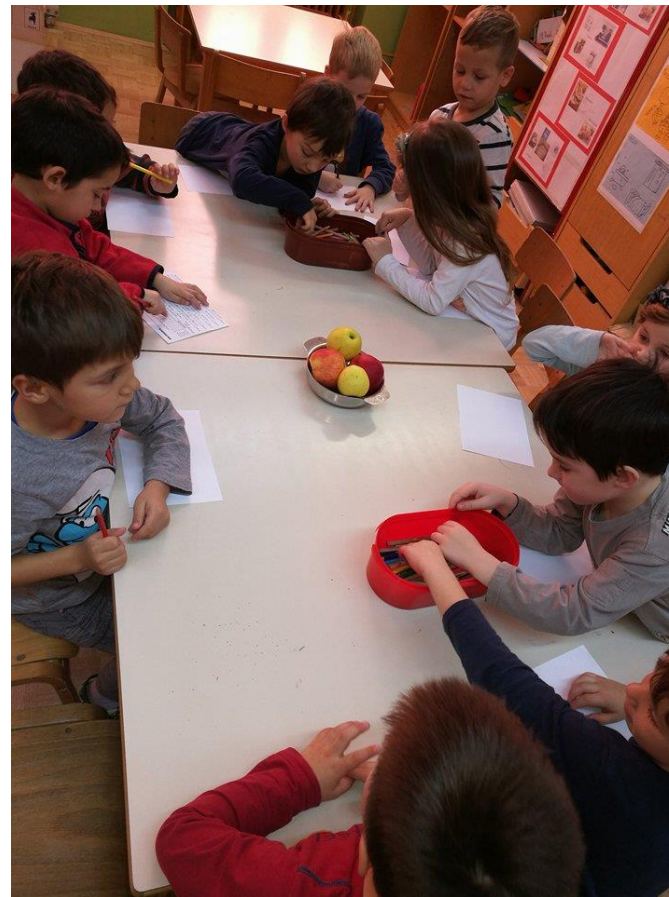
# CRTANJE JABUKA



Likovna tehnika: drvene bojice i pasteles



# CRTANJE I BOJANJE JABUKA PREMA PROMATRANJU



Likovna tehnika: olovka, drvene bojice i pastele



# CRTANJE PRESJEKA JABUKE



Likovna tehnika: olovka i crni ugljen



# IZRADA PLAKATA: „PIRAMIDA ZDRAVE PREHRANE”



Slikarska tehnika: kolaž iz časopisa i novina



# „STABLO JABUKE KROZ SVA ČETIRI GODIŠNJA DOBA”



Likovna tehnika: drvene bojice i flomasteri



# IZRADA JABUKE OD SLANOG TIJESTA



Kiparska tehnika: slano tijesto



Slikarska tehnika: tempera



# RADNI LISTIĆI: „OBOJI STABLO JABUKE I DODAJ PLODOVE”



Slikarska tehnika: kolaž papir



# RADNI LISTIĆI: „SPOJI JABUKU U CJELINU”



Slikarska tehnika: kolaž papir

# GOVORNO STVARALAŠTVO

- razgovori potaknuti dječjim pitanjima i znatiželjom
- imenovanje, nabranjanje i izgovaranje novo naučenih riječi: sorte jabuka, dijelovi jabuke, dijelovi stabla i sl.
- priče i igrokazi
- recitacije i stihovi
- slikovnice, knjige i enciklopedije o zdravlju, prehrani i sportu



Priča:

# „JABUKA”



Igrokaz:

# „JABUKA I CRV”





# GLAZBENO STVARALAŠTVO

- pjesme o jabuci
- pokretne pjesme
- aerobik uz pjesmu i ples

# 5. Igre

- POKRETNE IGRE
- SIMBOLIČKE I IMITATIVNE IGRE
- STOLNO- MANIPULATIVNE IGRE: (igre pamćenja, zapažanja, uočavanja razlika)



## POKRETNE IGRE:

### „Nošenje jabuke na glavi”



#### PRAVILA IGRE:

Prenesi jabuku na glavi do cilja.



#### CILJ IGRE:

- vježbanje ravnoteže i koordinacije
- poštivanje pravila igre
- razvijanje natjecateljskog duha

## „Nošenje jabuke u paru”



### PRAVILA IGRE:

Parovi prenose jabuku do cilja držeći je čelom.



### CILJ IGRE:

- suradnja i dogovor među parovima
- snalaženje u prostoru
- poštivanje pravila igre



## „Trči maca oko tebe”



### PRAVILA IGRE:

Uhvati prijatelja koji je iza tebe sakrio jabuku.



### CILJ IGRE:

- razvijanje empatije i prijateljstva
- razvijanje spretnosti i brzine
- poštivanje pravila igre

# „Škola jabuka”



## CILJ IGRE:

- vježbanje koordinacije: oko-ruka- noge
- upoznavanje brojeva
- razvoj percepcije vlastitih tjelesnih sposobnosti
- poštivanje pravila igre

## PRAVILA IGRE:

Kockom pogodi odgovarajući broj i održi ravnotežu skačući do cilja.



# SIMBOLIČKE I IMITATIVNE IGRE:

## CILJ IGRE:

- stupanje u interakciju s drugom djecom
- razvijanje kompetencije, imaginacije i kreativnosti
- istraživanje i uvježbavanje novih sposobnosti

# „Mali voćari”





# „Restoran zdrave prehrane”





# „Kuhari”





# STOLNO- MANIPULATIVNE IGRE:

## CILJ IGRE:

- razvoj koncentracije i logičkog razmišljanja
- razvoj solidarnosti
- razvoj fine motorike šake
- razvoj koordinacije oko-ruka

# „Boja na boju”





# „Šarene jabuke”





# „Brojimo jabuke”





# „Memori”



## 6. Suradnja s roditeljima, trenerima, planinarskim društvom i voćarima

- druženje s roditeljima uz tjelesne aktivnosti: jesenska svečanost uz sportske igre i čašćenje plodovima jeseni, planinarenje i izleti
- pomoć od roditelja u prikupljanju jabuka i recepata od jabuka
- upoznavanje sa starim sortama jabuka u našim krajevima
- posjet voćnjaku i razgovor sa voćarem
- posjet tržnici gdje se prodaje voće i povrće
- upoznavanje sa trenerima i vježbama za sve mišićne skupine



# SPORTSKE IGRE SA RODITELJIMA



- ❖ Druženje i boravak na svježem zraku u dvorištu vrtića uz natjecateljske i pokretne igre, te čašćenje voćem i voćnim sokovima.



# PLANINARSKI IZLET



❖ U suradnji s planinarskim društvom „Bundek” organizirali smo izlet na Kalnik.



# SURADNJA S TRENERIMA

Anica Varga: trenerica iz udruge „Sport za sve”



❖ U suradnji s udrugom „Sport za sve” obilježili smo Hrvatski olimpijski dan.



## Jura Soldat: fitnes trener



- ❖ U suradnji s fitnes centrom „Aquila” organizirali smo dolazak trenera u vrtić.







- ❖ Djeca su se upoznala s važnošću kretanja i tjelesnih aktivnosti te usvojila nove vježbe za sve mišićne skupine.
- ❖ Proširili su svoje znanje o važnosti unosa voća u zdravu prehranu.



# POSJET VOĆNJAKU



- ❖ Organiziranom šetnjom posjetili smo voćnjak u blizini vrtića i vidjeli kako on izgleda zimi.





- ❖ Voćar nas je upoznao sa svojim zanimanjem i pokazao kako se obrezuju voćke i kako izgleda voćnjak u zimsko doba godine.
- ❖ Proširili smo znanje o voćki jabuke kroz godišnja doba, pa smo u vrtiću izradili istoimeni plakat.





# POSJET TRŽNICI



- ❖ Posjetili smo voćaru gdje nas je prodavačica upoznala s različitim vrstama voća i povrća. Poblje nas je upoznala sa zanimanjem prodavača i pokazala kako se skladišti i sprema voće i povrće.



## 7. Tjelesne aktivnosti tokom cijele pedagoške godine

- **Boravak na svježem zraku:** šetnje, igre, planinarenje
- **Jutarnje tjelovježbe:** vježbe za sve mišićne skupine, vježbe opuštanja i pravilnog disanja, poligon, vježbe na strunjači, vježbe istezanja i sl.
- **Svakodnevni prirodni oblici kretanja:** hodanje, trčanje, penjanje, preskakivanje i sl.

# ŠETNJE



- ❖ Tokom cijele pedagoške godine redovito organiziramo šetnje koje nam osim zadovoljavanja potreba za kretanjem i boravkom na svježem zraku, služe i za promatranje promjena u prirodi.



# IGRE NA DVORIŠTU



- ❖ igre u pijesku
- ❖ pokretne, natjecateljske i štafetne igre
- ❖ igre s loptom
- ❖ igre za usavršavanje prirodnih oblika kretanja





# IGRE NA SNIJEGU



- ❖ Snijeg smo iskoristili za razne igre: sanjkanje, grudanje, gradnja snjegovića i sl.





# Projekt nastavljamo aktivnostima koje uključuju:

- različite aktivnosti prema interesima djece
- posjet voćnjaku u proljeće, ljeto i jesen
- obilježavanje Dana planete Zemlje sadnjom stabla jabuke
- izlet u prirodu
- obilježavanje Svjetskog dana sporta
- svakodnevne tjelovježbe i boravak na svježem zraku
- unos zdrave prehrane u svakodnevicu

PROJEKT ĆEMO PROVODITI TAKO DUGO DOK ĆE DJECA  
POKAZIVATI INTERES...

**HVALA NA PAŽNJI !!!**