

FIT projekt UČIMO ZA ŽIVLJENJE:

22. september
EVROPSKI DAN BREZ AVTOMOBILA
v okviru TEDNA MOBILNOSTI

cilji: Spreminjanje življenjskega sloga iz neaktivnega v aktivni slog.

dejavnosti: Prihod v vrtec in iz vrta z nemotorizirano obliko transporta - ali vsaj del poti!



24. september
DAN SRCA



cilji:

Osveščanje odraslih in seznanjanje otrok, da zdrava prehrana in telesno gibanje ohranjata zdravo srce. Kajenje škoduje! Recimo NE tobaku!

dejavnosti:

Izvedba gibalnih aktivnosti, pogovor o zdravi prehrani, o funkciji srca...

15. oktober
SVETOVNI DAN HOJE

cilji:

Promocija hoje kot aktivnega življenjskega sloga.

dejavnosti:

Pogovor o pomenu hoje za zdravje, likovni utrinki, sprehod ali pohod...



20. januar
FIT DAN BREZ MULTIMEDIJE
(brez TV, računalnika, tablice ...
ali gibanje ob gledanju ...)



cilji:

Iskanje rešitev za kvalitetnejše in aktivno preživljanje prostega časa.

dejavnosti:

Predlogi otrok, kaj bi radi delali namesto gledanja TV (posredujemo jih staršem)

ali organiziranje gibanja med gledanjem TV, računalnika, ...

7. april
SVETOVNI DAN ZDRAVJA



cilji:

Spreminjanje življenjskega sloga iz neaktivnega v aktivni slog. Prihod v vrtec in iz vrtca z nemotorizirano obliko transporta -ali vsaj del poti!

dejavnosti:

Pogovor o zdravju, zdravi prehrani, higieni, varnosti, o pomenu hoje za zdravje...



10. maj
SVETOVNI DAN GIBANJA

cilji:

Spodbujanje gibalne aktivnosti in zviševanje deleža gibalno aktivne populacije

dejavnosti: aktivni sprehod ali izlet



31. maj
SVETOVNI DAN ŠPORTA

cilji:

Promocija različnih gibalno- športnih iger, timska harmonija

dejavnosti:

Organizacija športnih iger, sodelovanje med skupinami



FIT - HIDRACIJA

OTROCI IMAJO VODO VES ČAS NA VOLJO ZAKAJ JE POMEMBNA VODA?

- uravnava telesno temperaturo,
- redno pitje vode poveča našo zbranost, odpornost proti boleznim,
- razstruplja telo
- pripomore k boljši psihični in telesni kondiciji
- topi hranilne in odpadne snovi, ki so topne v vodi in omogoča njihovo izločanje...

FIT DAN – »FITTING TEACHING FOR FIT KIDS«

17. maj 2019

Cilj: v času celotnega učnega procesa se ta dan uporablja Fit pedagogika, Fit vsebine in Fit aktivnosti

Dejavnosti: Fit jutranje športanje, Fit gibalni odmor, Fit po počitku, Fit aktivno igrišče in Fit hidracija

Gibalno športne aktivnosti po programu
MALI SONČEK

Za otroke od 2-6 let

FIT - AKTIVNO IGRIŠČE

(vsaj 1X na teden, 30 - 45 minut, vse skupine)

ORGANIZIRANA UPORABA IGRAL V OBLIKI KROŽNE VADBE ALI VADBE PO POSTAJAH

NAMEN:

- razvoj gibalnih in kognitivnih spretnosti
- razvoj socialnih spretnosti,
- psihična in telesna sprostitev,
- povečati notranjo motivacijo za nadaljnje delo,
- varna in učinkovita raba igral in zunanjih površin...

Primeri dejavnosti : ristanc, gumitwist, keglji, balinčki, plezala, gibalne didaktične igre ali vadba po postajah, ...

FIT KOTIČEK v igralnici ali FIT HODNIK

- blazine za sproščanje,
- hoppy žoge za raztezanje ali za udarjanje in aktivno sedenje,
- kartončki z gibalnimi nalogami,
- ristanc , pajkova mreža , FIT poligon...

JUTRANJE RAZGIBANJE, VADBENE URE, AKTIVNI SPREHODI

FIT VADBENE URE V TELOVADNICI V POLJU ali v OŠ ZADOBROVA

Mednarodni projekt: »FIT4KID« (2018/2019)

PERMANENTNO IZOBRAŽEVANJE – za strokovne delavce vrtca
FIT PEDAGOGIKA, I. modul, 1. Stopnja:
4. februar 2019, od 16.00 do 19.00

FIT RAZISKAVA – SPREMIJANJE UPORABE FIT
PEDAGOGIKE V ČASU REDNEGA PEDAGOŠKEGA PROCESA
2018/2019

CENTRALIZIRANO STROKOVNO IZOBRAŽEVANJE ZA FIT
KOORDINATORJE, 19. oktober 2018 in 25. januar 2019

CENTRALIZIRANO STROKOVNO USPOSABLJANJE ZA
FIT4KID MULTIPLIKATORJE, 17. november 2018

FIT4KID LETNI POSVET, 22. maj 2019

1. FIT4KID MEDNARODNA ZNANSTVENA KONFERENCA –
FITTING TEACHING FOR FIT KIDS, 6. – 8. marec 2019