

**UNIVERZA V LJUBLJANI
PEDAGOŠKA FAKULTETA**

DIPLOMSKA NALOGA

ANDREJA PRIMOŽIČ

**UNIVERZA V LJUBLJANI
PEDAGOŠKA FAKULTETA
Študijski program: Predšolska vzgoja**

**Z LUTKAMI SPOZNAVAMO ZDRAV NAČIN
PREHRANJEVANJA**

DIPLOMSKA NALOGA

Mentorica: mag. Helena Korošec

Kandidatka: Andreja Primožič

Ljubljana, september 2012

ZAHVALA

Zahvaljujem se svoji mentorici mag. Heleni Korošec za mentorstvo, pomoč in nasvete. Ravno tako se zahvaljujem dr. Marcellu Batističu Zorec za koristne napotke, s katerimi mi je olajšala pisanje naloge. Zahvala gre tudi vzgojiteljici Romani Mahne, pomočnici vzgojiteljice Jasni Otoničar in otrokom, ki so omogočili izvedbo praktičnega dela. Hvala tudi vsem, ki so mi kakorkoli pomagali pri izvedbi moje diplomske naloge.

POVZETEK

Velikokrat slišimo otroke reči: »To mi ne diši, tega ne maram, tega ne bom jedel ...« Želimo pa si, da bi otroci zaužili in pojedli čim več raznolike hrane, ki jo potrebujejo za svojo rast in razvoj, in hkrati imeli veselje do nje (Hlastan Ribič, 2006). Lutka je tista, ki nam lahko v tem trenutku priskoči na pomoč, saj zna otroke s čarobno močjo motivirati in prepričati. V teoretičnem delu diplomske naloge smo opisali lutko, njeno vlogo v predšolskem obdobju, vplivanje na otrokov razvoj in motivacijo do dela. Razložili smo tudi pomembnost zdrave prehrane in način, kako jo otroku ponuditi, da jo bo z veseljem pojedel. V praktičnem delu diplomske naloge pa smo želeli predstaviti lutko – veseljčka, ki je otrokom pomagal pri spoznavanju in okušanju različne prehrane. Ta del zavzema predstavitev projekta, pri katerem so otroci preko lutke in lutkovnih predstav spoznali zdravo hrano in zakaj je pomembno, da jo jemo. Med drugim so prvič poskusili solato. Diplomska naloga predstavlja pomembno vlogo lutk pri učenju in spoznavanju novega.

Ključne besede: otrok, lutka, zdrava prehrana

ABSTRACT

We often hear children saying: “This does not smell good, I do not like this food, I will not eat this ...” But we wish that children would eat different kind of food as much as possible, because they need it for growth and development. And we also want that they would eat it with pleasure. A very helpful tool for children motivation could be a puppet. In the theoretical part of this graduation thesis we described this puppet, its role in pre-school period, influence on children's development and motivation for different activities. We also described the importance of healthy nutrition and a successful way in passing it to children. Practical part of this thesis presents puppet – “vesoljček” (eng. cute alien), which helped children to learn about and taste different nutrition. This part takes description of project about puppet and puppet shows. Through this puppet and its shows children realized what a healthy nutrition is and why is it so important to consume it. For example they even tasted a salad that they have never tasted before. In this thesis a puppet is represented as an important role in children learning and knowledge acquiring.

Keywords: child, puppet, a healthy nutrition

KAZALO

UVOD	1
I TEORETIČNI DEL	2
2 LUTKA	2
2.1 VLOGA LUTKE V PREDŠOLSKEM OBDOBJU.....	3
2.2 LUTKA, VZGOJITELJEVA DESNA ROKA	8
2.3 LUTKA KOT MOTIVACIJSKO SREDSTVO	9
3 PREHRANA OTROK.....	12
3.1 PREHRANJEVALNE NAVADE OTROK	12
3.2 ZDRAVA PREHRANA V VRTCU	13
3.3 HRANJENJE KOT DEL PRIKRITEGA KURIKULA	16
II PRAKTIČNI DEL DIPLOMSKE NALOGE	20
4 OPREDELITEV PROBLEMA	20
4.1 CILJI DIPLOMSKE NALOGE	21
4.2 RAZISKOVALNA VPRAŠANJA.....	21
4.3 RAZISKOVALNA METODA.....	21
5 UGOTOVITVE.....	51
6 ZAKLJUČEK.....	52
7 LITERATURA.....	53

UVOD

Prehrana je dejavnik, ki z vidika posameznika vpliva na zdravje. Z zdravim prehranjevanjem zdravje varujemo in sočasno preprečujemo številne dejavnike tveganja za nastanek bolezni. To je pomembno za vse ljudi, še posebno za naše najmlajše, saj za rast in razvoj potrebujejo zdravo in raznovrstno prehrano.

Pri ljudeh je potrebno čim prej zbuditi zavest o zdravem prehranjevanju. Najtežje je to pri otrocih. Otroštvo je čas, v katerem se kot posamezniki oblikujejo na različnih področjih in prevzemajo življenjske navade okolja. Hkrati pa pridobivajo tisto, kar jih naučimo in kar jim damo za vzgled. Naloga vseh staršev in vzgojiteljev je, da na nevsiljiv način poskušajo otroka pripraviti do tega, da z veseljem uživa zdravo hrano.

»Lutka otroka pritegne in hkrati navduši. Otroci lutki zaupajo, se z njo sproščeno pogovarjajo, se je želijo dotakniti in jo božati. Sprejmejo jo kot živega člana svoje družine, jo občudujejo in aktivno vključujejo v svoje delo in igro« (Korošec, 2007, str. 46).

Vemo, da otrok največ izkušenj in znanja pridobi preko igre. Igra z lutko ima lahko tu pomembno vlogo. Učenje z lutko je zabavno, igrivo, navihano, čarobno ... Lutka otroke popelje v svet domišljije, kjer je vse mogoče. Tako jih lahko nauči marsikaj. Lutke postanejo otrokove prijateljice v dobrem in slabem.

Lutka ni samo igrača, ampak odličen vzgojiteljev pripomoček pri posredovanju vzgojno-izobraževalnih vsebin.

Zato sem si v svoji nalogi zastavila cilj raziskati, kako uspešno lahko otroci preko igre z lutkami dosežejo nove informacije in novo znanje, ter jim hkrati omogočiti neposreden stik z lutko in s tem odpreti vrata v svet domišljije in ustvarjalnosti.

I TEORETIČNI DEL

2 LUTKA

Kako se otrok igra z igračo? »Z njo se pogovarja kot z živim bitjem. Ljubkuje jo in jezi se nanjo. Pa čeprav ves čas ve, da ni prava, živa« (Sitar 2001, str. 6).

»Lutka zmore vse, česar človek ne. Lutka lahko leti, se bojuje v borbi, premaga hudobne čarovnice, je močnejša od največjega velikana in prežene celo največje strahove, ki prihajajo ponoči. To je neverjetna moč, ki jo zmore celo čisto majhna lutka iz tkanine ali papirja« (Korošec, 2006, str. 114).

Lutka otroke popolnoma čustveno prevzame, pritegne in navduši. Otroek se za lutko lahko skrrije, prevzame njeno vlogo, ji zaupa, se z njo pogovarja. Predstavlja mu ščit pred izpostavljanjem. Otroek lažje vzpostavi kontakt z lutko kot z vzgojiteljico ali celo s starši. Tako lahko preko nje vzpostavimo posredno komunikacijo. Z otrokom se pogovorimo ali izvemo kakšno pomembno informacijo, ki je brez lutke najverjetneje ne bi, še posebej, če je otroek zadržan (Korošec, 2006).

»Lutka je bitje, ki čudežno oživi v rokah vzgojitelja/učitelja, povezuje otroke in vzgojitelje/učitelje z bližnjo in daljno okolico, povzroča ustvarjalni nemir ne samo v skupini, temveč po celi šoli, v dejavnosti pritegne celo starše in učitelje na šoli« (Korošec, 2006, str. 130).

To se je pokazalo tudi v našem projektu. V projekt nisem načrtovala vključiti otroke iz drugih skupin v vrtcu, vendar je do tega prišlo spontano.

Vse to se lahko zgodi le, če lutka zaživi. Posvetiti ji moramo vso svojo pozornost, še posebej s pogledom, drugače ostane »mrtva«. Vanjo moramo usmeriti vso svojo energijo.

2.1 VLOGA LUTKE V PREDŠOLSKEM OBDOBJU

»Otrok in lutka se srečata zelo zgodaj, če ne prej, ko otrok stopi v vrtec. Lahko jo vzgojitelj uporabi že prvi dan, ko pomaga pregnati ločitveni strah, saj se prijazno zanima za otrokovo igračo, ki ga je spremila v novo okolje« (Majaron, 2002, str. 5).

»Uporaba lutk v predšolskem obdobju je učinkovito sredstvo in naj ne bi posnemala profesionalnega lutkovnega gledališča, nasprotno: ustvarjalno prilagajanje nekaterih elementov lutkovnega gledališča je pomembnejše za doseganje splošnih in bolj specifičnih vzgojiteljevih namenov« (Bredikyte, 2000, v: Korošec, Majaron, 2002).

Če učitelj/vzgojitelj verjame v moč lutke, s tem lutka oživi in mu je lahko v veliko pomoč pri posredovanju vzgojno-izobraževalnih vsebin. Vzgojitelje in učitelje imajo otroci radi, vendar jim predstavljajo avtoriteto, medtem ko je lutka ena izmed njih – dela napake, ima težave in zaradi tega se ji lažje zaupajo. Otroci so prepričani, da za skrivnost, ki jo imajo z lutko, učiteljica/vzgojiteljica ne ve, pa čeprav lutka živi v roki učiteljice (Korošec, 2002).

Vzgojiteljeva lutka usmerja in spodbudi otroka k lastni ustvarjalnosti in tako nastanejo prvi kreativni izdelki, preko katerih se začne utrjevati otrokova samopodoba (Majaron, 2002).

B. Kroflič (2002) poleg omenjenih vlog lutke v predšolskem obdobju poudarja še eno, in sicer pravi, da lutka zadovoljuje naslednje temeljne otrokove potrebe (Korošec, 2006, str. 112):

- potreba po svobodi govora, gibanja, mišljenja,
- potreba po zabavi: sem dobre volje, uživam, se smejem,
- potreba po ljubezni: počutim se varno, ljudje okoli mene me imajo radi,
- potreba po moči: uveljavljam se in ustvarjam tako sebe kot lutko, sem v središču pozornosti.

2.1.1 Vpliv lutke na otrokov razvoj

Otroci se z lutko identificirajo in tako postane sredstvo, s katerim laže izrazijo svoja čustva. To pa je v fazi razvoja vsakega otroka zelo pomembno (Hribovšek, 2009).

Otroci se ob pomoči lutke razvijajo, še poseben vpliv pa ima lutka na razvoj naslednjih področij pri otroku (Korošec, 2006, str. 112–122):

- razvoj domišljije,
- sposobnost razločevanja med fantazijo in realnostjo,
- razvoj pozitivne samopodobe in krepitev samozavesti,
- oblikovanje socialnih veščin,
- izražanje emocij,
- razvoj neverbalne komunikacije kot spodbude za otrokov govorni razvoj,
- razvoj empatije,
- spodbujanje ustvarjalnosti,
- intelektualni vidik.

A. Porenta (2003, str. 184) je pri delu z lutko zasledovala tri vidike otrokovega razvoja (emocionalni, intelektualni, socialni), ki so se pokazali:

- najprej na ravni zaznavanja, priznavanja in izražanja čustev,
- nato pri komunikaciji in socializaciji,
- pri izvajanju dejavnosti po učnem načrtu, ki so s pomočjo lutke osmišljene in poglobljene, v ospredje pride otrokova dejavna vloga pri učenju.

Socialni razvoj

Otroci preko lutke doživijo tudi pozitivno izkušnjo v sprejemanju drugačnosti, razvijanju prijateljskega odnosa. Veliko bolj si izmenjujejo različna mišljenja in poglede ter jih tudi skupaj izvajajo. Poveča se lahko tudi zaupanje med učenci in učitelji. Lutka omogoči, da otrok premaga strah pred nekaterimi situacijami (zobozdravniki ...). Pri otroku lahko opazujemo razvoj obnašanja do prisotnih oseb in obnašanje v zvezi s predmeti, ki jih uporablja pri igri (Porenta, 2003).

Emocionalni razvoj

A. Porenta (prav tam) je ugotovila, da otroci s pomočjo lutke zaznajo primere empatije, sočustvujejo, dajejo varnost, skrb lutki kot model vedenja in ravnanja v vsakdanji situaciji. Prav tako je lutka omogočala boljši stik z okoljem, z njo so izražali tudi nekatere težave. Z lutko so otroci manj agresivni, vedejo se nekoliko bolj zrelo in odgovorno.

Intelektualni razvoj

Prispevek vsakega posameznika je pomemben za to, da skupina pride do rešitve, do novega znanja ali izdelka. Ob dobro pripravljenih učnih situacijah ali dejavnostih, skrbnem, a nevsiljivem učiteljevem vodenju se razvijata otrokova vedoželjnost in sla po znanju. Izboljša se otrokova samopodoba, saj je vsak pomemben člen te verige novega znanja (Porenta, 2003).

Afektivni (emocionalni), kognitivni in socialni razvoj so nepredstavljeni brez igre. Lutka združuje preteklost in prihodnost s sedanjostjo, pripravlja otroka za kreativno, umetniško in znanstveno delo, je eden izmed elementov razvoja kulture (Bastašić, 1988).

Ravno tako pravi H. Korošec (2002, str. 31), da *»lutka že dolgo ni več le sredstvo za pripravo predstav in motivacijo pri pouku, vedno bolj postaja magična moč v rokah vzgojitelja in spodbuja kognitivni, socialni in čustveni razvoj«*.

»Igranje lutk pripomore k razvoju otrokovega mišljenja, govora in vedenja ter k ustvarjalnemu reševanju konfliktov in izgradnji otrokovega lastnega sveta« (Peštaj, 2000, str. 51).

Tudi Bastašić (1988) se strinja, da igranje z lutkami pripomore k boljšemu razvoju mišljenja, govora, vedenja in ustvarjalnega reševanja konfliktov otroka in njegovi lastni izgradnji sveta. Prav tako meni, da je igra z lutkami v otrokovem razvoju pomembna, da se otrok prične zavedati dogajanja okrog sebe in da v *»kot-da situacijah«*, v katerih se igra z lutko, vzpostavlja ravnovesje med seboj in svetom.

Lutka ima poleg znanih vzgojnih funkcij še naslednje specifične funkcije (Gobec, 2009, str. 76):

- je posrednik pri oblikovanju otrokovih odnosov s samim seboj, z naravo in okoljem ter drugimi ljudmi,
- legitimira otrokovo pravico do ustvarjanja notranjega sveta kot izhodišča, stališča in kriterija odnosov do zunanjega sveta,
- uči jih motriti življenje z različnih zornih kotov in po različnih kriterijih,
- uveljavlja načrtni socialni in osebnostno-afektivni kurikulum kot proces, enakovreden kognitivnim elementom učnega načrtovanja,
- omogoča celovito otrokovo *osebnostno rast, spodbuja razvoj temeljnih duševnih procesov in sposobnosti*: otrokovo čustvovanje, socializiranost in komunikativnost, raziskovalnost, aktivnost in iniciativnost, ustvarjalnost in inovativnost,
- razvija sodobno pojmovanje otrokove ključne kompetence za delovanje v svetu,
- je idealen mediator socializacije in komunikacije,
- je pobudnik veselja, radoživosti, sproščenosti,
- je generator ljubezni, duševnega zdravja in globokih medčloveških odnosov vseh v vrtcu ter med starši in vrtcem,
- omogoča otroku vrednostno opredeljevanje in oblikovanje celovitih pogledov na svet.

Prednosti, ki jih ponuja takšna uporaba lutke pri poučevanju, je A. Porenta (2003, str. 185) strnila v nekaj točk:

- lutka krepi pozitivne čustvene odnose v skupini in lažje izražanje čustev,
- razvija empatijo in tolerantnost,
- omogoča lažjo komunikacijo med učiteljem in učenci, pogosto se pojavlja tudi kot pomočnik pri uravnavanju pozitivne klime (boječe otroke spodbudi, »preveč« živahne pa umirja),
- spodbuja igranje z možnostmi in verjetnostmi in s tem vpliva na razvoj divergentnih sposobnosti,
- dopušča sprejemanje igre kot legitimne dejavnosti pri usvajanju novega znanja,
- omogoča razvijanje idej in spodbuja ustvarjalnost na vseh področjih,
- spodbuja skupinsko delo,
- zveča motivacijo za delo,
- ob spoznavanju novega znanja razmišljajo o postopkih, ki so jih privedli do novega znanja in rešitev,
- razvija pozitivno samopodobo in samozavest,

– sprošča napetosti ob visokih pričakovanjih.

2.1.2 Lutka in kurikulum

E. Majaron (2006) je zapisal, da lutka pri pouku vzpostavlja večsmerno komunikacijo, pomaga pri usvajanju, razumevanju in utrjevanju vsebin ter pri razvijanju kreativnosti, enako je tudi v vrtcu – lutka pomaga in je odlično didaktično sredstvo na vseh področjih kurikula.

Ciljev ne moremo ločiti, saj z lutko vplivamo hkrati na kognitivni, socialni in čustveni razvoj otroka, kot smo zapisali že prej. Z lutko pa lahko vplivamo še na veliko drugih ciljev oz. na vse cilje, ki si jih zastavimo.

Z lutko lahko uresničujemo ne le cilje, temveč tudi nekatera načela. Temeljna načela predšolske vzgoje, ki jih lahko uresničujemo tudi z lutko, so (Kurikulum, 1999, str. 11–17):

- načelo demokratičnosti in pluralizma,
- načelo odprtosti kurikula, avtonomnosti ter strokovne odgovornosti vrtca in strokovnih delavcev v vrtcu,
- načelo enakih možnosti in upoštevanja različnosti med otroki ter načelo multikulturalizma,
- načelo omogočanja izbire in drugačnosti,
- načelo spoštovanja zasebnosti in intimnosti,
- načelo uravnoveženosti,
- načelo horizontalne povezanosti,
- načelo vertikalne povezanosti oz. kontinuitete,
- načelo sodelovanja s starši,
- načelo sodelovanja z okoljem,
- načelo razvojno-procesnega pristopa,
- načelo aktivnega učenja in zagotavljanja možnosti verbalizacije in drugih načinov izražanja.

Pri delu z lutko in gledališčem se mora vzgojitelj oz. učitelj zavedati, da je pomemben proces nastajanja predstave ali lutke, ne le rezultat. Lutke ne ocenjujemo po estetiki in natančnosti izdelave, ampak se vzgojitelj vpraša po drugih dosežkih – kaj je otrok razvil v času procesa (Korošec, 2006, str. 111):

- kako so otroci sodelovali med seboj,
- kakšna je bila komunikacija,
- kako so reševali zastavljen tematski problem,
- kako jim je uspelo doseči soglasje v skupini,
- kakšen je bil čustveni odziv posameznikov,
- kako so se posamezniki vključili v delo,
- kako so oblikovali zgodbo z lutkami,
- ali so sodelovali vsi,
- ali je oživela lutka vsakega otroka.

Eno izmed skupnih načel predšolske vzgoje v Kurikulumu za vrtce (1999, str. 19) pravi: *»otroška igra je tista dejavnost, ki na najbolj naraven način združuje temeljna načela predšolske vzgoje in je v primeru, da je opredeljena dovolj široko v smislu preseganja svoje vpetosti v t.i. akademski ali razvojni pristop v predšolski vzgoji, razumljena kot način otrokovega razvoja in učenja v zgodnjem obdobju.«*

Ravno igra ima zelo pomembno mesto v kurikulumih za vrtce, ker je dejavnost, ki se izvaja zaradi nje same, je notranje motivirana, svobodna in odprta ter za otroka prijetna. Ne glede na to, za katero vrsto igre gre, ta praviloma vzpostavi prostor, ki je definiran z razmerjem med otrokovim aktualnim in potencialnim razvojem. Način in vsebina igre pa dajeta prostor, znotraj katerega so prepoznana zelo različna področja kurikula (Kurikulum za vrtce, 1999).

Med igro se torej skozi otrokove dejavnosti prepletajo različna področja kurikula, kar je za razvojno stopnjo in način učenja v tem starostnem obdobju smiselno in strokovno utemeljeno (prav tam).

2.2 LUTKA, VZGOJITELJEVA DESNA ROKA

Otrok lutki verjame bolj kot odraslemu, pomembno je le, da odrasli – vzgojitelj, učitelj ali starši verjamejo v moč lutke. Poznati in razumeti morajo pomen lutke kot metafore. Skozi lutkovne dejavnosti bodo odkrili nagnjenja in posebne talente v vsakem posamezniku (Majaron, 2000).

Da lahko vzgojitelj/učitelj to doseže, mora »poznati disciplino pri animaciji lutke, ki jo brez preostanka spremlja s svojim pogledom in gleda z njenimi očmi v mislih, kar lutka v resnici opazuje. Animatorjev pogled ne sme uiti v smeri lutkinega pogleda, takrat doživimo »lutkino smrt«, nenadoma ni več živa. To velja tudi, kadar je animator skrit. Pri spremljanju lutke s pogledom je omogočeno lažje nadziranje gibov, ki so pomembni ob jedrnih replikah in po reagiranju na vse, kar se okoli njega dogaja. Obstajati mora tudi vera, da zmoreta obe skupaj, lutka in vzgojiteljica, več kot ena sama« (Majaron, 2002, str. 61).

»S sporočanjem skozi lutko se učitelj/vzgojitelj otrokom približa in pridobi njihovo zaupanje. Naenkrat postane lutkar pravljicar, ustvarjalec nečesa magičnega. Otroci takšnega učitelja/vzgojitelja vidijo kot osebo, ki prinaša v razred veselje, zadovoljstvo in vznemirjenje. Vzamejo ga za svojega, za človeka, s katerim lahko iskreno delijo veselje ali žalost. To pa je seveda največ, kar si lahko učitelj/vzgojitelj želi. S tem so zagotovljeni osnovni pogoji za nemoteno vzpostavljanje medosebne komunikacije« (Korošec, 2002, str. 47).

Prednosti, ki jih prinese lutka kot didaktični metodični pripomoček (Korošec, 2006, str. 126, 127), so:

- učitelju/vzgojitelju omogoča lažje razumevanje otroka in njegovega vedenja,
- otroci doživijo učitelja/vzgojitelja v drugi luči,
- poveča se učiteljeva/vzgojiteljeva kreativnost,
- igra z lutko nudi alternativne učne izkušnje,
- zabavno, prijetno vzdušje.

Kot je zapisala A. Mikuš (2002, str. 95), je lutka »pripomoček, ki učitelju/vzgojitelju pomaga pri uresničevanju ciljev, socializaciji otrok v skupino, reševanju konfliktov, izražanju čustev in razvijanju pozitivne samopodobe«.

2.3 LUTKA KOT MOTIVACIJSKO SREDSTVO

»Že prvi dan, ko otroci pridejo v vrtec ali prvi razred osnovne šole, jih sprejme lutka, navihana, razigrana, radovedna, živahna, žalostna oseba, prav takšna kot oni. Ta lutka je z

učiteljem/vzgojiteljem vsak dan, ob različnih priložnostih, pri jutranji dobrodošlici, poznavanju barv, utrjevanju prvega glasu, dogovoru o pravilih v razredu ali pa kar tako» (Korošec, 2002, str. 46).

Lutka da otrokom veliko motivacijo za učenje oz. pridobivanje novega znanja. Otroci se z njo igrajo, zabavajo in neizmerno uživajo v njeni družbi. Hkrati pa pridobivajo novo znanje in spretnosti, vendar se tega ne zavedajo. Kot pravi Walter Brogini (v Gobec, 2000, str. 38), veliki lutkovni umetnik: *»imaginarnost lutke oziroma lika, ki ga pooseblja, ter njegova življenjska zgodba, ki se korak za korakom skozi šolsko leto odvija pred otrokovimi očmi, prikazujeta problemske situacije, v katerih se znajde lik in jih lahko razreši samo s pomočjo otrok. Da pa bi otroci lahko pomagali osebi razrešiti njene imaginarne probleme, morajo razrešiti prave konkretne probleme, odkriti, spoznati in pridobiti neka nova znanja o resničnem svetu v realnih življenjskih situacijah«.*

To lahko potrdim tudi sama, saj so otroci neizmerno uživali, ko so iskali potrebne informacije, da bi pomagali lutki – vesoljčku. Na začetku sem imela pomislek, da mogoče lutki ne bodo verjeli. Vendar sem se zelo motila. Lutko so imeli radi, se z njo igrali in ji poskušali na vse možne načine pomagati in razrešiti problem, ki ga je imela. Tudi, ko ni bila prisotna, so se otroci večkrat spomnili nanjo.

Da otroci preko lutke rešujejo probleme, je potrdila tudi Dora Gobec (2009) v svojem članku, ko je predstavila Milanski projekt dela z lutko. Zapisala je, da je lutka lahko voditeljica, pobudnica in povezovalka celoletnega vzgojno-izobraževalnega projekta tima celotne vzgojne ustanove, ki zaradi svoje specifičnosti zagotavlja otroku, protagonistu lastnega razvoja, in njegovemu aktivnemu poseganju v svet centralno mesto v vzgojno-izobraževalnem procesu.

Otroci so z lutko dejavni, se učijo in so poučevani, vendar ne zato, ker je tako predpisano z obveznim učnim načrtom, ampak ker imajo notranjo motivacijo – na eni strani zaradi same napetosti zgodbe in detektivske radovednosti, na drugi strani pa zaradi prebujene globoke motiviranosti po sožitju z drugimi (Gobec, 2000).

Lutke in lutkovne dejavnosti otrokom omogočajo učenje z veliko zabave in sproščenosti. Motivacija izdelati lutko in nato njej razložiti nekaj, česar ne zna oz. ne ve, je tako velika, da

Primožič A. (2012). Z lutkami spoznavamo zdrav način prehranjevanja. Diplomski naloga. Ljubljana. Pedagoška fakulteta.

otroci snov mimogrede usvojijo. Ob enem pa se ne zavedajo, da so se s tem tudi učili in nekaj naučili (Korošec, 2006).

In kot pravi H. Korošec (2002, str. 52), je *»lutka izredno motivacijsko sredstvo za bogatenje in senzibiliziranje otrokovega čustvenega in socialnega potenciala«*.

3 PREHRANA OTROK

3.1 PREHRANJEVALNE NAVADE OTROK

Prehranjevalna navada pomeni način prehranjevanja posameznika, družbe ali neke skupine. Gre za izbiro in količino živil, ki jih uživamo, delež posameznih živil, način priprave ter pogostost in razporejenost uživanja obrokov preko dneva. Na prehranjevalne navade vplivajo različni dejavniki – od različnih skupin, narodov, tudi socialne, ekonomske, etnične in kulturne danosti okolja. Na kakovost prehranjevanja imajo velik vpliv izobraženost ljudi, dostopnost in cena (Maučec Zakotnik, 2001).

Na dan naj bi zaužili od 3 do 5 obrokov. Otroci morajo jesti večkrat na dan. Zajtrk in dopoldanska malica predstavljata energijski zagon novega dne, zagotavljata zdrav razvoj otroka in močno vplivata na njegovo delovno zmogljivost in sposobnost koncentracije (Hlastan Ribič, 2006).

Pomemben element zdrave prehrane je tudi ustaljen ritem obrokov. Vsakemu otroku enake starosti pripada enaka količina hrane. Seveda pa pri razdeljevanju hrane posameznim otrokom upoštevamo individualne želje in potrebe otrok. Otroka nikoli ne silimo, da mora pojesti vse, kar ima na krožniku, tudi če si je sam dal več, kolikor lahko poje. Lahko mu le svetujemo, naj vzame raje manj in pride ponovno iskat. Otroci nikdar ne smejo misliti, da bo hrane zmanjkalo (Šintler, Domicelj, 1997).

Za predšolsko obdobje je zelo značilno tudi, kar je zapisala vzgojiteljica J. Zornada (2005, str. 75): *»marsikateri otrok želi jesti samo določeno vrsto hrane in pogosto zavrača sadje in zelenjavo. Ker želimo, da se otrok seznanji in poskusi z vso vrsto hrane, je naša naloga, da otroku tako hrano ponudimo. Pri tem morajo biti izpolnjeni pogoji, ki otroku omogočajo na njemu lasten in privlačen način premostiti ovire do pozitivnih prehranjevalnih navad«.*

Znan pregovor pravi: *Kar se Janezek nauči, to Janezek zna.*

»Dejstvo je, da se zdrave prehranske navade začnejo oblikovati v ranem otroštvu in se nadaljujejo v odraslo dobo. Če že predšolske otroke naučimo, kaj je zdrava prehrana, bomo ustvarili trden temelj za dobro zdravje. Pomembno je, kakšne vedenjske vzorce otrok dobi v

ranem otroštvu v družini in v vrtcu, kjer preživi mnogo časa v krogu svojih prijateljev» (Forjanič, 2005, str. 65).

Tudi C. Hlastan Ribič (2006, str. 4) je podobnega mnenja, saj je zapisala, da bomo imeli manj težav, če otroka že od malih nog učimo in navajamo na zdravo prehrano, otrok bo kasneje že vedel, kaj je zanj dobro in kaj ne. Napačne navade, ki jih pridobimo v otroštvu, v odrasli dobi težka opustimo.

Otroci se lahko že v družinskem okolju navadijo piti nesladkan čaj in vodo in kasneje s tem nimajo težav. Skratka, prehrana v družini vpliva na prehrano otrok.

Če otrok določene hrane ne mara, moramo ravnati razumevajoče in obzirno. Prizadevamo si, da bi otrokom ponudili čim več raznovrstne hrane in jedi ter jih spodbujamo, da bi poskusili tudi takšno, ki se jim ne zdi mikavna (Hlastan Ribič, 2006).

3.2 ZDRAVA PREHRANA V VRTCU

Predšolsko obdobje je obdobje hitrega razvoja, tako telesnega kot duševnega. Zato je zdrava in pravilna prehrana za otroka toliko bolj pomembna (potreba po visokih hranilnih vrednostih). Pri tej starosti sta lahko hrana in njeno uživanje priložnost za učenje, saj lahko malčki pri kuhi in nakupih sodelujejo in zato hranjenje zanje postaja zabavno in prijetno (Sheasby, Scott, 1999).

Za zdrav otrokov razvoj je vsekakor pomembno okolje, v katerem biva, ljubezen svojih najbližjih ter vzgoja tako doma kot v vrtcu. Premalokrat pa pomislimo, kako močno na sam razvoj vpliva prehrana in kakšna je njena vloga.

Prehrana predšolskega otroka mora biti uravnotežena, varovalna in zdrava. Uravnotežena prehrana je biološko polnovredna, energijsko in hranilno uravnotežena, usklajena s fiziološkimi potrebami organizma in razporejena v pravilnem ritmu prehranjevanja (Šintler, Domicelj, 1997). Varovalna prehrana so tista živila, ki vsebujejo dietne vlaknine, z omejeno

količino maščob, nasičenih maščobnih kislin, sladkorja, soli ... Živila imajo posebno oznako (prav tam).

Shema 1: Oznaka varovalne prehrane



Zdrava prehrana je higiensko neoporečna in ne vsebuje prepovedanih dodatkov, kot so biološki, kemični ali celo radioaktivni (prav tam).

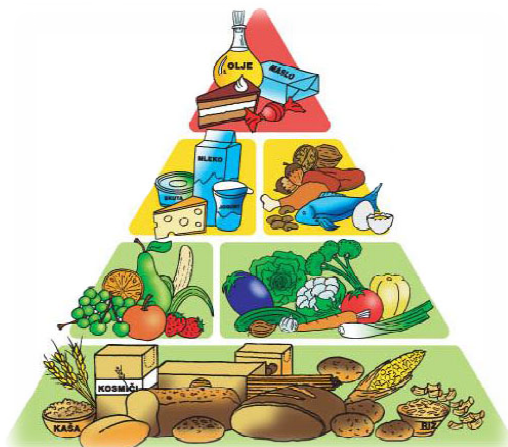
Poleg uravnotežene in varovalne prehrane je potrebno skrbeti za zdravo pijačo, predvsem za zdravo pitno vodo.

Zdrava prehrana ohranja in krepi otrokovo zdravje oziroma preprečuje, da bi se bolezensko stanje poslabšalo, lahko pa tudi zdravi. Z zdravim prehranjevanjem varujemo in hkrati preprečujemo dejavnike tveganja za nastanek kroničnih bolezni in bolezni same (Maučec Zakotnik, idr., 2001).

Zdrava prehrana je za otroke in mladostnike zelo pomembna, saj je v teh letih potreba po energiji, beljakovinah, vitaminih in mineralih – glede na otrokovo telesno težo – še posebej velika (Hlastan Ribič, 2006).

Prehranska piramida je slikovni prikaz izbora živil, ki naj bi jih jedli vsak dan. Prikazuje uživanje živil iz petih glavnih prehranskih skupin, ki so razvrščene glede na pomembnost. Vsaka skupina vsebuje določene hranilne snovi, ki jih potrebujemo. Če to upoštevamo pri načrtovanju dnevnega obroka, smo na najboljši poti do kvalitetne uravnotežene prehrane (Šintler, Domicelj, 1997).

Shema 2: Prehranska piramida



V vrtcu otroci dobijo 4 obroke: zajtrk, dopoldansko in popoldansko malico ter kosilo. Topel obrok je najbolj primeren, če je sestavljen predvsem iz krompirja, riža ali testenin. Včasih lahko dodamo še ribo ali mesno prilogo. Meso zagotavlja telesu železo in cink, ribe pa so vir joda in vitamina D. S svežim sadjem in zelenjavo, ki jo zaužijemo za malico, lahko povečamo v naše telo vnos vitaminov in mineralov. Z mlekom in mlečnimi izdelki pa dobimo kalcij (Hlastan Ribič, 2006).

Priporočene kombinacije dajejo prednosti sadju in zelenjavi, kakovostnim ogljikohidratnim živilom (polnovrednim žitom in žitnim izdelkom), kakovostnim beljakovinskim živilom (mleku, pustim vrstam mesa) ter kakovostnim maščobam, predvsem rastlinskemu olju (Pandel Mikuš, Kvas, 2007).

Cilji zdrave prehrane v vrtcih so (Forjančič, 2005, str. 65):

- otroci spoznavajo različno prehrano in pridobivajo navade zdravega in raznolikega prehranjevanja;
- otroci oblikujejo dobre, a ne toge prehranjevalne navade ter razvijajo družabnost, povezano s prehranjevanjem;
- proces prehranjevanja poteka umirjeno;
- otroci si hrano postrežejo sami, če to zmorejo in si želijo;
- otroci imajo v procesu prehranjevanja možnost izbire.

3.3 HRANJENJE KOT DEL PRIKRITEGA KURIKULA

Tako kot vse načrtovane dejavnosti je tudi čas hranjenja zelo dobra izkušnja in priložnost za učenje. Otroci med tem časom lahko spoznajo zelo pomembne in življenjske situacije. Naučijo se postreči si sami, jesti s skupino in poskušati nove jedi. Dobre in pozitivne izkušnje v času obrokov oz. prehranjevanja lahko otrokom pomagajo razviti pozitiven odnos do hrane in prehranjevanja (Medved, 2004).

Včasih je prehranjevanje v vrtcu potekalo drugače. Pri obrokih so otroci morali pojesti vse, čas hranjenja je bil natančno določen, vzgojiteljice in varuhinje pa so preganjale otroke, naj hitro pojedjo. Marsikdo se spomni negativne izkušnje ali je slišal primere, ko se je posameznikom vrtec zameril ravno zaradi prehranjevanja. Pri krožniku s hrano, ki se mu je upirala, je moral sedeti toliko časa, dokler ni vse pojedel. V teh primerih ni šlo samo za discipliniranje telesa, ampak tudi za psihično zlorabo otrok. Danes je drugače. Pri nobenem obroku otrok ne silimo k hrani. Še vedno jih spodbujamo k uživanju različne hrane, vendar tako, da se o njej pogovarjamo. Otroci največkrat sami sprašujejo, kaj imajo na krožniku in iz česa je sestavljeno (Medved, 2004).

V Kurikulumu za vrtce (1999) je v zvezi s hranjenjem zapisano: *»Hranjenje v vrtcu naj poteka čim bolj umirjeno, brez nepotrebnega čakanja, pripravljanja, pri obrokih se ne hiti. Dopusča naj izbiro in možnost, da si otroci postrežejo sami, če to želijo. Pri hranjenju se je potrebno izogibati tekmovanju in nepotrebnemu primerjanju otrok. Pozorni pa moramo biti tudi na posebne navade družin, npr. na vegetarijansko prehranjevanje«.*

V nacionalnem kurikulumu (prav tam) je zapisano tudi, da je hranjenje del dnevne rutine, na katero pomembno vpliva prikriti kurikulum. Ena od nalog strokovnih delavcev je torej rahljanje prikritega kurikula v vrtcu in tudi upoštevanje načel kurikula, med katerimi je pri hranjenju zlasti pomembno načelo izbire (prav tam).

Želimo si, da otroci zaužijejo čim več raznolike hrane, ki jo potrebujejo za svoja rast in razvoj. Velikokrat pri tem nismo pripravljeni popuščati. Nekateri so še vedno mnenja: *če bom popustila pri enem otroku, bodo začeli z zavračanjem še vsi ostali.* Hrane, ki jo nekdo poskusi in mu ni všeč, ni smiselno poskušati dan za dnem, saj se okus ne spremeni niti dnevno niti tedensko. Če bomo otroku dan za dnem ponujali hrano, ki mu ni všeč, ne bo več

jedel niti tistega, kar mu je prej teknilo (na primer kombiniranje pire krompirja z omako). Tako kot smo si različni po zunanosti, se razlikuje tudi naš okus glede hrane in se razlikujejo naše prehranjevalne navade (Rakovič, 2004).

Najpomembneje pri hranjenju je (Medved, 2004, str. 46):

- da ustvarimo prijetno, družabno ozračje,
- da imajo otroci možnost, da so tudi pri obrokih čim bolj samostojni in neodvisni,
- da spodbujamo pogovor o tem, kaj jedo, kako je jed pripravljena – prijetni pogovori ustvarjajo sproščeno ozračje,
- da se zavedamo otrokovih individualnih prehranjevalnih navad – obstaja hrana, ki jo imajo radi in hrana, ki je ne marajo,
- da spoštujemo prehranjevalne navade družine,
- da otroke spodbujamo k uporabi pribora in prtičkov,
- da otrokom omogočimo dovolj časa, da lahko jedo brez hitenja,
- da si tudi za pripravo in pospravljanje vzamemo dovolj časa.

Za otroka naj prehrana ne bo hitenje, ampak prijetno druženje.

Velikokrat slišimo otroke reči: »*To mi ne diši, tega ne maram, tega ne bom jedel ...*«. Želimo pa si, da bi otrok jedel uravnoteženo prehrano in hkrati imel veselje do nje. Hlastan Ribič (2006, str. 15–16) je za to težavo zapisala predloge:

- bodimo dober vzgled: paziti moramo na lastno prehranjevanje. Če bodo starši doma in vzgojitelji v vrtcu jedli zdravo hrano, potem bodo otroci veliko prej pripravljene sprejeti takšen način prehranjevanja;
- jejmo skupaj: najbolje je, da sedi skupaj cela družina in ima tako možnost za pogovarjanje in druženje. Tako nam hrana veliko bolj tekne. Če jemo sami, nam postane dolgčas;
- naj bo čas hranjenja čas veselja: pri hrani moramo za nekaj časa pozabiti na poučne besede. Tudi z izjavami, kot so na primer »če boš vse pojedel, bo ...«, dolgoročno ne dosežemo nič;
- pokažimo strpnost: če otroku kakšna hrana ne paše ali je sit, mu ni treba za vsako ceno izprazniti krožnika;
- novo nam je tuje: otroci po navadi novo hrano zavračajo. Ponudimo jo večkrat na prijazen način v majhnih količinah. Sčasoma ga začne zanimati, kaj jedo njihovi družinski člani;

– nobenih tabujev: jedi, ki so med otroki priljubljene, ne smemo popolnoma črtati iz jedilnika, saj bo v tem primeru še mikavnejša. Lahko jo pripravimo na malo bolj zdrav način ali pa dodamo zdrave stvari. Pico na primer obložimo s pisano zelenjavo;

– otroci naj nam pomagajo: čeprav je včasih naporno in traja priprava jedi nekoliko dlje, je vseeno zelo pomembno, da otrokom damo možnost sodelovanja pri pripravi. To sem poskusila tudi sama. Otroci so si sami pripravili solato. Najprej so jo natrgali, potem so si prinesli vodo, jo oprali in jo na koncu zmešali. To solato so poskusili tudi tisti, ki je do zdaj še nikoli niso;

– privlačna jed vzbuja tek: hrana mora biti pripravljena in postrežena otroku primerno. Pri pripravi postrežbe bodimo izvirni. Jedi naj bodo mikavno okrašene, saj otroci jedo tudi z očmi. Če jim neka jed ne bo všeč že po videzu, je niti poskusiti ne bodo želeli.

Pri tem, da otrok poskusi in je določeno hrano, nam lahko zelo pomaga lutka. Kot smo povedali, otroci lutki zelo zaupajo in verjamejo. To lahko potrdim tudi sama. Otroci so za mizo, kot po navadi, jedli kosilo. Ker so riž in meso pojedli, paprike pa pustili, je do njih stopil vesoljček in jih vprašal: »A paprike niso zdrave?« Ena deklica je odgovorila, da so. Nato je isto deklico vprašal: »Zakaj pa ne poješ paprike, če je zdrava?« Deklica je odgovorila: »Ker ni dobra.« Vesoljček jo je nato vprašal, če je že kdaj poskusila kuhano papriko. Odvrnila mu je, da ne. Vesoljček ji je povedal: »Če je ne poskusiš, ne moreš vedeti, ali je dobra ali ne.« Nato je vesoljček odšel nazaj na omaro, kjer je opazoval otroke. Čez nekaj časa je deklica sama poklicala vesoljčka in mu povedala: »Poskusila sem papriko, ampak mi ni dobra. Sem jo pa vseeno pojedla, ker je zdrava.«

Ta primer pokaže, da lahko na nevsiljiv način pripravimo otroke, da poskusijo hrano, ki je ne marajo preveč oz. se jim ne zdi mikavna. Otrok ima vsekakor pravico, da pove, kaj bo jedel in česa ne, zato mu hrane ne vsiljujemo. Lahko pa ga poskušamo motivirati, da jo poskusi.

Velika motivacija in spodbuda, da otroci poskusijo določeno jed, je, da pri obrokih sedijo za isto mizo s svojimi najboljšimi prijatelji ali z vzgojiteljico, ki »kritično« jed z veseljem jedo. Še posebej zanimiva in spodbudna za otroke so obedovanja na prostem.

V prikriti kurikulum spada tudi navajanje na zdravje, red in čistočo. Pretiravanje z vsem naštetim škodi prav tako kot zanemarjanje. Mejo pretiravanja je težko določiti, zato moramo biti še posebej pazljivi in kritični. Poudariti želimo, da je presežek discipliniranja značilen za

vse institucije. Toliko bolj previdni moramo biti v vrtcu, saj so otroci za pretirano discipliniranje bolj občutljivi in dojemljivi. V primeru, da vzgojitelj otroka pretirano nadzoruje, nanj kriči, se prereka, ga skuša podkupiti, mu grozi, otrok dobrih navad ne bo pridobil (Cotič, 2004).

II PRAKTIČNI DEL DIPLOMSKE NALOGE

4 OPREDELITEV PROBLEMA

Predšolski otrok še ne more dojeti, da je hrana vrednota tako z vidika posameznika kot z vidika človeštva, lahko pa mu s svojim odnosom do hrane in ravnanjem to pokažemo (Šintler, Domicelj 1997).

S prehrano dovajamo telesu vse sestavine, ki jih potrebujemo za rast, energijo, obnavljanje celic in pravilen potek vseh življenjskih dogajanj v telesu. Te sestavine namreč omogočajo skladen razvoj telesnih in duševnih sposobnosti. Mislim, da je to še pomembneje pri predšolskem otroku, saj odrašča in potrebuje potrebne vitamine in snovi, zato mora zaužiti čim več raznovrstne in zdrave hrane. Vendar otrok nikoli ne silimo, da morajo pojesti vse, kar dobijo. Pomagamo pa jim pri odločanju ter jih spodbujamo, da poizkusijo tudi hrano, ki je ne poznajo oz. se jim ne zdi mikavna. Včasih je potrebno vložiti veliko truda, da otroka spodbudimo in ga pripravimo, da poseže po manj poznani hrani, na primer zelenjavi.

Z dejavnostmi, ki sem jih v okviru diplomske naloge izvajala v vrtcu, sem raziskovala, kako z lutko in lutkovnimi dejavnostmi približati otroku zdrav način prehranjevanja. V projekt sem poleg ljubljenca skupine, vesoljčka, vključila tudi druge lutke, s katerimi sem otrokom predstavila in približala zdravo prehrano.

Znano je, da otroci lutki zaupajo, se sproščeno pogovarjajo z njo, se je želijo dotakniti in jo božati. Sprejmejo jo kot živega člana svoje skupine, jo občudujejo in jo aktivno vključujejo v svoje delo. Lutka otroke popolnoma čustveno prevzame, je njihov zaupnik in zaveznik (Korošec, Majaron 2006). Ravno tako je zapisano, da so lutke močno motivacijsko sredstvo ter da vključevanje lutk kot metoda za doseganje kurikularnih ciljev presega tradicionalne pristope (Korošec 2006). Zato ne bom do otrok pristopila z vsakdanjim razlaganjem, temveč bom poskušala otroke s pomočjo lutk čim bolj aktivno pritegniti ter jih spodbuditi k sprejemanju drugačne in mogoče tudi nove hrane, saj »igra z lutko vzgojitelju pomaga pri vzpostavljanju stika z otroki, njihova medsebojna komunikacija se izboljša. Lutka otroka pritegne, navduši, sporočanje in posredovanje informacij je olajšano« (Majaron, Korošec 2006).

4.1 CILJI DIPLOMSKE NALOGE

Z raziskavo želim dokazati:

- da je lutka uspešno sredstvo pri spoznavanju zdrave prehrane,
- da so lutke učinkovito didaktično sredstvo pri pridobivanju novega znanja,
- da lutka – lik skupine in zgodbe z lutkami otroke spodbudijo k poizkušanju različne in nove hrane.

4.2 RAZISKOVALNA VPRAŠANJA

- Kako uspešna je lahko lutka pri spoznavanju zdrave prehrane?
- Kako učinkovito didaktično sredstvo je lutka za promocijo zdravega načina prehranjevanja?
- Ali lutkovne dejavnosti vplivajo na pridobivanje novega znanja?
- Kako lutke motivirajo otroke za poizkušanje različne hrane?

4.3 RAZISKOVALNA METODA

Raziskovanje je potekalo v vrtcu Martin Krpan Cerknica z enaindvajsetimi otroki, starimi od treh do šestih let. Raziskovanje je trajalo mesec dni. Podatke sem zbrala s sprotnim zapisovanjem odzivov otrok, fotografiranjem in s snemanjem dejavnosti, na podlagi katerih bom opravila analize. Zbrane podatke sem obdelala z deskriptivno analizo.

1. DEJAVNOST

CILJI:

- v otroku se zbudi zanimanje za novega člana v igralnici – vesoljčka,
- otrok se zabava ob komunikaciji z lutko,
- otrok spoznava, da imajo vsi enake možnosti za sodelovanje pri dejavnosti,
- otrok zna upoštevati mnenja in ideje drugih otrok v skupini.

IZVEDBA DEJAVNOSTI:

Pridemo do vrat igralnice in zagledamo odtis neke roke. Ko vstopimo, nas sled pripelje do vesoljčka. Predstavi se nam in pove, od kod prihaja. Začne pripovedovati, kako je prišel ravno do vrtca. Otrokom vesoljček predlaga, da se spoznajo preko igre, ki se imenuje mreža prijateljstva. Najprej pokaže vse stvari, ki jih ima s seboj (klopčič volne, papirnate vesoljske ladje, vrteks), in razloži pravila igre. Vsak otrok, ko bo dobil klopčič volne, pove svoje ime ter najljubšo hrano. To vzgojiteljica napiše na papirnato vesoljsko ladjo in jo pritrudi na vrteks. Ko je otrokovo ime že napisano na listu in pripeto na vrteksu, zakotali klopčič volne drugemu otroku, vse dokler ne dobijo volne vsi otroci. Kot zadnji naj bi svoje ime povedal vesoljček. Ta ime pozabi in začne jokati. Sam predlaga, da mu novo ime izberemo mi. Tako vsak otrok pove ime za vesoljčka, ki ga potem izžrebamo iz čarobne vrečke. Ko ima vesoljček ime in ko pove, da je njegova najljubša hrana čokolada, to ravno tako zapišemo na vesoljsko ladjo in pripnemo na vrteks. Vesoljček pove, da mu je tukaj prijetno, zato bi rad nekaj časa ostal kar pri njih. Prosi jih, če mu uredijo kotichek, kjer bo lahko počival. Sam predlaga, da si gre za dan ali dva po mestu ogledat znamenitosti, mi pa mu med tem časom pripravimo kotichek kot presenečenje. Poslovi se in odide. Nato ima vsak otrok možnost predlagati, kako bi uredili kotichek. Ko smo dogovorjeni, pričnemo z delom.

ANALIZA:

Zaradi odtisa roke na vratih igralnice so otroci z zanimanjem in pričakovanjem vstopili v igralnico. Ko so zagledali vesoljčka, so bili nekateri le tiho in opazovali, kdo je to, nekateri so stekli do njega, nekateri so se začeli smejati. Otroci so se mu tako približali, da jih je moral prositi, naj se malce odmaknejo, ker se je počutil utesnjeno. Ko je vesoljček spregovoril, so ga otroci začeli božati in spraševati, kdo je, še preden se je uspel predstaviti sam. Eden izmed dečkov ga je med drugim tudi vprašal: »Iz česa si pa narejen?« Med razlago, kdo je in od kod prihaja, kaj je vesolje, so otroci pozorno poslušali in kasneje z zanimanjem gledali knjigo o

vesolju. Po vprašanju, ali se bodo predstavili tudi oni, so vsi začeli govoriti svoja imena, zato jih je vesoljček umiril in povedal, da ima s seboj igro mreža prijateljstva. Med razlaganjem pravil igre so ga nekateri otroci poslušali kar z odprtimi usti. Za lažje razumevanje pravil je začela pomočnica vzgojiteljice Jasna. Zanimivo je bilo, da je večina otrok za svojo najljubšo hrano izbrala sadje. Otroci so bili sprva zelo poslušni in so sodelovali, kasneje pa so postali malo nestrpni, predvsem tisti, ki so se že predstavili, saj je igra potekala nekoliko dlje, kot sem predvidela. V trenutku, ko naj bi ime povedal vesoljček, so zopet vsi pozorno sledili. Ko je začel vesoljček jokati, so nekateri otroci postali žalostni, nekateri pa so mu rekli, da ima ime, saj je vesoljček. Spraševali so ga, ali je fantek ali punčka, da so vedeli, katero ime izbrati. Nekateri so imeli malo težav, saj so ob mojem vprašanju, kako bi dali vesoljčku ime, rekli fantek. Vesoljček pa jih je spodbudil, da si želi pravo ime, kot ga ima vsak izmed nas. Nato so prišla na dan zanimiva imena, med njimi Orbit, Heroj, Poldi, Reks ... Izžrebano ime in tako ime vesoljčka je postalo Tadej. Zaradi nestrpnosti in manjše koncentracije otrok sem se odločila, da bomo moje in vesoljčkovo ime v mrežo prijateljstva pripeli naslednjič. Otroci so bili nad Tadejevo idejo, da bi ostal pri nas, navdušeni. Takoj ko je odšel, so pričeli s predlogi, kako bi mu uredili kotichek. Med drugimi so predlagali, da bi mu naredili slovensko zastavo in jo obesili nad kotichek, naredili iz papirja raketo in jo pobarvali, iz stolov naredili raketo, iz kartonaste škatle posteljo, kjer bi imel tudi odejo, hišo iz stolov, narisali bi zvezde ... Otroci so imeli veliko zanimivih idej. Dogovorili smo se, da bomo hišo in raketo iz stolov naredili med igro z vesoljčkom, saj stole potrebujemo za sedenje in ne morejo biti ves čas v koticčku. Ker sta dejavnost spoznavanja z vesoljčkom in pogovor z njim potekala dalj časa kot sem predvidela, sem se odločila, da bomo začetek urejanja koticčka premaknili na naslednji dan.

Slika 1: Otroci se spoznajo z vesoljčkom



Slika 2: Igra mreža prijateljstva



Naslednji dan sem otroke v jutranjem krogu spomnila na prihod vesoljčka in jih spodbudila k aktivnemu pripovedovanju, kaj vse smo tisti dan počeli z njim. Spomnili smo se na presenečenje ter kakšne ideje smo dali za urejanje kotička.

Otroci so se hitro spomnili, kakšne predloge so imeli prejšnji dan. Povedali so, kje naj bi bil ta kotiček, zato sem jih kar povabila k urejanju in izdelavi. Tako so otroci med igro po želji iz tršega papirja izdelovali rakete. Eden izmed dečkov je imel raketo dan pred vesoljčkovim prihodom s seboj v vrtcu, zato sem ga tokrat spodbudila, da nam je pokazal, kako jo je naredil. S tem pa je pridobil še druge otroke k sodelovanju. Nekateri otroci so risali risbe, drugi so slikali planete iz vesolja, da vesoljčku ne bo tako tuje in se bo počutil vsaj malo domače. Kasneje smo nad kotiček na steno obesili še mrežo prijateljstva. Otroci so sami prišli pokazat, kje naj obesim mrežo in kako naj jo obesim. Bili so navdušeni nad kotičkom in komaj čakali, da ga vidi vesoljček. Spraševali so me, če se vrne že danes.

V kotičku nismo imeli še postelje, zato smo se v naslednjem dnevu pred zajtrkom in po njem odpravili po vrtcu v igralnice iskat primeren voziček ali posteljo za vesoljčka. Imeli smo jih nekaj na izbiro, vendar smo se odločili kar za lesen voziček, ki je bil malo večji, saj je vesoljček Tadej precej velik. Pri skupini Zvezdice smo si sposodili dva vozička in tudi blazine ter odeje, s katerimi so otroci Tadeju naredili posteljo. Komaj so čakali, da bodo lahko ponovno ustvarjali za vesoljčka. Tisti, ki so naredili raketo, so jo z vodenimi barvicami pobarvali, drugi pa so ravno tako z vodenimi barvicami slikali slike. Predvsem so naslikali planete, meteorje, satelite ... Želeli so jih pobarvati v takšne barve, kot so v resnici, zato so sami v knjižnem kotičku poiskali knjigo o vesolju, si planete ogledali in jih nato pobarvali. Tako smo ugotovili, da je Mars rdeč, Neptun moder ...

Slika 3: Našli smo voziček za vesoljčka



Slika 4: Slikanje planetov in raket



Otroci so se zelo potrudili in bili skoraj ves čas pri izdelavi kotička aktivni. Naslikali so tudi rakete, deklice pa so z barvicami in flomastri narisale rože ter zvezde. Eden izmed dečkov je narisal vesoljčka. Otroci so me čez dan že spraševali, kje je vesoljček toliko časa in kdaj bo prišel nazaj.

Tisti dan, ko naj bi se Tadej vrnil, sem otroke že pred zajtrkom spodbudila k ureditvi kotička z izdelki, ki so jih naredili prejšnje dni. Otroci so pridno pomagali pri lepljenju. V kotiček so postavili tudi voziček, ki je bil pripravljen za vesoljčka. Večkrat so vprašali, če danes pa pride Tadej. Po zajtrku, ko so bili otroci v jutranjem krogu, je nekdo potrkal. Še preden je vesoljček uspel priti v igralnico, so otroci zakričali, da je prišel vesoljček. Zelo so ga bili veseli, saj so mu brez spodbude hiteli pripovedovati, kaj vse so mu naredili. Skorajda brez pozdrava so ga povabili na ogled njegovega kotička. Vsak otrok je razložil, kaj mu je narisal ali naslikal. Ker so govorili kar drug čez drugega in ni mogel prisluhni vsem hkrati, je vesoljček otroke umiril in povedal, da bo vsako sliko pogledal ter vprašal, kdo jo je narisal in kaj je narisal, saj želi izvedeti in videti prav vse, kar so mu pripravili. Če pa bi govorili vsi naenkrat, bi veliko zanimivih stvari preslišal. Ko smo si vse pogledali in razložili, je Tadej pogledal mrežo prijateljstva in opazil, da smo pozabili prilepiti njegovo in moje ime. Ko je rekel, da ima najraje slastno čokolado, je eden izmed otrok takoj rekel, da je to sladkarija ter ga malo čudno pogledal. Ko sem povedala svojo najljubšo hrano – solato, se je Tadej zmrdoval in posmihal.

S seboj je prinesel nekaj slik. Predstavil nam je astronauta, njegovo obleko, raketo, njeno izstrelitev in satelit. Otroci so bili čisto tiho. Imela sem občutek, kot da so obstali in z velikim zanimanjem in navdušenjem poslušali Tadejevo razlago. Ker je sam težko držal slike in razlagal, je za pomoč prosil enega izmed otrok. Potem je otrokom povedal, da je bil v knjižnici ter si sposodil nekaj knjig, v katerih si bodo pogledali, od kod prihaja in kakšno je vesolje. Po aktivnem pogovoru s Tadejem so se nekateri otroci odšli igrati, nekateri pa so skupaj z vesoljčkom gledali knjige o vesolju. Razložil jim je stvari, ki so jih zanimale. Kasneje so ga povabili k igri ter mu pokazali svoje igrače. Ko se je vesoljček igral, pa je skupaj z otroci knjige gledala vzgojiteljica Romana. Med igro pa se je zgodila nesreča. Tadej se je poškodoval, saj mu je odpadlo oko. Bilo mu je zelo hudo. Otroci so sočustvovali z njim, ga božali ter spraševali, ali je kaj boljše, ali ga zelo boli. Skupaj smo mu s povojem povili oko in upali, da mu bo kmalu boljše.

Med izvajanjem projekta so se zgodile tudi nepričakovane stvari: ob tem, ko so želeli predstaviti Tadeju svoj kraj, so spoznali slovensko zastavo, himno ... Ker je eden izmed otrok na prvi dan Tadejevega prihoda predlagal, da bi naredili slovensko zastavo in jo postavili v kotiček, je vzgojiteljica prinesla pravo zastavo, ki jo je skupaj z otroki predstavila Tadeju. Poleg zastave pa je vzgojiteljica seznanila otroke in Tadeja s slovensko himno, povedala, kje jo slišimo in kako se takrat obnašamo, da bodo otroci vedeli, saj jo bodo slišali ob slovesni prireditvi praznovanja 50-letnice vrtca. Otroci so ob razlagi vzgojiteljice, kakšna je slovenska zastava, nekaj časa gledali njo, nekaj časa Tadeja. Pozorno so poslušali in hkrati tudi preverjali ali Tadej posluša. Ko je vzgojiteljica vprašala, kje lahko vidimo obešene zastave, so nekateri otroci to kar sami razložili Tadeju. Ravno tako so ob poslušanju slovenske himne otroci opozorili Tadeja, da mora vstati. Menim, da so otroci o slovenski himni in zastavi pridobili več znanja, ker je bil poleg njih tudi Tadej.

Otroci so se ob komunikaciji z lutko zabavali in neizmerno uživali. Sami so se lahko odločili in imeli pri tem vsi enake možnosti, da bodo sodelovali z vesoljčkom in mu uredili kotiček. Upoštevali so mnenja drugih otrok, hkrati pa se uspešno dogovarjali in med seboj sodelovali.

Slika 5: Poslušanje slovenske himne



2. DEJAVNOST

CILJI:

- doseči sodelovanje vseh otrok in željo po pomoči drugemu,
- otrok spoznava in uživa ob različnih medijih,
- otrok raziskuje in sam pridobiva nove informacije.

IZVEDBA DEJAVNOSTI:

Tokrat Tadeja ni v igralnici. Zjutraj, še pred prihodom otrok, odide k zdravniku zaradi poškodovanega očesa. Ko se vrne, začne tarnati in jokati, kako zelo ga boli trebuh. Ker sam ne pozna vzroka teh bolečin, povpraša o tem otroke in jih spodbudi, da bi sami ugotovili, kaj je narobe. Ko ugotovijo, zakaj ga boli trebuh, vesoljček otroke prosi, naj mu svetujejo, kaj je naredil narobe in kaj naj zdaj naredi (kaj bi moral jesti in zakaj ne samo sladkarije ...). Predvidevala sem, da bodo otroci kar nekaj stvari že vedeli in to povedali vesoljčku. Ampak vesoljček si želi to zdravo prehrano tudi videti. Povpraša jih, kje bi jo lahko videl oz. kje bi o prehrani lahko kaj našli in si pogledali. Če bo kdo predlagal, da gremo pogledat knjižnico v vrtcu, bomo tja odšli vsi. V primeru, da se kdo spomni na računalnik in internet, bomo poiskali kakšen posnetek na internetu. Nato si pogledamo posnetek oddaje Iz popotne torbe: Jejmo zdravo. Po ogledu Tadeja začne še bolj boleti trebuh, tako da odide kar v svoj kotiček. Še prej pa otroke spodbudi in naroči, naj doma pogledajo in vprašajo starše, ali imajo kakšno knjigo oz. slikanico o prehrani ter naj jo prinesejo s sabo v vrtec, da si jo bodo pogledali.

ANALIZA:

Ko so otroci prišli v igralnico, so vsi najprej vprašali, kje je Tadej, ali se bo vrnil, zakaj je odšel ... Ob mojem odgovoru, da ne vem, so bili zelo žalostni. Nekateri so se celo jezili, zakaj ni nič povedal, da bo kam odšel. Izjave in odzivi otrok so me presenetili in hkrati razveselili, saj sem opazila, da so Tadeja vzljubili in uživajo v dejavnostih z njim.

Otroci so bili Tadejeve vrnitve zelo veseli in ga skoraj brez pozdrava zasuli s vprašanji, kje je bil, zakaj ni nič povedal ... Ko jim je vse razložil, ga je ena deklica vprašala, če bo zdaj ostal pri njih. Vesoljček jim je povedal, da bo zdaj, ker so mu pripravili tako lepo presenečenje, za nekaj časa ostal. Ob Tadejevem tarnanju in joku so otroci postali žalostni in ga začeli spraševati, kaj je narobe. Ko je vprašal otroke, zakaj mislijo, da ga boli trebuh, so našteali kar

nekaj razlogov oz. načinov, ki bi mu lahko pomagali. Svetovali so mu, naj gre »kakati«, naj gre na stranišče in močno pritisne, naj odide k zdravniku, naj poskusi pojesti prežganko ... Ko jim je vesoljček povedal, da je ponoči pojedel celo vrečo bombonov, so otroci le ugotovili, da je pojedel preveč sladkarij in ga najverjetneje ravno zato boli trebuh. Otroci so vedeli vzrok za bolečine in mu svetovali, da mora pojesti veliko jabolka, jagod, naštevati so torej sadje in zelenjavo. Vesoljček pa ni vedel niti, kaj je to jabolko in kakšno je, zato jih je vprašal, kje bi to lahko videl. Otroci so pojasnili, da lahko sadje vidimo na vrtu ali v sadovnjaku, zelenjavo pa na njivi. Tako zelo so mu hoteli pomagati, da mu je eden izmed dečkov začel pripovedovati, kako zraste neka stvar na njivi. »Najprej v zemljo skoplješ luknjo, nato poseješ seme in zakriješ.« Dodal je tudi, da to seme potrebuje vodo in sonce, če želimo, da bo kaj zrastle. Ko pa zraste, to utrgamo, umijemo in skuhamo. Iz tega je vesoljček potem sklepal in dobil potrditev, da nekatere stvari lahko pojemo surove, nekatere pa moramo skuhati. Ko jih je vesoljček povprašal, kje bi lahko sadje ali zelenjavo videl v igralnici, so otroci odhiteli v kuharski kotiček in pokazali paradižnik za igranje. Bila sem presenečena, saj tega nisem pričakovala. V mislih sem imela le knjige. Ob vprašanju, kje bi lahko tudi kaj prebrali, so odšli v knjižni kotiček, kjer so se zelo potrudili in listali knjige, kjer bi našli kaj o zdravi prehrani, da bi pokazali vesoljčku. Otroci so prinesli vsako knjigo, ki je vsebovala kakšno jabolko ali podobno. Nekatere smo si pogledali, tako da je vesoljček vsaj približno vedel, kaj mora jesti. Nekoliko podrobneje smo si pogledali knjigo z naslovom *Jejmo zdravo za počutje pravo*, ki jo je našla ena izmed deklic. V njej je prehrana narisana v »semaforju« (hrane, ki je naslikana na zeleni barvi, moramo pojesti zelo veliko, tiste, ki je na oranžni, nekoliko manj, tiste pa, ki je na rdeči barvi, ni dobro jesti, če pa že, v majhnih količinah).

Vesoljček je bil zelo radoveden in je želel izvedeti še več. Hitro so ugotovili, da bi lahko odšli v občinsko knjižnico Jožeta Udoviča v Cerknico, kjer imajo več knjig kot v knjižnici v igralnici. Z idejo o ogledu vrtčevske knjižnice pa jim je nekoliko pomagala vzgojiteljica. Vesoljčku so obljubili, da ga bodo odpeljali tudi v vrtčevsko knjižnico, kjer bodo poiskali še kakšno knjigo. Nekoliko težje so ugotovili, da lahko kakšne informacije dobimo tudi po televiziji in na računalniku preko interneta. Ko jim je vesoljček povedal nalogo, so mu obljubili, da bodo povprašali tudi babice in dedke, če imajo kakšno knjigo o zdravi prehrani in jo prinesli v vrtec.

Otroci so ta dan že nastopali na prireditvi ob 50-letnici vrtca, zato so bili nekoliko nestrpni in manj motivirani. Odločila sem se, da kaj več o informacijah na računalniku in o obisku

VRTČEVSKA KNJIŽNICA POVEMO V NASLEDNJIH DNEH. Ko je šel vesoljček počivat, smo odšli na igrišče. Že na igrišču me je deček prišel vprašat, če bom šla lahko z njim, ko bo šel vesoljčka vprašat, ali je kaj boljše. Ko smo prišli v igralnico, me je deček poklical in Tadeja sva vprašala, kako se počuti. Po počitku je sama deklica v vlogi Tadeja prišla povedat, da se počuti zelo dobro, ker je pojedel veliko sadja in zelenjave in nič sladkarij. Otroci so sočustvovali z vesoljčkom. Spraševali so ga, kaj je narobe, in mu poskušali čim bolj pomagati. Lahko rečem, da je lutka otroke popolnoma prevzela.

NASLEDNJI DAN JE VESOLJČEK SPODBUDIL OTROKE, DA SO MU ŠE ENKRAT PAVEDALI, KJE LAHKO VIDI IN SLIŠI KAKŠNE INFORMACIJE. Hitro so ugotovili, da na računalniku in televiziji. Takrat sem jim sama povedala, da sem za njih pripravila mini kino. Razložila sem jim, kako in kje sem našla posnetek ter kako sem pripravila kino. Otroci so z zanimanjem poslušali. Nekoliko žal mi je bilo, da nisem mogla skupaj z otroki in Tadejem poiskati posnetka, ampak sem ga morala doma posneti na DVD. Pred odhodom v kino smo ugotovili, kako se tam obnašamo, ter se pogovorili o tem, ali sta hrana in pijača, ki ju tam dobimo, zdravi. Vesoljčku Tadeju so povedali, da kokice in kokakola ne spadajo k zdravi prehrani, ker vsebujejo veliko maščob in sladkorja.

Slika 6: Ogled posnetka Jejmo zdravo



PREDEN SO ODŠLI V KINO, SE JE TADEJ SPOMNIL NOVE NALOGE. PROSIL JIH JE, NAJ DOMA IZREŽEJO RAZNE SLIČICE O PREHRANI, TAKO ZDRAVI KOT NEZDRAVI. NASLEDNJI DAN BODO IZ TEH SLIČIC NAREDILI PLAKAT. RAZLOŽIL JIM JE, DA JE ZELO POZABLJIV. ČE BODO OTROCI NAREDILI PLAKAT, BO LAHKO VEDNO PREVERIL, ALI JE NEKA STVAR ZDRAVA ALI NE.

Nato smo odšli v mini kino, kjer smo si pogledali posnetek iz oddaje Iz popotne torbe, z naslovom Jejmo zdravo. Otroci so z zanimanjem in v tišini gledali posnetek, na trenutke pa so se kakšni komični stvari tudi nasmejali.

Po ogledu posnetka so Tadeja odpeljali še v vrtčevsko knjižnico. Našli so kar nekaj knjig o zdravi prehrani. Med drugim tudi pravljico z naslovom Zakaj je Palčka Skakalčka začel boleti trebušček. Knjige, ki smo jih našli, smo odnesli v igralnico. Še preden smo odšli na igrišče sem jim povedala, da bom popoldan odšla v knjižnico v Cerknico in prinesla še kakšno knjigo o prehrani.

Med igro na igrišču je kar naenkrat deček pritekel do mene ter mi povedal, kaj se igra. Odšel je v namišljeno trgovino ter za vesoljčka kupil ravno tako namišljena sadje in zelenjavo (v rokah je imel storže). Ko smo odšli v igralnico, je to odnesel vesoljčku, ki se je zelo razveselil.

Pred počitkom sem jim prebrala knjigo o Palčku Skakalčku, ki so jo našli v knjižnici. Otroci so po končani pravljici povedali, da je ravno tako kot Palčka Skakalčka tudi našega vesoljčka Tadeja začel boleti trebuh zaradi nepravilne prehrane. V naslednjih dneh so si knjigo večkrat pogledali, prav tako so si jo večkrat zaželeli slišati.

Cilji so bili doseženi v veliko večji meri zaradi prisotnosti lutke. Otroci so preko dejavnosti spoznali različne medije in preko njih prišli do novih informacij. Spoznali so, kako poiskati informacije, ki jih želimo. Samostojno so listali knjige in iskali informacije, ki so nas zanimale. Med seboj so si pomagali in sodelovali.

3. DEJAVNOST

CILJI:

- otrok spoznava grafične prikaze in jih odčitava,
- otrok razvršča sličice z zdravo in nezdravo prehrano,
- otrok se seznani z zdravo in nezdravo hrano.

IZVEDBA DEJAVNOSTI:

Vesoljček povabi otroke v krog ter jih vpraša, če so prinesli s seboj kakšne sličice s prehrano. Skupaj jih pogledamo. Tadeju povedo, kaj so prinesli, ker vsega še ne pozna. Tadej predstavi iz papirja izrezano drevo (drevesni diagram). Pokaže dve sličici, kjer je na eni narisano vesel, na drugi pa prečrtan vesel obraz. Otrokom razloži, da sam ne ve, katera hrana je zdrava in katera ne. Prosi jih naj sličice, ki so jih prinesli, prilepijo glede na ta dva obraza – tam, kjer je prilepljen vesel obraz, prilepijo sličice z zdravo hrano, tam kjer je vesel obraz prečrtan, prilepijo sličice z nezdravo hrano. Ko je plakat narejen, vesoljček le še ponovi, kaj je zdravo in kaj ne, da si bo bolje in hitreje zapomnil.

ANALIZA:

Eden izmed dečkov je naredil še prvo nalogo, ki jo je dal Tadej, in prinesel knjigo o zdravi prehrani. Pogledali smo jo še pred zajtrkom. Po zajtrku jo je deček predstavil in pokazal še Tadeju in otrokom, ki jih prej ni bilo. Otroci so pozorno gledali in poslušali.

Nalogo s sličicami pa so opravili zelo dobro, saj so jih prinesli skoraj vsi. Eden izmed dečkov je celo že doma razvrstil sličice na zdravo in nezdravo prehrano. V kuverti, na kateri je bil narisano vesel obraz, so bile sličice z zdravo prehrano, v kuverti, na kateri je bil narisano žalosten obraz, so bile sličice o nezdravi prehrani. Po zajtrku smo z vesoljčkom naredili plakat – drevesni diagram. Najprej sem jim pokazala vesel obraz in prečrtan vesel obraz. Še preden sem vprašala, kdo sta in kaj predstavljata, so otroci rekli: »Zdrava in nezdrava hrana.« Takoj so ugotovili, kaj bo kakšen obraz predstavljal. Otroci so z veseljem pomagali vesoljčku in sodelovali. Tudi najmlajšemu dečku, ki je imel nekoliko težav, na katero stran bi prilepil sličico, so pomagali in povedali, kam ter zakaj jo mora tja prilepiti. Skoraj vsi so sličice pravilno razvrstili. Predvsem so bili aktivni otroci, ki so sami prinesli sličice. Ena izmed deklic si je izbrala sličico, na kateri je bila lubenica. Ko je ugotovila, da je ravno takšna sličica že prilepljena, je svojo zamenjala za sličico, na kateri je bila čokolada. Rekla je, da ne bo prilepila lubenice, ker je že prilepljena in bo zato raje nekaj drugega, da bo vesoljček imel več različnih stvari. Vesoljček je vsakega otroka posebej poklical, da mu je prišel prilepiti sličico. Najprej je poklical mlajše otroke, nato pa še starejše. Če je potem želel še kdo, je lahko prilepil še kakšno.

Otroci so se seznanili z drevesnim diagramom in razvrščanjem. S tem so utrjevali ali pridobili novo znanje o zdravem prehranjevanju. Pri tem je bila velika motivacija lutka.

Otroci, ki po navadi hitro obupajo in niso vztrajni, so se danes izkazali. Eden izmed dečkov je prilepil prav vse sličice, ki jih je prinesel, in vsako posebej pokazal Tadeju. Ko jih je zmanjkalo, se je začel jeziti, kdo mu jih je vzel.

Slika 7: Otroci razvrstijo sličice v drevesni diagram



Ravno danes so zaradi praznovanja 50 let vrtca otroci za malico dobili torto. Veseljček jih je takoj vprašal, ali je torta zdrava, kajti torte ima zelo rad. Povedali so mu, da ne, vendar če jo poješ samo včasih in ne vsak dan, ni nič narobe.

Po počitku, ko so se otroci igrali z lego kockami, je ena izmed deklic vzela knjigo o zdravi prehrani (ki jo je prinesel deček), jo gledala ter ob vsaki sliki vprašala dečka, ki sta se nasproti nje igrala z lego kockami, ali je na primer paradižnik zdrav ali ne, je kruh zdrav ali ne ... Odgovor sta morala povedati dečka sama. Tako je pregledala celotno knjigo.

4. DEJAVNOST

CILJI:

- otrok ob poslušanju in pripovedovanju lutkovnih predstav razvija zmožnost domišljajske rabe jezika,
- otrok se vživlja v različne vloge,
- otrok poizkusi različno zelenjavo in sadje.

IZVEDBA DEJAVNOSTI:

Pred otroke prinesem polno košaro sadja in zelenjave. Tadeja zelo zanima, kaj imam v košari. Skupaj z otroki mu predstavimo sadje in zelenjavo. Nato se iz dna košare pojavita nogavični lutki – Lumpi in Capi. Zmrdujeta in jezita se, ker sta pristala v košari s sadjem in zelenjavo in ne v košari z bomboni. Če bi bila v košari z bomboni, bi otroci to pojedli in v njihovih zobeh bi lahko zvrtila veliko lukenj. S tem, ko se odpravita iskat otroke, ki so jedli sladkarije, napovesta predstavo s senčnimi lutkami. Z vzgojiteljico zaigra predstavo po slikanici Novice iz aleje mlečnih zobkov (Russelmann A.). Tadej v tem času sedi v naročju enega izmed otrok in gleda predstavo. Po končani predstavi, ker je Tadej zelo pozablјiv, otroke prosi, naj mu še enkrat povedo, kdo sta bila Capi in Lumpi in kaj sta počela. Nato razložim, da bodo zdaj sami naredili senčne lutke in se z njimi igrali. Za konec si naredimo pravo gledališče z nastopajočimi – igralci in gledalci.

ANALIZA:

Igralnico sem pripravljala že v času sprejemanja otrok. Otroke je zelo zanimalo, kaj bomo počeli, vendar jim nisem želela povedati. Vprašala sem jih, kaj mislijo oni in jih s tem prepustila domišljiji.

Tadej in otroci so z zanimanjem gledali, kaj sem prinesla. Vsako stvar sem dala posebej ven iz košare in vprašala, kaj imam, kakšne barve in oblike je. S tem smo utrjevali oblike in barve. Tadej pa je sedel poleg otrok in ravno tako poslušal, saj večino stvari ni poznal. Povedali smo, da se sadja in zelenjave ne odloži kar na tla, če je že umito, zato mi je vzgojiteljica na dva stola pognila prt, na katerega sem zložila vse stvari. Če pa ga že položimo na tla, ga moramo ponovno umiti. Ko so otroci opazili, da je v košari še nekaj, vendar ne prehrana, so prišli malo bližje. Ko sva z vzgojiteljico začeli igrati z nogavičnimi lutkami, sem dobila občutek, da so otroci kar obstali in z velikim zanimanjem gledali ter poslušali. Tudi ko sva odšli za rjuho, da bova nadaljevali s senčnimi lutkami, so otroci v tišini čakali, kaj se bo zgodilo. Po predstavi so otroci zelo aktivno povedali obnovo zgodbe. Vedeli so vsebino, kdo sta bila in kaj sta počela črvička. Povabila sem jih k izdelavi lutk. Otroci so že med mojo razlago o izdelavi lutk govorili, katero lutko bodo naredili. Na mize sem dala tudi lutke, s katerimi sva igrali z vzgojiteljico, da so si jih otroci pobližje ogledali. Pri izdelavi so se med seboj pogovarjali, koga bodo naredili in kaj je v predstavi delal oz. počel. Tisti, ki je lutko naredil, se je prišel igrati. Najprej so preizkusili, kako to sploh deluje. Že takoj po predstavi so nekateri polagali roke na rjuho in opazovali sence. Navdušeni so bili, ko so dali lutko na grafoskop in jo videli

tudi na rjuhi. Nekateri pa so jih postavljali kar na rjuho. Menjavali so tudi sceno. Nekateri otroci so se tako vživeli, da so ponovili nekatere dialoge, ki sva jih imeli z vzgojiteljico. Kljub temu, da so vsi naredili svoje lutke, so se nekateri raje igrali z najinimi lutkami, še posebno z nogavičnimi. Otroci so bili nad igranjem navdušeni, zelo so uživali ter se zabavali. Med seboj so se pogovarjali, se smejali. V igralnici sta bila dva grafoskopa, tako da so se otroci razdelili, saj bi bilo nemogoče, da bi vsi igrali za enim. Zelo zanimivo je bilo, da so otroci igrali dogodek, ki jim je bil najbolj všeč, in ga ves čas ponavljali. Najpogosteje so zaigrali, ko je prišla zobna ščetka in vse očistila. Nekaterim pa jim je bilo všeč vrtanje lukenj. Nato sem otroke povabila, da naredimo pravo gledališče. Najprej smo ugotovili, da potrebujejo v gledališču poleg igralcev tudi gledalce. Razdelili smo se na gledalce in igralce ter poskušali odigrati igro. Ena izmed deklic je prišla celo napovedat predstavo. Najprej sem otroke pustila, da so poskušali igrati sami, kasneje pa sem jih malo usmerjala, saj so tudi tokrat ponavljali vsak svoj dogodek. Problem pa je nastal, ker so jim bili všeč različni dogodki (ko Capi koplje luknjo, ko pride zobna ščetka...), zato so potrebovali malo pomoči.

Otroci so se ustvarjalno izražali v jeziku in bili po teh dejavnostih pripravljeni poskusiti zelenjavo, ki je do zdaj nikoli še niso.

Slika 8: Igranje s senčnimi lutkami



Slika 9: Nogavični lutki – Capi in Lumpi



Ko smo z dejavnostjo zaključili, smo odšli na igrišče, se usedli na klop in poizkušali sadje in zelenjavo, ki smo ju spoznali pred predstavo. Pogovorili smo se, da je vse to zelo zdravo tudi za zobe, ker potem črvički ne pridejo radi v naša usta. Otroci so bili zelo pripravljeni poizkusiti. Eden izmed dečkov je poizkusil prav vse. Tudi avokado, ki je bil otrokom najmanj znan. Nekateri so ga poizkusili, vendar nato niso želeli več, drugi so ga želeli ponovno. Presenetilo pa me je poizkušanje limone, saj so jo nekateri ravno tako želeli večkrat

poizkusiti. Tokrat smo poizkusili limono, melono, avokado, rdečo papriko, korenje, kumaro in bučko. Za naslednji dan smo si pustili tudi nekatere že naštete stvari in cvetačo. Naša pojedina je privabila tudi otroke iz drugih skupin, tako da so sadje in zelenjavo okušali tudi drugi otroci. Ker sem pripravila zelenjavo v posebni košari, je otroke še toliko bolj motiviralo in pritegnilo. Glavno vlogo pri tem pa je imela ponovno lutka. Vesoljček je sedel poleg otrok in opazoval, ali bodo otroci poskusili zelenjavo. Z navdušenjem in nekim pričakovanjem so otroci poskusili, če so videli pri poskušanju tudi vesoljčka.

Slika 10: Poizkušanje sadja in zelenjave



Grafoskope sem pustila v igralnici cel teden. Otroci so se tudi naslednje dni še vedno aktivno igrali z lutkami in se vživljali v različne vloge.

Med tednom, ko je bil za zajtrk evrokrem, sem tako kot vedno vsakega otroka vprašala, če mu namažem kruh. Ko sem prišla do ene od deklic, mi je odgovorila: »Evrokrem ni zdrav, ker je sladek.« Tega res nisem pričakovala, zato sem nekaj časa ostala brez besed. Nato pa ji odgovorila, da to drži, vendar ni nič narobe, če ga jemo samo včasih in si potem dobro umijemo zobe. Deklica je nato rekla, naj ji namažem, ker si bo potem dobro umila zobe. Otroci si gredo vsak dan po zajtrku umiti zobe. Po predstavi o Capiju in Lumpiju pa so po umivanju zob nekateri prišli povedat, da so vse Capije in Lumpije umili ven iz ust. S tem so imeli večjo in boljšo motivacijo tudi za umivanje zob.

S tem sem dobila potrditev, da lutke otroke resnično popolnoma prevzamejo. Velikokrat jim je vzgojiteljica povedala, kako si morajo umiti zobe, vendar so to naredili v najhitrejšem možnem času. Po tej predstavi pa so si dobro umivali in en drugega spodbujali, da morajo odstraniti vse črvičke.

Otroci so uživali ob gledanju predstave ter se kasneje vživljali v različne vloge, največ v vlogo Capija ali Lumpija. Na koncu pa so poizkusili tudi zelenjavo.

5. DEJAVNOST

CILJI:

- otrok ob poslušanju in pripovedovanju lutkovnih predstav razvije zmožnost domišljajske rabe jezika,
- otrok se vživlja v različne vloge,
- otrok spoznava in pridobiva navade zdravega in raznolikega prehranjevanja,
- otrok razvija samostojnost in spretnost pri pripravi solate, ribanju jabolk in rezanju banan.

IZVEDBA DEJAVNOSTI:

Otrokom v jutranjem krogu predlagam, da Tadeju pripravimo še eno presenečenje. Doma naj bi skupaj s starši na list papirja narisali, napisali ali nalepili nekaj o zdravi in nezdravi hrani. Te liste bi zvezali skupaj in naredili Tadeju knjigo.

Vesoljček pride k otrokom v krog in jih vpraša, če vedo, ali so pomfrit in ocvrti zrezki zdravi ali ne. Ravno včeraj jih je jedel in se ne počuti najbolje, len postaja in nima energije za igranje. Nenadoma se pojavi lutka – solata. Tadej se je ustraši in skoči v naročje enemu izmed otrok. Nato z vzgojiteljico začneva s prirejeno predstavo Sadni prepir. Po predstavi otroke spodbudim, da naredijo lutke tudi sami ter se z njimi igrajo. Pripravila jim bom pravo sadje in pravo solato, otroci pa bodo tem narisali le oči, usta ter nos in lase, če bodo to želeli. Imeli bodo takšne lutke kot medve z vzgojiteljico. Kasneje poskušamo narediti pravo gledališče in zaigrati predstavo. Ker sadje in zelenjava komaj čakata, da prideta v otrokova telesa, ju operemo, po potrebi olupimo, narežemo in pojemo. Naredimo zeleno solato, iz narezanih banan in naribanih jabolk naredimo sadno solato in iz pomaranč stisnemo »oranžni sok«.

ANALIZA:

Otroci so bili nad presenečenjem za vesoljčka navdušeni in so rekli, da ga bodo pripravili. Ugotovili smo tudi, da bo lahko knjigo Tadej vzel s seboj in tako vedno pogledal, kaj je zdravo in kaj ne.

Ko sem jim povedala, da bodo zdaj odšli v gledališče, so bili vsi navdušeni. Spomnili smo se, kako se tam obnašamo. Namenoma nisem želela omenjati Tadeja, da sem preverila, ali se bodo spomnili nanj. Takoj ko smo vstali, da gremo v gledališče, so se spomnili na Tadeja in ga odšli iskat. Ob vprašanju o ocvrtih zrezkih jih je Tadej spodbudil, da so se začeli med seboj pogovarjati in poslušati. Deklica je rekla: »Jaz sem jedla ocvrte zrezke in pomfrit.« Deček poleg nje ji je odgovoril: »Joj, pa tega ne smeš, kaj ne veš, da to ni zdravo, ker je zelo mastno in se lahko zrediš.« Deklica dečku odvrne: »Ja, ampak sem vseeno jedla.« Nato pa drugi deček reče: »Če to ješ samo včasih ni prav nič narobe.« Deček, ki je bil proti pomfritu in ocvrtemu zrezku, pa mu odvrne nazaj: »Jaz bom raje jedel sadje in zelenjavo, ker moram hujšati.« Skupaj smo nato ugotovili, da to ni zdravo, vendar če ješ samo včasih, ni nič narobe. Med predstavo so bili otroci čisto tiho, pozorno so poslušali in gledali. Po predstavi so aktivno sodelovali v pogovoru s Tadejem, saj je želel še enkrat slišati, kaj se je zgodilo. Odšli smo nazaj v igralnico, kjer so si otroci izbrali sadje oz. zelenjavo in naredili lutke. Mislila sem, da se bodo prepirali in da bodo vsi želeli imeti lutke iz enakega sadja, saj sem namreč imela pripravljenih nekaj jabolk, nekaj pomaranč, nekaj banan ... Vendar je bilo moje mišljenje napačno. Otroci so se brez težav in prerivanja usedli za mize, si brez prepira izbrali sadje ali solato ter naredili lutko. Lutka je bila narejena zelo hitro, zato so se z njo začeli igrati. Najprej so se igrali kar za mizami, kot so sedeli. Menim, da so otroci posegli po vseh vrst sadja in tudi po solati, ker na koncu predstave ni nihče prevladoval oz. so bili vsi enakovredni, saj so ugotovili, da bodo otroci pojedli prav vse in da so vsi pomembni in najboljši. Predstava jim je bila najbolj všeč zaradi prepiranja, to se je videlo tudi, ko so se igrali otroci, saj so se veliko prepirali, nekateri so tudi povedali, zakaj so boljši. Mislila sem, da bo tako tudi, ko bo pravo gledališče. Vendar ni bilo tako. Sprva sem jim rekla, da se lutke skrijejo, dokler se gledalci ne umirijo. Ko so se umirili, sem rekla, da se predstava začne. Otroci so vso predstavo odigrali sami. Tudi vsebinsko je bila ravno taka kot pri nama z vzgojiteljico. Igralci so počakali, da so prišli ob pravem času na vrsto. Bila sem zelo presenečena, saj tega nisem pričakovala. Ko se je igralska skupina zamenjala, je bilo potrebno malo več spodbude, saj so bili otroci bolj tihi in so potrebovali malo več usmerjanja. Zelo zanimiv je bil deček pri prvi skupini, ki je vse druge igralce, ki so bili z njimi, spodbujal in

jim govoril, da so zdaj na vrsti in da naj to in to povedo. Pri drugi skupini so bili igralci zelo tihi, zato se tudi prepirali niso veliko. Deček, ki je imel banano, je toliko časa govoril, naj se začnejo prepirati, dokler se res niso začeli in šele potem je prišel z lutko – banano, ki jih je vprašala, zakaj se prepirajo.

Menim, da so otroci resnično zgodbo podoživeli in se vanjo zelo vživeli. Pokazali so veliko samostojnosti, ustvarjalnosti, domišljije in sodelovanja pri igranju.

Slika 11: Lutke v predstavi Sadni prepir



Slika 12: Igranje predstave Sadni prepir



Po koncu predstav smo sadje oprali, olupili in narezali. Dogovorili smo se, da danes ne bomo delali sadne solate in pomarančnega soka, saj je igra potekala dalj časa, zato sem tokrat sadje le narezala kot po navadi za malico. Eden izmed dečkov pa je vprašal, kaj bomo naredili s solato. Odločila sem se, da jo bomo danes poizkusili samo oprano (ne okisano), naslednji dan pa tudi okisano. Pomočnica vzgojiteljice mi je pomagala in jo odšla oprat. Vsakemu smo ponudili en list solate. Otroci so bili nad njo navdušeni, kar nekaj je bilo takih, ki so jo želeli še.

Slika 13: Poizkušanje solate



Tokrat je poizkusil melono tudi deček, ki je do zdaj še ni. Le spodbudila sem ga in spomnila, kako močno si želi melona v njegov trebušček. In nato še dodala, da če mu ne bo všeč, lahko pljune ven. Deček je res poizkusil, vendar je rekel, da mu ni všeč in jo izpljunil.

Eden izmed dečkov pa ni dovolil, da bi njegovo lutko – banano pojedli, saj jo je želel odnesti domov.

Naslednji dan smo naredili pravo solato, narezali banane, naribali jabolka ter pojedli še preostalo melono. Usedli smo se v krog ter se najprej pogovorili, kaj smo počeli prejšnji dan. Otroci so aktivno pripovedovali in vedeli prav vse. Znali so ponoviti, kaj so se lutke iz sadja in zelenjave na koncu dogovorile – da so vse zelo pomembne in da so vsi najboljši, ker vsebujejo vitamine. Vse dejavnosti, ki so sledile, sem otrokom razložila v krogu, predstavila sem jim tudi ribežen, s katerim smo ribali jabolka. Najprej so otroci natrgali solato ter jo oprali. Še preden smo začeli z delom mi je en deček rekel, da solate ne bo jedel. Vsi so ves čas sodelovali. Ko so jo oprali, smo ugotovili, kaj vse potrebujemo, da lahko naredimo pravo solato (olje, kis in sol). Vsak otrok, ki je želel, je povohal jabolčni kis in oljčno olje. Nekateri so ob vonju rekli, da diši, drugi, da smrdi. Pri nekaterih sem dobila občutek, da niso pričakovali takega vonja, saj so bili presenečeni.

Slika 14: Vohanje kisa



Na koncu smo solato še posolili. Zmešali so jo ravno tako otroci sami. Nato sem vsakemu dala na krožnik solato, ki jo je pripravil. Delali so štirje otroci skupaj, zato so poskusili svojo solato. Poskusili so jo vsi otroci, tudi deček, ki je rekel, da je ne bo in da je ne mara. Pojedel je prav vse s krožnika. Spodbudila sem jih tudi s tem, da sem poudarila, da so naredili drugačno solato, kot jo dobijo v vrtcu, saj jo v vrtcu zmešajo kuharice z vinskim kisom in sončničnim oljem, mi pa smo uporabili jabolčni kis in oljčno olje.

Pri ribanju jabolk so imeli otroci nekaj težav, saj so se s tem srečali prvič, zato je bila potrebna malo večja pozornost. Pri vsaki mizi je bil le po en ali največ dva ribežna. Mislila sem, da bodo otroci zaradi čakanja postali nestrpni, vendar sem se tudi pri tem motila. Tisti, ki niso ribali, so z velikim zanimanjem pri ribanju jabolk opazovali druge otroke. Nato so sami na kolobarje narezali še banane. Otroci so bili previdni in z nožem ravnali lepo.

Tadej je ravno tako kot otroci z zanimanjem poslušal, kaj in kako bomo počeli (ribanje jabolk, stiskanje pomaranč ...), nato pa je odšel malo višje na omaro, da je videl prav vse otroke, kaj počnejo. Če mu je kdo hotel bolj natančno pokazati svoje delo, ga je poklical. Veseljček je z zanimanjem poslušal in opazoval. Otrokom je bilo samostojno delo zelo všeč, zato so za nekaj časa pozabili na vse. Osredotočeni so bili le na ribanje jabolk ... Kasneje so k sodelovanju povabili tudi Tadeja. Povedali so mu, na kaj mora biti pozoren in kako se to počne.

Slika 15: Rezanje banan



Naribana jabolka in narezane banane so otroci sami z žlico zmešali. Dodali smo še malo cimeta, ki so ga otroci prej povohali. Sadno solato so dobili na krožnik ter jo poizkusili. Nekateri so želeli še eno porcijo. Ker se je pripravljanje solat zavleklo, smo stiskanje »oranžnega soka« prestavili na enega izmed naslednjih dni. Otroci so solato, jabolka in banane veliko raje pojedli, ker so jih pripravili sami, kot pa sicer, ko jih dobijo že pripravljene.

Tokrat smo stisnili tudi pomarančni sok, saj ga prejšnji dan nismo uspeli. Najprej je vsak poskusil stisniti polovico pomaranče z ročnim plastičnim ožemalnikom. Sok, ki ga je iztisnil, si je nalil v kozarček ter ga popil. Otroci so z veseljem in z velikim navdušenjem sodelovali. Tudi tisti, ki so prišli za ožemanje na vrsto bolj pri koncu, niso bili nič nestrpni, saj so z

občudovanjem opazovali druge pri delu. Mislim, da jih je najbolj spodbudilo to, da so naredili vse sami, še najbolj pa, da so sok, ki so ga iztisnili, tudi popili. Presenečeni so bili nad luknjo, ki nastane v pomaranči po stiskanju. Te luknje so med seboj primerjali. Preostale pomaranče smo stisnili v sokovniku. Otroci so opazovali, kako priteče sok ter kako in katere odpadke odvrže sokovnik stran. Ker smo imeli še jabolka, smo s sokovnikom stisnili tudi jabolka. Tako da smo najprej poskusili samo pomarančni sok, nato zmešan pomarančni in jabolčni sok in na koncu samo jabolčnega. Otroci so vse sokove zelo radi popili in povedali, da so zelo dobri. Ko smo že hoteli spraviti, je nekdo predlagal, da bi stisnili še banano in naredili bananin sok. Povedala sem jim, da je banana pregosta in ne vsebuje toliko soka, da bi iz nje kaj priteklo. Vseeno smo stisnili tudi banano. Iz nje ni pritekla niti kapljica soka. Videli pa so kam gredo ostanki in stisnjeno banano – mezgo, ki pa ni bila nikomur všeč.

Slika 16: Stiskanje pomaranč



6. DEJAVNOST

CILJI:

- otrok v vsakdanji komunikaciji posluša jezik in je vključen v komunikacijske procese z otroki, odraslimi in lutkami,
- otrok oblikuje dobre, a ne toge prehranjevalne navade,
- otrok uživa ob ustvarjanju gledališča,
- otrok razvija umetniške predstavljalnosti in domišljije z zamišljanjem in ustvarjanjem.

IZVEDBA DEJAVNOSTI:

Tadej otrokom pove, da je zelo vesel, ker je spoznal, da sta sadje in zelenjava zdrava. Kar naenkrat postane žalosten, ker še vedno ne ve, kaj lahko naroči v pravi restavraciji, kjer imajo kuhane jedi. Začne jokati in prositi otroke, če bi mu pomagali, da bi vedel, katera je zdrava kuhana hrana. Predvidevam, da mu bodo otroci začeli govoriti različne kuhane jedi, kot je zelenjavna juha, špinača ... Tadej jih vpraša, če oni v vrtcu kaj kuhajo oz. imajo kakšen kuharski kotiček. Spodbudi jih, da bi kuharski kotiček preuredili v restavracijo, kjer bi kuhali samo zdrave jedi in se s tem naučili kuhati. Prinesem kuharske kape, predpasnike, žlice ... Pogovorimo se, zakaj kuharji vse to potrebujejo in zakaj uporabljajo. Nato Tadej otroke spodbudi, da pripravimo pravo restavracijo, ki jo urejamo še naslednje dni (izdelamo slike) in ji izberemo ime. V restavraciji poskušamo Tadeju pokazati in povedati, kaj vse lahko naroči, ko pride v restavracijo. Ko bo restavracija dokončno urejena, si pripravimo »pravo gledališče«. Za sceno uporabimo kar samo restavracijo, za gledalce pripravimo stole. Pred predstavo izdelamo še vstopnice. Ko je vse pripravljeno, se gledališče odpre in začne predstava.

ANALIZA:

Otroci so Tadeju hitro priskočili na pomoč in mu pokazali kuharski kotiček. Nad predlogom o restavraciji so bili navdušeni. Vstali so, da bi začeli preurejati kuharski kotiček, vendar je Tadeja prej zanimalo, kakšne pripomočke potrebujemo za restavracijo ter čemu so namenjeni. Hitro so ugotovili, da potrebujemo kuhlance, halje, predpasnike in kape. Malo težje so povedali, zakaj potrebujemo halje in kape. Takrat sem jim povedala, da sem ravno danes prinesla seboj neke kape in mogoče so kuharske. Pokazala sem jim in ugotovili smo, da so ravno kape za kuharje, ki jih nosijo zato, da jim lasje v času pripravljanja ne padajo v hrano. Ker smo najprej začeli urejati restavracijo, smo kape zaenkrat še pospravili. Nekateri otroci so se odšli igrati, večina otrok pa je aktivno sodelovala pri ureditvi restavracije. Otroci so sami premikali kotiček, se dogovarjali, kam bodo kaj postavili. Ko sta bili urejeni kuhinja in jedilnica, so si naredili kuharske kape, natararji zavezali predpasnike ter začeli kuhati. Najbolj zanimivo je bilo, da se je tokrat v kotičku igral deček, ki ga do zdaj še nikoli nisem videla. Vedno se je igral le z lego kockami. Nekaj časa je imel na glavi kuharsko kapo, nato pa mi jo je prinesel in rekel, da je ne potrebuje več, ker je, ko je bil v kitajski restavraciji, videl kuharje brez pokrival, zato ga tudi on ni želel, saj je kuhal v kitajski restavraciji. V restavracijo je nato skupaj z deklico prišel Tadej. Hitro so ga vprašali, kaj bo naročil, vendar ni vedel, kaj bi bilo dobro, da naroči. Zato so mu predlagali kar oni – natararji in kuharji. Kuharji so mu tako

hitro kuhali in pripravljali zdravo hrano, da ni mogel slediti. Za sladico je dobil tudi sladoled, vendar so mu povedali, da ga ne sme jesti prepogosto.

Slika 17: Kuhanje v restavraciji



Otroci so se v koticu igrali celo dopoldne. Zelo so se vživeli v vlogo kuharjev, saj so igrali, da resnično nekaj kuhajo in pripravljajo hrano, saj so do zdaj hrano le prenašali iz enega konca igralnice v drugega ter jo razmetavali.

Takoj naslednji dan smo za našo restavracijo izbrali še ime. Najprej sem morala razložiti, kaj pomeni ime restavracije. Za lažjo predstavo sem naštel nekaj imen restavracij iz našega kraja, ki jih otroci poznajo. Ko sem jih vprašala, kako bi oni dali ime naši restavraciji, so rekli kitajska restavracija. Zato sem jim ponovno razložila, da je to vrsta restavracije in ne ime. Povedala sem jim, da se imena največkrat navezujejo na imena ali priimke tistih, ki so glavni. Predlagala sem imena, kot so: Restavracija Jurman, Restavracija Čuk, Restavracija Čuf, Restavracija pri Maticu, Restavracija pri vesoljčku, Restavracija pri Račkah. Imeli smo glasovanje. Tako smo dobili ime restavracije, Restavracija pri Račkah, saj se tudi oni imenujejo skupina Račke. Ko smo se dogovorili o imenu ter ureditvi, smo odšli k izdelavi. Med igro otrok po želji je potekala tudi izdelava napisa imena in risanje ter slikanje račk in razne hrane. Dve deklici, ki že znata pisati, sta napisali ime restavracije, drugi pa so pobarvali in narisali račke, da z njimi okrasimo restavracijo. Nekateri so narisali sadje in zelenjavo ter ostalo zdravo hrano. Ko so se izdelki posušili, saj so bili naslikani s tempera barvami, smo koticek oz. restavracijo uredili oz. okrasili.

Slika 18: Ime restavracije



Čez nekaj dni smo to uporabili kot sceno in naredili pravo gledališče z vstopnicami. Najprej smo se pogovorili, kaj vse potrebujemo za gledališče; sceno, stole za gledalce, vstopnice ... Otroci so vse znali povedati sami. Tudi vstopnice je omenil deček, še preden sem sploh pomislila nanje. Dogovorili smo se, da jih bomo najprej izdelali, nato pa naredili gledališče. Pri izdelovanju vstopnic sem jim pustila proste roke. Razložila sem jim le, da ne smejo biti prevelike. Nekateri so naredili malo večje, drugi manjše. Nanje so narisali različne motive, nekateri sadje in zelenjavo, drugi rože, sonce ... Ko so bile vstopnice narejene, smo pripravili sceno za igranje. Dve deklici sta se že skrili in čakali, kdaj bosta lahko prišli na oder in igrali. Ena je imela vesoljčka Tadeja, druga pa Smetko (lutko, ki so jo imeli v času razvrščanja odpadkov). Zelo zanimivo je, da Smetke otroci nekaj časa sploh niso uporabljali za igranje, dokler pri njih ni bil vesoljček. Tako sta v restavracijo prišla tako vesoljček kot Smetka. Pripravili smo tudi mizo, za katero je deček ob vstopu gledalcev pregledoval in luknjal vstopnice. Ko je bilo vse pripravljeno, je vsak otrok, ki je prišel v gledališče, pokazal vstopnico, ki mu jo je deček preluknjal, ter se usedel na stol. Igralci so pričeli z igranjem. Najprej sem jih pustila same. Vsi, natararji in kuharji so želeli gostom nositi hrano. Kasneje sem se v kuhinjo vključila jaz, kot gost v restavracijo pa je prišla vzgojiteljica. Takrat so se otroci bolj vživeli v svoje vloge in se med seboj bolje pogovarjali. Natararji so prišli kuharjem naročit, kaj morajo skuhati, ko so skuhati, so gostom na mizo postregli natararji. Ko je igra nekaj časa trajala, je ena izmed deklic, ki že zna pisati, na listek napisala »zaprto« in ga prilepila na vhod restavracije. Zato je deklica, ki je bila natararica, odšla po list papirja, na katerem je bil račun, in ga dala gostom. Gostje so plačali z »eno petko« in odšli iz restavracije. Presenečena sem bila, ker so se spomnili tudi na račun, saj sama na to nisem pomislila. Ko so gostje odšli, so natararji pospravili mizo, kuharji pa pomili in pospravili posodo.

Pri igri niso sodelovali vsi otroci. Povabila sem sicer vse, vendar je prišel le tisti, ki je želel. Nekateri so kasneje prišli zraven, ko so zaslišali, kaj delamo, saj jih je zanimalo in pritegnilo.

Menim, da je bila to domišljajska igra in ne igra v gledališču. Zgodba je nastajala sproti. Otrokom sem pustila prosto pot. Bolje bi bilo, da bi se z njimi pogovorila, kako se igra v pravem gledališču, da se tam prej dogovorijo, kako in kaj bodo igrali, da imajo vnaprej napisano zgodbo ... Prepričana sem, da bi bili otroci sposobni z mojo in vesoljčkovo spodbudo ustvariti novo zgodbo in jo nato tudi zaigrati. Preko tega bi pridobili nove in dodatne informacije o prehrani in gledališču.

Otroci so bili ob pripravi gledališča ustvarjalni, saj so imeli veliko idej, hkrati pa so se med seboj uspešno dogovarjali in spoštovali mnenja drugih otrok. Z ogledom fotografij v kuharskih knjigah so se seznanili z različnimi načini priprave hrane.

7. DEJAVNOST

CILJI:

- otrok ob poslušanju in igranju lutkovnih predstav razvije zmožnost domišljajske rabe jezika,
- otrok se seznanja s prehransko piramido,
- otrok se vživlja v različne vloge,
- otrok ob lutki škratu Brokolinu spozna brokoli in ga poizkusi.

IZVEDBA DEJAVNOSTI:

Skupaj s Tadejem in otrokom odidemo v namišljeno gledališče (igralnico, pripravljeno za gledališče). Takrat se spomnim, da sem prinesla s seboj polno košaro zelenjave, v kateri je tudi brokoli. Najprej spoznamo zelenjavo iz košare. Na dnu je skrit škrat Brokolino, ki se pokaže, ko iz njega umaknem vso zelenjavo. Škrat Brokolino otroke vpraša, če vedo, kdo je. Predstavi se, da je zelenjavni škrat Brokolino, ter pove nekaj o brokoliju. Takrat se obrne, da bi si ogledal igralnico, in sreča punčko Leno. Začne se prirejena predstava Škrat Brokolino. Po predstavi škrat pove otrokom, da si želi družbe, novih brokolinov. Otroci se usedejo za mize ter iz bele rokavice, ki jo najprej pobarvajo na zeleno, izdelajo lutko – škrate Brokolina.

Nato na vsak prst prilepijo eno kroglico, ki jo prej ravno tako pobarvajo na zeleno. Iz manjših kroglic naredijo oči, usta mu kar narišejo. Škrat Brokolino medtem hodi naokrog ter opazuje, kje lahko pomaga. Ko so škratje izdelani, se z njimi igrajo. Sama izdelava bo trajala več dni, saj se mora pobarvana rokavica posušiti.

ANALIZA:

Otroci so bili na polno košaro zelenjave pozorni in hitro pripovedovali, kaj je v njej. Brokoli so poznali skoraj vsi. Eden izmed dečkov je rekel, da ga spominja na drevo. Zanimanje je pritegnil por, saj ga otroci niso poznali. Čebulo so nekateri zamenjali za česen. Ugotovili smo, da se česen od čebule razlikuje po tem, da ima česen stroke, čebula pa ne. Ko se je prikazal škrat Brokolino, so mislili, da je to krona ali princesa. Ko se je predstavil, so vsi poslušali in ga kaj vprašali. Med predstavo so bili otroci zelo pozorni na dogajanje in punčki, ki jo je škrat srečal, tudi pomagali. Brokolino jo je spraševal o prehrani, med drugim sta sestavila tudi prehransko piramido. Ko je punčki vse razložil ter se poslavljaj, je vprašal otroke, ali so si tudi oni kaj zapomnili, zato so ponovili še enkrat, česa morajo pojesti največ, česa malo manj in česa najmanj (sestava prehranske piramide). Povedali smo tudi, zakaj je kaj dobro in zakaj stvari, ki so najvišje v piramidi, niso zdrave.

Slika 19: Brokolino dela prehransko piramido



Potem so kuharice prinesle kuhan brokoli. Škrat Brokolino je povedal, da je, preden se je skrtil v košaro, odnesel kuharicam brokoli, da so ga skuhale, da ga bomo lahko zdaj poizkusili. Tako je škrat otrokom ponudil kuhan brokoli. Nekateri so ga z veseljem poskusili, drugi ga niso želeli. Vendar sem bila presenečena, saj ga je poskusil tudi deček, ki po navadi noče poskusiti ničesar novega. Po okušanju brokolija je škrat postal zelo žalosten, ker je osamljen. Ko je otrokom predlagal, da bi naredili take škratke, so bili nekateri tako navdušeni, da so kar poskočili. Potem ne bo več osamljen, saj bo imel veliko družbe. Med igro so po želji nekateri

barvali rokavice, drugi pa krogce. Otroci so komaj čakali, da bodo pobarvali in naredili škrata, tudi nekateri dečki, ki po navadi ne pridejo samostojno k ustvarjanju, so tokrat prišli. Deklice so uživale v barvanju kroglic. Pobarvane rokavice smo dali sušit, tako da smo škrata dokončali naslednji dan. Potem je sledila prosta igra v restavraciji pri Račkah, kjer so se s Tadejem pogovarjali o zdravi prehrani. Otroci so mu kuhali ter pripravljali razne pojedine. Ker sem prinesla nekaj kuharskih knjig iz knjižnice, sem jim ponudila, da jih lahko ponudijo kot jedilni list. Tako so natararji najprej prinesli gostom jedilni list, nato pa začeli kuhati. Nekateri so si ogledovali slike oz. potek kuhanja. Če bi imeli več časa, bi jedilne liste naredili sami.

Kuhan brokoli je pri kosilu ponudil Tadej. Tokrat so ga poskusili prav vsi otroci, tudi tisti, ki dopoldan niso želeli. Tadej jim je rekel, da ne morejo vedeti, ali je dobro ali ne, če ne poskusijo. Rekel jim je tudi, da lahko izpljunejo in pustijo na krožniku, če jim ne bo všeč. Tako so poskusili vsi. Samo eden deček je brokoli pljunil ven. Nekateri so ugotovili, da je brokoli dober, zato so ga želeli še. Tisti dan je bila za kosilo kuhana paprika, ki je skoraj nihče ni jedel. Vesoljček je obšel mize in pogledal, ali so papriko pojedli. Spraševal jih je, zakaj ne jedo paprike. Zanimalo ga je, ali to ni zdravo. Tudi tokrat je ob odgovoru, da je ne marajo, predlagal, naj poskusijo, morda pa jim bo všeč. Čez nekaj časa deklica pokliče Tadeja in mu pove, da je poskusila kuhano papriko in ji ni bila všeč, vendar jo je vseeno pojedla, ker je zdrava in ima vitamine.

Prihodnji dan smo dokončali škrate Brokoline. Na vrh prstov so prilepili krogce z ježki, ravno tako so nalepili oči in nos, usta so narisali s flomastri. Takoj ko so jih izdelali, so se z njimi začeli igrati. Nekateri so jih naredili že pred zajtrkom, drugi po zajtrku. Tisti, ki so jih naredili prej, so naenkrat želeli kuharski kotiček oz. restavracijo podreti. Vprašala sem jih, kaj delajo, in odgovorili so mi, da potrebujejo mizo za sceno, kot sva imeli medve z vzgojiteljico. Ko je bilo pripravljeno, so začeli igrati. Ena deklica je prišla s Tadejem. Čez nekaj časa so začeli premikati še stole. Skoraj vse stole so odnesli na en konec igralnice z namenom, da bodo naredili gledališče. Stole potrebujejo za gledalce. Ko je bilo gledališče narejeno, smo odšli na ogled predstave, kjer so igrali škratje Brokolini in vesoljček Tadej.

Slika 20: Izdelovanje lutke – Brokolino



Lutka je otroke spodbudila k medsebojnemu pogovaranju o tem, kaj je zdravo in kaj ne. Z ogledom lutkovne predstave in s sodelovanjem v njej so se seznanili s prehransko piramido. Z izdelavo lutke – Brokolina in kasneje igranjem z njo pa so razvijali domišljijско rabo jezika. Lutka jih je močno motivirala k poizkušanju brokolija. Poizkusili so ga prav vsi.

Slika 21: Vesoljček Tadej ponudi brokoli



Slika 22: Igra s Tadejem in Brokolijem



8. DEJAVNOST

CILJI:

- otrok v vsakdanji komunikaciji posluša jezik in je vključen v komunikacijske procese z otroki, odraslimi in lutkami,
- otroku spodbujamo veselje do umetniških dejavnosti,

- otrok spoznava suho sadje (kako in iz česa nastane).

IZVEDBA DEJAVNOSTI

Tadeja tokrat ni v igralnici. Z otroki se pogovorimo, kakšno nalogo so imeli. Ugotovimo, kako bomo izdelali knjigo za Tadeja in kaj vse knjiga potrebuje. Nato jo izdelamo. Otroci najprej z luknjačem preluknjajo liste, ki so jih izdelali doma. Nato dodamo prvo in zadnjo stran ter vse skupaj povežemo z volno. Ravno ko je knjiga končana, v igralnico z vrečko suhega sadja vstopi Tadej. Pove, da danes odhaja nazaj v vesolje. Suho sadje je prinesel kot pogostitev. Potem mu otroci pokažejo izdelano knjigo. Po ogledu knjige in gostiji s suhim sadjem se Tadej od otrok poslovil, pomaha in odide.

ANALIZA:

Otroci so izvedeli, da Tadej kmalu odide. Naslednji dan, ko so prišli v vrtec, ga ni bilo. Spraševali so me, kam je šel, zakaj se ni nič poslovil, ali bo prišel nazaj ...

Od takrat, ko smo rekli, da bomo Tadeju naredili še eno presenečenje, so otroci pridno prinašali na listih napisano, narisano ali prilepljeno kaj o zdravi ali nezdravi hrani. Vse izdelke smo si ogledali, vsak otrok je povedal, kaj je naredil. Pri nekaterih so sodelovali tudi starši in zraven kaj dopisali. Ker ni bilo veseljčka, smo imeli to priložnost, da zvežemo iz teh listov zanj knjigo. Najprej smo si pogledali, kaj poleg listov še potrebujemo. Pokazala sem jim eno pravo knjigo. Ko sem jim kazala platnice, so otroci rekli, da so to trši kartoni, niso pa vedeli, da so to platnice. Ugotovili smo še, da ima knjiga na platnici naslov in kakšno sliko.

Slika 23: Izdelovanje knjige



Pri izdelovanju knjige so bili otroci zelo aktivni, nekateri sicer bolj, drugi malo manj. Ena izmed deklic je napisala naslov »Za vesoljčka«, ga izrezala in prilepila na prvo stran. Nekateri so za platnici narisali risbe. Deček je narisal avto in ga prilepil na zadnjo stran, deklice so narisale sadje in zelenjavo ter to prilepile na prvo stran knjige.

Ravno ko smo uspeli zvezati knjigo, je v igralnico prišel Tadej s polno vrečo nekih dobrot. Otroci so ga takoj začeli spraševati, kje je bil. Še preden je uspel povedati, kje je bil in kaj je prinesel, so mu pokazali presenečenje – knjigo. Najprej si jo je ogledal. Nad njo je bil navdušen. Vsak otrok mu je povedal kaj je narisal, nalepil. Tako vesel je bil, da je skoraj pozabil, kaj je prinesel otrokom. Povedal je, da je odšel v trgovino in videl sadje. Ko ga je otrokom pokazal, so povedali, da je to suho sadje. Prinesel je suha jabolka – krljce, suhe marelice, slive, rozine, fige in dateljne. Predvsem suhe fige in dateljni so bili za otroke nekaj novega. Ugotovili smo, iz katerega sadja nastanejo rozine, nato pa vsako stvar poizkusili. Nekateri so poskusili prav vse, saj so prav čakali, da so vsako stvar vzeli po eno, nato pa tisto, ki jim je bila najbolj všeč. Najbolj všeč so jim bile marelice. Dateljne pa so nekateri tudi vrgli ven, saj jim niso bili všeč. Ko so pojedli, se je Tadej od vsakega otroka poslovil, se še enkrat zahvalil za vse nasvete in za prelepo knjigo, ki mu bo še kako prišla prav v vesolju. Povedal je, da jo bo pokazal tudi drugim prijateljem v vesolju, kajti tudi oni ne jedo zdrave hrane. Skupaj so se še slikali, si pomahali in poslovili. Ob slovesu je le še dodal, da je zelo vesel, ker je spoznal tako prijazne otroke in mogoče jih kdaj le pride še obiskat.

Otroci so bili ob Tadejevem odhodu žalostni. Nekateri so že takoj, ko je odšel, rekli, da ga pogrešajo. Tudi naslednje dni so me večkrat prišli vprašat, ali se bo Tadej res še kdaj vrnil, ali se bo mogoče danes vrnil ...

Otroci so uživali ob izdelavi knjige, še bolj pa, ko so jo pokazali Tadeju. S pogostitvijo ob Tadejevem odhodu so spoznali tudi suho sadje in ga poizkusili.

Lutka je otroke resnično popolnoma prevzela in jih hkrati veliko novega naučila.

5 UGOTOVITVE

Lutka je resnično čudežno bitje, ki otroke popolnoma prevzame oz. jih na nek način začara, pa naj bo to lutka v rokah vzgojitelja/učitelja ali v rokah otroka.

Otroci so vsakokrat lutki v težavah priskočili na pomoč. Še zavedali se niso, da preko igre z njo spoznavajo pravilno prehranjevanje in pridobivajo veliko novih informacij. Otroci so me na zdravo prehranjevanje opomnili tudi, ko sama niti pričakovala nisem. S tem sem ugotovila, da je lutka zelo uspešno sredstvo pri spoznavanju zdrave prehrane in hkrati zelo uspešno učinkovito didaktično sredstvo za pridobivanje novega znanja in promocijo zdravega načina prehranjevanja.

Ugotovila sem, da lutka ni uspešen pripomoček le za pridobivanje znanja, ampak tudi sredstvo za motiviranje pri poizkušanju novih stvari. V tem primeru za poizkušanje nepoznane ali manj poznane hrane. Otroci so s Tadejem poizkusili kar nekaj zelenjave in sadja, ki ga drugače najverjetneje ne bi oz. bi jih za to zelo težko motivirala. Že pri ponudbi hrane je bila vidna razlika. Ko sem jim zelenjavo ponudila sama, je nekateri niso želeli poskusiti, ko jim jo je ponudila lutka, so jo poskusili in nekateri celo želeli še več.

Vendar lutka ni vplivala samo na zastavljene cilje. S tem, ko lutka otroke začara, postane veliko motivacijsko sredstvo, ne le za področje in cilje, ki jih načrtuješ in želiš doseči, ampak spontano vpliva na vsa področja kurikulumu. Otroci so si po lutkovnih dejavnostih veliko raje in učinkoviteje umivali zobe in si jih med seboj primerjali. Preko lutke so se zadržani otroci lažje in hitreje vklopili v družbo in sodelovali z drugimi. Med njimi je bilo veliko več komunikacije in medsebojnega dogovarjanja.

Ugotovila sem, da je lutka nepogrešljiv pripomoček v vzgoji in izobraževanju.

6 ZAKLJUČEK

Z diplomsko nalogo sem želela dokazati vpliv lutke in lutkovnih dejavnosti na otroke, čeprav sprva nisem bila ravno prepričana, da mi bo uspelo. Predpostavila sem, da lutka, če vanjo verjamemo, zaživi in s tem zmore preseči vse prepreke ter hkrati lahko naredi vse tisto, kar posamezniku ne bi uspelo. Izkazalo se je tako. Zdaj menim, da sem bila uspešna. Sama sem s svojo izkušnjo prišla do ugotovitve, da lutka s svojo magično močjo otroke popolnoma prevzame, motivira in jih brez vsiljivega načina pripravi do tega, kar meni kot vzgojiteljici ne bi uspelo, oziroma bi to dosegla s težavo.

Lutka je bila marsikateremu otroku opora, zaupali so se ji in se k njej velikokrat zatekli s kakšno težavo. Lutka veseljček je otroke spodbudila, da so se začeli igrati tudi z drugimi lutkami, ki so bile v igralnici. Na to pa močno vpliva vzgojiteljev odnos do lutke, saj bodo, če sam verjameš v lutko in jo vključiš v dejavnost, vanjo verjeli tudi otroci. Hkrati si pričaraš prijetno vzdušje in zabavnejši dan v vrtcu.

Pri vzgojno-izobraževalnem delu lutka veliko pripomore tudi vzgojiteljici. Otroci veliko hitreje in bolj učinkovito pridobijo nove informacije in znanje. Tudi, ko jim motivacija že popušča, jih na hitro privabiš k sebi prav z lutkino močjo.

Menim, da bi morala biti lutka vzgojiteljeva vsakodnevna pomočnica pri vseh dejavnostih, tudi pri dnevni rutini. S tem, ko vzgojitelj/učitelj lutko oživi, je z njo uspešnejši in doseže veliko več.

Uporaba lutke se mora razširiti, saj je nujna tako v vrtcih kot šolah. Zaradi pozitivnih izkušenj bom lutko uporabljala še naprej pri mojem delu in bo moja »sodelavka«.

7 LITERATURA

Bahovec, E., Bregar, K., Čas, M. (2007). *Kurikulum za vrtce*. Ljubljana: Ministrstvo za šolstvo in šport: Zavod Republike Slovenije za šolstvo in šport.

Bastašić, Z. (1988). *Lutka ima i srce i pamet*. Zagreb: Šolska knjiga.

Cotič, J. (2004). Discipliniranje telesa, nadzorovanje in kaznovanje – iskanje alternative. V: E. Dolar Bahovec in K. Golobič, *Šola in vrtec skozi ogledalo*. Ljubljana: Državna založba Slovenije.

Forjančič, B. (2005). Proces prehranjevanja v Vrtcu Manka Golarja Gornja Radgona. V: B. Vrbovšek (ur.), *Prikriti kurikulum v kurikulumu – rutina ali izzivi v vrtcu*. Ljubljana: Supra.

Gobec, D. (2009). Lutka – voditeljica, pobudnica in povezovalka v edukacijskih modelih Milanskega modela projektnega dela z lutko ter Trnovskega modela temeljnega učenja v vrtcu Trnovo. V: V. G. Korbar (ur.), *Uporaba gledališke dejavnosti v vzgoji in izobraževanju: zbornik povzetkov*. Ljubljana: Društvo Taka Tuka.

Gobec, D. (2000). Iz take smo snovi kot sanje ... V: *Lutka*, št. 56, str. 36–43.

Hlastan Ribič, C. (ur.), (2006). *Zdrava otroška prehrana ... ob kateri otroci tudi uživajo*. Ljubljana: Danone Slovenija.

Hribovšek, E., (2009). Moje gledališko ustvarjanje. V: G. V. Korbar (ur.), *Uporaba gledališke dejavnosti v vzgoji in izobraževanju: zbornik povzetkov*. Ljubljana: Društvo Taka Tuka.

Korošec, H. (2002). Neverbalna komunikacija in lutka. V: H. Korošec, E. Majaron (ur.), *Lutka iz vrtca v šolo*. Ljubljana: Univerza v Ljubljani, str. 31–55.

Korošec, H. (2007). Čarobni svet lutk. V: *S. O. S.: revija za moderne starše*, št. 4, str. 46–48.

Majaron, E. (2000). Lutka – idealna povezava didaktičnih smotrov. V: *Lutka*, 56, str. 33–35.

Primožič A. (2012). Z lutkami spoznavamo zdrav način prehranjevanja. Diplomski naloga. Ljubljana. Pedagoška fakulteta.

Majaron, E. (2002). Lutka pri oblikovanju mladega človeka. V: H. Korošec, E. Majaron (ur.), *Lutka iz vrtca v šolo*. Ljubljana: Univerza v Ljubljani, str. 5–8.

Majaron, E. (2002). Lutka, naša vsakodnevna pomočnica. V: H. Korošec, E. Majaron (ur.), *Lutka iz vrtca v šolo*. Ljubljana: Univerza v Ljubljani.

Majaron, E., Korošec, H. (2006). Otrokovo ustvarjanje z lutkami. V: B. Borota, V. Geršak, H. Korošec, E. Majaron, *Otrok v svetu glasbe, plesa in lutk*. Koper: Pedagoška fakulteta, str. 97–138.

Maučec Zakotnik, J., Koch, V., Pavčič, M., Hrovatin, B. (2001). Manj maščob – več sadja in zelenjave: zdravo prehranjevanje s pomočjo prehranske piramide. Ljubljana: CINDI.

Medved, I. (2004). Dnevna rutina v vrtcu nekoč in danes. V E. Dolar Bahovec in K. Golobič, *Šola in vrtec skozi ogledalo*. Ljubljana: Državna založba Slovenije.

Mikuš, A. (2002). Lutka – moj nepogrešljiv pomočnik v razredu. V: H. Korošec, E. Majaron (ur.), *Lutka iz vrtca v šolo*. Ljubljana: Univerza v Ljubljani, str. 95–103.

Pandel Mikuš, R. in Kvas, A. (2007). Prehrana otrok in mladostnikov. V: D. Rugelj (ur.), *Varna in zdrava hrana na mizi potrošnika: zbornik predavanj*. Ljubljana: Visoka šola za zdravstvo.

Peštaj, M. (2000). Zlatko Bastašič in njegovo terapevtsko delo z lutkami. V: *Lutka*, 56, str. 50–55.

Porenta, A. (2003). *Zgodbe in lutke kot sredstva za motiviranje učencev*. *Sodobna pedagogika*, 2, 172–187.

Rakovič, D. (2004). Vloga vzgojiteljice pri uveljavljanju možnosti izbire in sprejemanju skupnih odločitev. V E. Dolar Bahovec in K. Golobič, *Šola in vrtec skozi ogledalo*. Ljubljana: Državna založba Slovenije.

Primožič A. (2012). *Z lutkami spoznavamo zdrav način prehranjevanja*. Diplomski naloga. Ljubljana. Pedagoška fakulteta.

Sheasby, A. in Scott, J. (1999). *Zdrava prehrana za dojenčke in malčke*. Radovljica: Didakta.

Sitar, J. (2001). *Zgodbe za lutke in prste*. Ljubljana: Državna založba Slovenije.

Šintler, B. in Domicelj, M. (1997). *Prehrana v vrtcu*. Ljubljana: Viški vrtci.

Zornada, J. (2005). Oblikovanje vrednot preko hrane. V: B. Vrbovšek (ur.), *Prikriti kurikulum v kurikulumu – rutina ali izzivi v vrtcu*. Ljubljana: Supra.