



ZAKLADA
HRVATSKA
ZA DJECU

Naziv projekta: Zdravo zdravlje!

Nositelj projekta: Dječji vrtić Tratinčica

Razdoblje provedbe projekta: 1. studenog 2021. do 1. siječnja 2023.

Ukupna vrijednost projekta: 204.793,52 kn

Kontakt osoba za više informacija: Nikolina Hačka, ravnateljica

Poveznice na relevantne internetske stranice: <https://www.zhzd.hr/>

Sažetak projekta: Projekt „Zdravo zdravlje!“ je niz aktivnosti vođen pozitivnim vibracijama, razvojem motoričkih aktivnosti, praćen veseljem i mnoštvom igara koji će dovesti do razvoja zdravijih životnih navika. Aktivna tjelovježba za predškolce i pravilna prehrana predstavljaju najbolji početak za svako dijete u dobi od 3 do 6 godina starosti. To je vrijeme kada se intenzivno razvijaju motoričke vještine i zdrave navike, a sudjelovanje u organiziranim sportskim i vrtnim aktivnostima dodatno će pomoći razvoju navedenih vještina. Projekt je zamišljen na način da se aktivnosti grupiraju u dvije važne skupine aktivnosti. Jedan se odnosi na tjelesne aktivnosti, a drugi na zdrave navike. Tjelesne aktivnosti će izvoditelj provoditi s predškolskom djecom kroz treninge koji se sastoje od raznih tipova vježbi – npr. vježbe za pravilan rast i razvoj lokomotornog sustava, vježbe za pravilan položaj kralježnice i pravilno držanje, jednostavni motorički zadatci sastavljeni od osnovnih oblika kretanja, psihomotorne sposobnosti kroz puzanje, provlačenje, hodanje, trčanje, skakanje, bacanje lopte, penjanje i sl. Aktivnosti zdravih navika se odnose na radionice o održavanju higijene, potrebe za spavanjem, važnosti zdrave prehrane, ali i jednim inovativnim pristupom gdje bi djeca sudjelovala u stvaranju i uzgoju zdravih proizvoda u lončanicama i povišenim gredicama. Djeca bi imala svoj vlastiti „Zdravi vrt“ o kojemu bi se brinuli (sadnja, održavanje, zalijevanje, gnojidba itd.) Takav pristup od najranije dobi ostavlja pozitivne tragove i navike za njihov daljnji razvoj za pravilnom ishranom, zdravijim životom, kreativnim načinom razmišljanja te dizanjem ekološke osviještenosti. U sklopu projekta održalo bi se i dva edukativna predavanja za roditelje polaznika kako bi i oni imali uvid u zdrav i pravilan rast i razvoj vlastite djece.

Svrha projekta je pružiti djeci priliku da shvate sportsko – zdravstvene aktivnosti kao zabavu, učeći se pritom zdravim životnim navikama i zdravoj prehrani od malih nogu. Projektnim aktivnostima ćemo utjecati na rani razvoj funkcionalno motoričkih sposobnosti što će djeci koristiti kao podloga za uspjeh u raznim sportovima, ali i kao podloga za kvalitetnije kretanje u svakodnevnim aktivnostima.