

Projekt Vrt prijaznosti



Lidija Slana, dipl. vzg. predšolskih otrok, Vrtec Vrhnika

V skupini 5–6 letnih otrok sem izvedla projekt Vrt prijaznosti. V tem času smo veliko pozornosti posvetili razvijanju pozitivnih medsebojnih odnosov, spodbujali smo prijazno komunikacijo, sprejemanje drugačnosti in različnih mnenj. Izvedli smo veliko vodenih vizualizacij in sprostitev dejavnosti, spoznavali, kako se lahko umirimo, šli smo na čuječi sprehod. Gradili smo socialne odnose in se povezali kot skupina. Spoznavali smo svoja čustva, se učili reagirati v konfliktnih situacijah, spremljala sta nas objem in prijazna beseda. V kotičku, ki smo ga poimenovali Vrt prijaznosti, smo imeli pripomočke za sprostitev in umirjanje. V ta kotiček se je lahko umaknil vsak, ki je potreboval nekaj časa za umiritev. Tam je postopoma nastajal tudi plakat, na katerega so otroci za vsako prijazno dejanje nalepili prijazen obraz.

Zasnova projekta

V skupini veliko časa namenimo razvijanju pozitivnih medsebojnih odnosov in spodbujamo prijazno komunikacijo. Ker me ta tema zelo zanima in ker v skupino rada vnašam te vsebine, sem se v lanskem šolskem letu udeležila izobraževanja o spodbujanju prijaznosti. Tako sem lahko nova znanja prenesla v skupino 5 do 6 let starih otrok. Projekta sem se lotila tako, da sem vključila vsebine, za katere sem menila, da jih bom lahko uspešno izvedla v svoji skupini. Koronskim razmeram in časovni omejitvi primerno sem izluščila stvari, ki mislim, da so nam lahko pomagale pri uresničitvi ciljev na tem področju. Medsebojnim odnosom že tako in tako dajemo zelo velik poudarek, sedaj pa smo jih še nadgradili. Projekt je bil časovno kar dolg, saj je bila vmes še prekinitev zaradi zaprtja vrtcev.

Na začetku projekta sem si zastavila naslednje cilje:

- Otrok spoznava, da morajo vsi ljudje v določeni družbi pomagati in sodelovati, da bi lahko ta delovala ter omogočila preživetje, dobro počutje in udobje.
- Otrok pridobiva konkretne izkušnje za sprejemanje drugačnosti (glede na spol, nacionalno in kulturno poreklo, veroizpoved, telesno in duševno konstitucijo).
- Otrok ima možnost za rahljanje stereotipov, povezanih z razliko med spoloma.
- Otrok ima možnost razvijati sposobnosti in načine za vzpostavljanje, vzdrževanje in uživanje v prijateljskih odnosih z enim ali več otroki (kar vključuje reševanje problemov, pogajanje in dogovarjanje, razumevanje in sprejemanje stališč, vedenja in občutij drugih, menjavanje vlog, vpljudnost v medsebojnem komuniciranju).
- Otrok uživa v spontanem druženju s svojimi prijatelji.
- Otroci sklepajo kompromise in dogovore.
- Otrok spoznava, kaj potrebuje sam in druga živa bitja za življenje ter za ohranjanje in krepitev zdravja.



- Otrok spoznava, da mu uživanje različne zdrave hrane, telesne vaje in počitek pomagajo ohranjati zdravje.
- Otrok odkriva in spoznava svoje telo.



Kaj je prijaznost?

Projekta smo se lotili z nevihto idej na temo *Kaj je prijaznost*.

Na vprašanje, kaj je prijaznost, so otroci podali naslednje odgovore:

- da si pomagaš, ko kdo prosi;
- če kdo pade, mu pomagaš vstati;
- spustiš prijatelja na gugalnico;
- da smo prijatelji;
- da pomagaš narisati prijatelju, če te prosi;
- da deliš igrače;
- da pozdraviš;
- da se nasmejiš;
- da ponudiš, da se skupaj igramo;
- da se lepo igraš;
- da živalim daš hrano, jih pelješ na sprehod in skrbiš zanje.

Otroci o tem znajo povedati že kar veliko in se načeloma kar držijo vseh prijaznosti.

Sprostitutvene dejavnosti

V tem času smo imeli veliko vodenih vizualizacij, sprostitutvenih in domišljijских potovanj. Na začetku izvajanja le-teh so bili otroci nemirni, nato pa so ob večkratnem ponavljanju lepo sodelovali in izvajali dejavnost. Ob tem so umirili svoje telo, svoje misli, tudi spoznali sebe in svoje telo ter delovanje telesa.

Spoznali so, da je tudi umiritev potrebna za ohranjanje zdravja. Naučili so se dihanja s prepono s pomočjo kamenčkov, ki so si jih otroci dali na trebuh, ti pa so se dvigovali in spuščali ob pravilnem dihanju. Kamenčke so otroci sami nabrali na sprehodu, jih v vrtcu pobarvali ter jih nato uporabili pri dihanju.

Ob različnih socialnih igrah smo razvijali veščine socialnih odnosov, mišljenja, povezovanja. Poudarili smo tudi pomen prijateljstva in sprejemanje drugačnosti. Igralne skupine sva vzgojiteljici namensko večkrat zamenjali, da so otroci malo zamenjali igralne partnerje in da se niso igrali vedno z istimi otroki. Namen je bil, da gradimo prijateljstvo s prijaznostjo in spoštovanjem in sprejemanjem drugačnosti.

Kotiček Vrt prijaznosti

Uredili smo si kotiček, ki smo ga poimenovali Vrt prijaznosti. V njem je mehka blazina, na katero se otroci lahko umaknejo, če potrebujejo mir, počitek, umik. V kotičku so kamenčki za dihanje s prepono, knjige, pripomočki za masažo. Na pano smo dali tudi plakat Vrt prijaznosti. Vsak otrok je obrisal svojo dlan in jo poljubno pobarval. S tem smo prikazali našo povezanost, našo skupino in pripadnost skupini. Nato pa so tisti otroci, ki so storili kakšno prijazno dejanje, na plakat postopoma lepili prijazne in nasmejane obraze.

Spoznavali smo tudi različna čustva, kako odreagiramo v situacijah, kako bi bilo potrebno reagirati. Navajali smo se na to, kaj narediti, ko smo razburjeni, kje se lahko umirimo, kje smo varni. V ta namen so otroci imeli v igralnici kotichek za umik, kamor so se lahko umaknili in se umirili.

Druge dejavnosti

Šli smo tudi na čuječi sprehod, kjer smo prisluhnili zvokom narave in se na ta način umirili. Otroci so se res poglabili in slišali tudi najmanjše podrobnosti.

Naslednja dejavnost za sprostitev je bil ogled videoposnetka »Calming bottle«. Nato pa smo tudi sami za umiritev misli izdelali kozarčke za umirjanje (calming bottle), ki so si jih nato otroci večkrat vzeli in opazovali, kaj se v steklenički dogaja. V jutranjem krogu smo za umiritev uporabili tudi plastično jajce na žlici, ki je potovalo od otroka do otroka. Res neverjetno, kako so otroci tiho in zavzeto spremljali potovanje jajca in se ob tem čisto umirili.

V tem času nas je stalno spremljal tudi nasmeh. Dogovorili smo se, da svojim prijateljem podarimo čim več nasmehov, objemov in prijaznih besed. Nismo pa pozabili niti na prijaznost do narave, živali in drugih ljudi.

Vsakodnevno so nas spremljale tudi zgodbe in pesmice v povezavi s to vsebino.

Za konec

Ob zaključku projekta smo izdelali zapestnice prijaznosti, ki so lepo zaokrožile vse naše aktivnosti na temo prijaznosti, prijateljstva in spoštovanja. Ta projekt nam je odlično uspel, večino ciljev smo dosegli. Zadovoljna sem s sodelovanjem in odzivom otrok. Opazila sem viden napredek, predvsem pa sem našla nekaj učinkovitih načinov, s katerimi se otroci umirijo in se pripravijo na nadaljnje dejavnosti. V tem hitrem svetu je pomembno, da se otroci in odrasli znamo umiriti, saj le tako lahko zmoremo vse naše vsakdanje naloge.

Zelo pomembno se mi zdi, da otroci znajo sodelovati, se dogovarjati in vljudno komunicirati. Živimo v času, ko se je in se bo potrebno veliko dogovarjati, spoštovati druge, sprejemati različna mnenja in upoštevati drugačnost. Že najmlajše lahko začnemo vzgajati v tej smeri, saj je to pomembna vrlina za življenje. Pomembna vrednota, ki bi jo morali starši otrokom privzgojiti, je tudi spoštovanje – do ljudi, narave in živali. Že v vrtcu imamo tudi vzgojitelji veliko možnosti, da otroke vzgojimo v prijazne in spoštljive osebnosti.

