

ŽIVJETI
ZDRAVO

SMART FAMILY U VRTIČU
Materijali za
procjenu



HZJZ



neuv^okas
perhe



HEALTH4EU kids
Your Kids' Health, Our Priority



NEST VRTIČ
SLAVUJ

Dobro došli u Smart Family u vrtiću! Materijali za procjenu koji se nalaze pred Vama služe za procjenu djece i obitelji te Vam mogu pružiti mogućnost da unaprijedite vještine, navike i životne stilove iskustvo djece i obitelji koje su dio vaše vrtićke zajednice. Kao djelatnici vrtića, Vi imate ključnu ulogu u stvaranju podržavajućeg okruženja koje potiče rast, razvoj i dobrobit djece, ali i njihovih obitelji.

Smart Family u vrtiću materijali za procjenu nisu samo alat za analizu trenutne razine funkcioniranja djeteta i obitelji. Rezultati koje ćete dobiti ovom procjenom prilika su za dublje razumijevanje potreba i izazova s kojima se susreću djeca i obitelji. Kroz procjenu, imate priliku identificirati područja koja se poticanjem može unaprijediti kao i potrebe za podrškom obitelji u vašem zajedničkom odgojnom putovanju.

Ova brošura pruža Vam smjernice i resurse za učinkovitu primjenu Smart Family procjene u Vašem vrtiću. Kroz proces procjene i planiranja ciljanog poticanja djece, imate priliku izgraditi još snažnije veze s obiteljima, razviti individualizirane pristupe podršci i pridonijeti stvaranju okruženja koje potiče cjelovit razvoj djece.

Smart Family u vrtiću materijali za procjenu ključni su korak prema stvaranju vrtićkog okruženja i zajednice koja podržava i obitelji i djecu.

Pa... neka procjene za zdravlje počnu!



Zvezdani alat za procjenu prehrane djeteta

Zašto koristiti zvezdani alat za procjenu prehrane djeteta?

Zvezdani alat za procjenu prehrane djeteta koristi se kako bismo dobili jasniju sliku o detaljima prehrambenih preferencija, vještina i navika djeteta. Korištenjem ovog alata može se dobiti jasniji uvid o tome kakvo je trenutno ponašanje djeteta za vrijeme obroka, uočiti djetetove vještine i jake strane te područja u prehrani djeteta u kojima je potrebna podrška. Zvezdani alat za procjenu prehrane djeteta možete primjenjivati i više puta te dobiti uvid u promjene koje su nastale u prehrambenim navikama, preferencijama i vještinama djeteta na temelju kojih ćete prilagođavati metode poticanja djeteta.

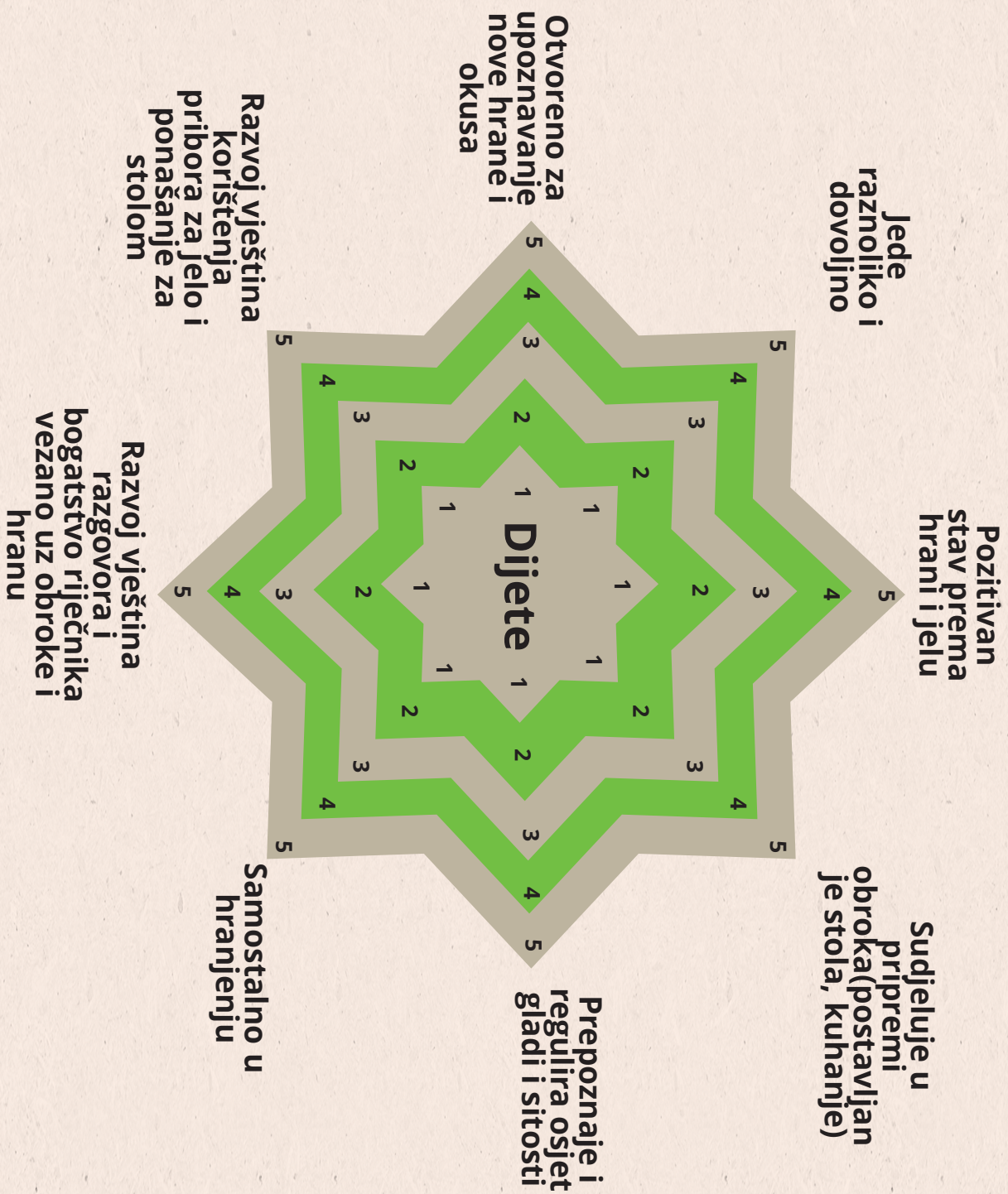
Kako koristiti zvezdani alat za procjenu prehrane djeteta?

Ispišite neispunjeni zvezdani alat za procjenu prehrane djeteta. Zabilježite datum ispunjavanja budući da podaci koje ćete dobiti opisuju trenutno stanje i moguće je da će se razlikovati kroz nekoliko mjeseci, tjedana ili čak dana. Za svaku od navedenih kategorija vještina ili ponašanja zaokružite broj koji najbolje opisuje djetetove prehrambene vještine. Ukoliko je dijete izvrsno u određenom području zaokružite broj 5, a ako treba značajnu podršku zaokružite broj 1. Po ispunjavanju svih kategorija vještina ili ponašanja dobit ćete tzv. "trenutni prehrambeni profil djeteta".

Kako tumačiti zvezdani alat za procjenu prehrane djeteta?

Pogledajte ispunjen zvezdani alat za procjenu prehrane djeteta. Na kojim područjima je dijete ostvarilo rezultat 5, a na kojima 1? Postoje li vještine za koje je dijete na korak prema svladavanju? Na temelju jakih snaga djeteta izradite plan poticanja djeteta. U svakodnevnim situacijama potičite ponašanja na kojima je dijete ostvarilo rezultat 4. Poticanju područja na kojima je dijete ostvarilo rezultat 2 ili 3 pristupite planski. Pokušajte osmisliti zabavne aktivnosti kojima bi poticali razvoj ovih vještina. Ne zaboravite biti pozitivni, poticajni i s oduševljenjem pratiti svaki djetetov pomak unaprijed. Ovisno o vašoj procjeni, neispunjen zvezdani alat za procjenu prehrane djeteta možete dati i roditeljima da ispune te svoje rezultate usporediti s njihovima i na temelju ovog novog uvida planirati poticanje djeteta.

Zvezdani alat za procjenu prehrane djeteta



Datum: _____

Primjer poticanja razvoja prehrane djeteta

Pružanje podrške prehrani. Ostvarimo uspjeh zajedno.

Positivan stav i vještine izražavanja o hrani • Odrasli su ključni u razvoju pozitivnog razgovora o hrani i u jačanju znatiželje • Govor odrasle osobe o hrani: način i stavovi o hrani imaju snažan utjecaj na dijete • Potičite djecu na pozitivan način razgovora o hrani • Ostavite dovoljno vremena za obroke i potičite djecu da izraze svoje mišljenje • Potaknite djecu da si međusobno postavljaju pitanja i izražavaju mišljenja o hrani • Pitajte djecu kako se možemo pristojno izraziti ako nam se hrana ne sviđa • Potičite djecu na pridržavanje dogovora vezanih uz prehranu	Uključenost i vještine hranjenja • U situacijama interakcije vezanim uz hranu svako dijete treba biti bezuvjetno prihvaćeno i cijenjeno • Djeca mogu na razini svoje dobi sudjelovati u pripremi obroka, npr. prekrivanje stola, mazanje vlastitog kruha, čišćenje stola • Odrasla osoba postavlja granice unutar kojih djeca mogu donositi prehrambene izbore • Namještaj i posuđe trebaju biti takvi da omogućuju da djeca sama uzimaju hranu i razvijaju neovisnost • S djecom dogovorite jednostavna i jasna pravila koja uključuju otvorenost prema hrani, hrabrost za kušanje i osjećaj radosti pri jelu	Upoznavanje nove hrane i okusa i samoregulacija prehrane • Svako dijete je drugačije i svako iskustvo se računa – nema ispravnih ili krivih zapazanja o hrani. • Dijete bira i dijeli vlastita iskustva s hranom u skladu s dobi. U isto vrijeme vježba prepoznati i izraziti osjećaj gladi i sitosti. Važno je poštivati djetetove osjećaje. • Potičite djecu na upoznavanje i kušanje novih okusa. Motivacija djece raste ako sami mogu odabrati kušati. • Potičite djecu da uče prepoznati vlastite preferencije okusa – ne moraju voljeti svu hranu. Svatko ima pravo na to i bez isprobavanja i kušanja hrane. • Privikavanje na nove okuse zahtijeva vrijeme. Ključno je biti strpljiv i opušten.	Raznolikost i dovoljna prehrana/ Samostalnost u blagovaonici • Veličina porcija varira ovisno o dobi djeteta. Uz to, svako dijete ima individualne energetske potrebe. Dobro je zapamtiti: potreban energetski unos može se procijeniti samo dugoročno jer se dječja prehrana razlikovati iz dana u dan. • Djetetu treba dopustiti da samo dozira količinu hrane i na taj način potiče razvoj samoregulacije. • Osigurajte dovoljno vremena za obroke • Odustanite vršenja pritiska, tapšanja i moljakanja – dijete može sjediti za stolom kao društvo ako procijeni da mu hrana nije ukusna
---	---	--	--

Uočite dobro u razvoju djeteta i dajte priznanje za čak i male uspjehe

neuv[€]kas perhe



HEALTH4EU kids
Your kids' Health Our Priority

Zvezdani alat za procjenu tjelesne aktivnosti djeteta

Zašto koristiti zvezdani alat za procjenu tjelesne aktivnosti djeteta?

Zvezdani alat za procjenu tjelesne aktivnosti djeteta koristi se kako bismo dobili jasniju sliku o detaljima o ponašanjima, navikama i mogućnostima djeteta za tjelesnu aktivnost. Korištenjem ovog alata može se dobiti jasniji uvid o tome kakva su trenutna ponašanja djeteta vezana uz tjelesnu aktivnost u različitim okruženjima, uočiti djetetove vještine i jake strane te područja u kojima je djetetu potrebna podrška i poticanje. Zvezdani alat za procjenu tjelesne aktivnosti djeteta možete primjenjivati i više puta te dobiti uvid u promjene koje su nastale u navikama i vještinama djeteta na temelju kojih ćete prilagođavati metode poticanja djeteta.

Kako koristiti zvezdani alat za procjenu tjelesne aktivnosti djeteta?

Ispišite neispunjeni zvezdani alat za procjenu tjelesne aktivnosti djeteta. Zabilježite datum ispunjavanja budući da podaci koje ćete dobiti opisuju trenutno stanje i moguće je da će se razlikovati kroz nekoliko mjeseci, tjedana ili čak dana. Za svaku od navedenih kategorija vještina ili ponašanja zaokružite broj koji najbolje opisuje djetetove prehrambene vještine. Ukoliko je dijete izvrsno u određenom području zaokružite broj 5, a ako treba značajnu podršku zaokružite broj 1. Po ispunjavanju svih kategorija vještina ili ponašanja dobit ćete tzv. "trenutni profil tjelesne aktivnosti djeteta".

Kako tumačiti zvezdani alat za procjenu tjelesne aktivnosti djeteta?

Pogledajte ispunjen zvezdani alat za procjenu tjelesne aktivnosti djeteta. Na kojim područjima je dijete ostvarilo rezultat 5, a na kojima 1? Postoje li vještine za koje je dijete na korak prema svladavanju? Na temelju jakih snaga djeteta izradite plan poticanja djeteta. U svakodnevnim situacijama potičite ponašanja na kojima je dijete ostvarilo rezultat 4. Poticanju područja na kojima je dijete ostvarilo rezultat 2 ili 3 pristupite planski. Pokušajte osmisliti zabavne aktivnosti kojima bi poticali razvoj ovih vještina. Ne zaboravite biti pozitivni, poticajni i s oduševljenjem pratiti svaki djetetov pomak unaprijed. Ovisno o vašoj procjeni, neispunjen zvezdani alat za procjenu tjelesne aktivnosti djeteta možete dati i roditeljima da ispunje te svoje rezultate usporediti s njihovima i na temelju ovog novog uvida planirati poticanje djeteta.



Zvezdani alat za procjenu tjelesne aktivnosti djeteta

Pri tjelesnoj aktivnosti djetete je entuzijastično

Dijete ima dopuštenje i hrabrost za iskušavanje novih oblika tjelesne aktivnosti npr. penjanje, skakanje ...

Dijete je tjelesno aktivno na otvorenom i koristi vanjske opreme

Dijete se češće kreće i aktivno igra u odnosu na sjedilačke i pasivne aktivnosti

Obitelji provodi zajedničko vrijeme u tjelesnoj aktivnosti

Dijete je uspješno u usvajanju novih motoričkih vještina npr. hodanje, trčanje, skakanje, ravnoteža, bacanje...

Pohvala odraslih i motivacija pozitivno utječu na tjelesnu aktivnost djeteta

Dijete je dovoljno tjelesno aktivno tijekom dana: u vrtiću, vožnja bicikla, hodanje, aktivnosti u kući

Dijete

Point	Ring 1 (Orange)	Ring 2 (Grey)	Ring 3 (Orange)
1	1	1	1
2	2	2	2
3	3	3	3
4	4	4	4
5	5	5	5

Datum: _____

Zvezdani alat za procjenu spavanja i odmaranja djeteta

Zašto koristiti zvezdani alat za procjenu spavanja i odmaranja djeteta?

Zvezdani alat za procjenu spavanja i odmaranja djeteta koristi se kako bismo dobili jasniju sliku o detaljima o ponašanjima, navikama i mogućnostima djeteta za umirivanje, odmor i spavanje. Korištenjem ovog alata može se dobiti jasniji uvid o tome kakva su trenutna ponašanja djeteta vezana uz odmaranje i spavanje, uočiti djetetove posebnosti i jake strane te područja u kojima je djetetu potrebna podrška i poticanje. Zvezdani alat za procjenu spavanja i odmaranja djeteta možete primjenjivati i više puta te dobiti uvid u promjene koje su nastale u navikama djeteta na temelju kojih ćete prilagođavati metode poticanja djeteta.

Kako koristiti zvezdani alat za procjenu spavanja i odmaranja djeteta?

Ispišite neispunjeni zvezdani alat za procjenu spavanja i odmaranja djeteta. Zabilježite datum ispunjavanja budući da podaci koje ćete dobiti opisuju trenutno stanje i moguće je da će se razlikovati kroz nekoliko mjeseci, tjedana ili čak dana. Za svaku od navedenih kategorija vještina ili ponašanja zaokružite broj koji najbolje opisuje djetetove prehrambene vještine. Ukoliko je dijete izvrsno u određenom području zaokružite broj 5, a ako treba značajnu podršku zaokružite broj 1. Po ispunjavanju svih kategorija vještina ili ponašanja dobit ćete tzv. "trenutni profil spavanja i odmaranja djeteta".

Kako tumačiti zvezdani alat za procjenu spavanja i odmaranja djeteta?

Pogledajte ispunjen zvezdani alat za procjenu spavanja i odmaranja djeteta. Na kojim područjima je dijete ostvarilo rezultat 5, a na kojima 1? Postoje li vještine za koje je dijete na korak prema svladavanju? Na temelju jakih snaga djeteta izradite plan poticanja djeteta i podijelite ga s obitelji. Svakodnevno potičite ponašanja na kojima je dijete ostvarilo rezultat 4. Poticanju područja na kojima je dijete ostvarilo rezultat 2 ili 3 pristupite planski. Pokušajte osmisliti aktivnosti kojima bi poticali razvoj ovih vještina. Ne zaboravite biti pozitivni, poticajni i s oduševljenjem pratiti svaki djetetov pomak unaprijed. Ovisno o vašoj procjeni, neispunjen zvezdani alat za procjenu spavanja i odmaranja djeteta možete dati i roditeljima da ispune te svoje rezultate usporediti s njihovima i na temelju ovog novog uvida planirati poticanje djeteta.



Zvezdani alat za procjenu spavanja i odmora djeteta



Datum: _____

Zvezdani alat za procjenu obitelji

Zašto koristiti zvezdani alat za procjenu obitelji?

Zvezdani alat za procjenu obitelji koristi se kako bismo dobili jasniju sliku o navikama zajedničkog provođenja aktivnosti unutar obitelji. Korištenjem ovog alata može se dobiti jasniji uvid o tome kako obitelj trenutno provodi zajedničko vrijeme, uočiti jake strane obitelji te područja u kojima je obitelji potrebna podrška i poticanje. Zvezdani alat za procjenu obitelji možete primjenjivati i više puta te dobiti uvid u promjene na temelju kojih ćete prilagođavati metode pružanja podrške obitelji.

Kako koristiti zvezdani alat za procjenu obitelji?

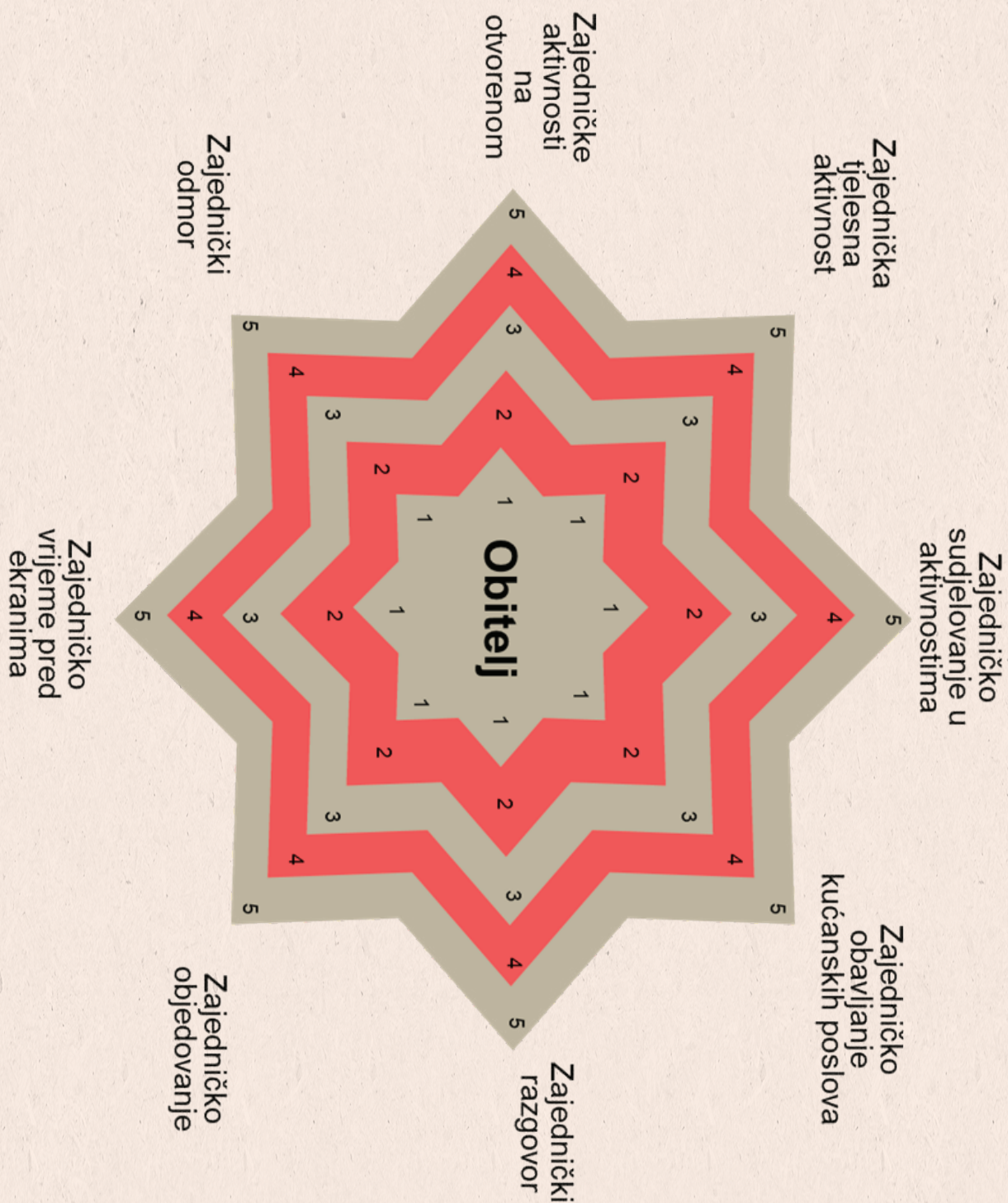
Zvezdani alat za procjenu obitelji uvijek ispunjavajte s obitelji. Možete ga ispuniti s cijelom obitelji ili s pojedinim članovima zasebno kako biste utvrdili razlike u percepciji aktivnosti koje kao obitelj obavljaju zajedno. Ispišite neispunjeni zvezdani alat za procjenu obitelji. Zabilježite datum ispunjavanja budući da podaci koje ćete dobiti opisuju trenutno stanje i moguće je da će se razlikovati kroz nekoliko mjeseci, tjedana ili čak dana. Za svaku od navedenih kategorija zaokružite broj koji najbolje opisuje navike obitelji. Ukoliko obitelj provodi puno vremena u obavljanju pojedine zajedničke aktivnosti u zaokružite broj 5, a ako ne provode vrijeme u pojedinoj aktivnosti zaokružite broj 1. Po ispunjavanju svih kategorija dobit ćete tzv. "trenutni profil obitelji".

Kako tumačiti zvezdani alat za procjenu obitelji?

Pogledajte ispunjen zvezdani alat za procjenu obitelji. Na kojim područjima je obitelj ostvarila rezultat 5, a na kojima 1? Postoje li zajedničke aktivnosti koje bi trebalo poticati unutar obitelji? Pregledajte i komentirajte rezultate zajedno s obitelji. Pokušajte osmisliti zabavne načine na koje ćete poticati obitelji na zajedničko sudjelovanje u aktivnostima. Ne zaboravite biti pozitivni, poticajni i s oduševljenjem pratiti svaki djetetov pomak unaprijed.



Zvezdani alat za procjenu obitelji



Datum: _____



