<u>И З В Е Ш Т А Ј</u>

За дисеминација на обуки врз основа на Модули за здрава исхрана и здрави навики во исхраната во период на раното детство

Октомври - Ноември, 2024

Вовед:

Проектот "Градење здрави навики за исхрана кај децата од предучилишна возраст" започна да се спроведува во месец Декември, 2023 година. Во првата фаза од неговата реализација беа имплементирани следниве проектни активности:

1. Развој и пилотирање на модули за обука за навики за здрава исхрана во раното детство

1.1 Модули за обука за навиките за здрава исхрана во раното детство;

Развиени се модули за обука за персоналот кој работи во градинките, со фокус на здравата исхрана, чија цел е зголемување на знаењето на персоналот во градинките за здрава исхрана и навики за исхрана, како тие се поврзани со здравјето на детето, развојот, учењето, квалитетот на животот и резултатите од животот, како и улогата на градинките во обезбедувањето соодветна исхрана и промовирање на здрави навики за исхрана кај децата и семејствата. Модулите се поделени според нивната намена. Првиот модул го содржи теотерскиот пристап во проблематиката и го сочинуваат четири авторски текстови од експерти од разни области (професори по педагогија, биологија и јавно здравје). Во теоретскиот дел се содржани текстови кои ја разгледуваат и истражуваат здравата исхрана кај децата од предучилишна возраст. Тука се вклучени последни истражувања за дебелината кај деца од 6 до 9 години, како и анализа на просечен дневен внес на нутритивни елементи кај деца од детските градинки на возраст од 4-5 години во четири сезони во годината. Педагошки стратегии во насока на совети и упатства за тоа како возрасните правилно да ги воспитуваат децата на развивање на здрави навики во исхраната на децата. Во теоретската содржина се дадени и насоки за тоа како да се креира стимулативна и позитивна средина во детските градинки за да се обезбеди квалитетна реализација на активности за здрави навики во исхраната кај предучилишни деца.

1.2 Практични едукативни материјали и совети за родители;

Во контекст на оваа активност од Излез 1 развиени се материјали и педагошки пристапи за подучување на малите деца за исхрана со цел моделирање и зајакнување на добрите навики за исхрана за време на оброците, практични интервенции и активности што може да се спроведат во градинката, во согласност со Националната програма за рано учење и развој. Креирани се промотивни материјали флаери за едукација на родителите на децата од предучилишна возраст и преведени на албански и ромски јазик со цел појасна достапност на информациите поврзани со развивање на здрави навики во исхраната кај предучилишните деца. Развиените практични информативни материјали и совети се споделени со родителите, со цел да се поттикне развојот на навиките за здравата исхрана. Истотака во рамките ан оваа активност беа креирани и дополнителни материјали за родители кои имаат за цел да им понудат конкретни практични активности

и совети на родителите за примена на здрави навики во исхраната кај децата. Тие материјали ќе бидат користени како едукативен материјал на Едуино платформата во делот за родители.

1.3. Пилотирање на Модули за обука на вработените во градинката.

Промовирањето на здрави навики во исхраната кај децата од предучилишна возраст бара повеќеслоен пристап кој ги вклучува не само самите деца туку и нивните родители, старателите и вработените во предучилишните установи. Градењето на капацитетите меѓу вработените е од клучно значење за да се осигури дека тие можат ефективно да го поддржат и моделираат здравото однесување во исхраната. Учесниците во обуките беа вработените во детските градинки од сите профили: директори, воспитувачи, стручни работници/соработници, негувателки и готварски кадар.

Затоа, беа спроведени се обуки за градење на капацитети во пилот предучилишни градинки, со цел создавање на поддржувачка и едукативна средина која поттикнува практики за здрава исхрана за децата од предучилишна возраст. Истражувањето кое се спроведе во три пилот градинки опфати и градинка во ромскиот дел на градот, каде учат и се згрижуваат деца од ромска националност:

- ЈУДГ " 25 Мај "- Скопје;
- ЈОУДГ "Наша иднина"- Прилеп;
- ЈОУДГ "8 Април" – Скопје;
- ЈОУДГ "Гоце Делчев" општина Илинден - Скопје

Откако заврши процесот на пилотирање во месец мај 2024 година, беа креирани алатки за следење и мониторинг на работата во овие градинки. Сите објекти од 4те установи добија задача да креираат активности и да пополнат Формулар за мониторинг за реализирани активности подржани со слики. Рецептите за здрави закуски и ужинки беа креирани од страна на готварскиот кадар и негувателките, кои истотака ги пратија на увид. Рецептурите се во согласност со Парвилникот за исхрана во детските градинки. Сето тоа е со цел идејата да се шири и кон другите градинки и да се воспостави вмрежување на различки рецепти кои ќе може да бидат на увид на други градинки за креирање на менија за исхрана. Во овој период се изврши и ревидирање на содржината од модулите кои беа осмислени во форма на прирачник за вработените во предучилишните установи. Со оваа последна активност воедно се заврши и првиот дел од реализација на проектините активности предвидени во Излез 1. Детални информации за фазата на пилотирање се содржат во **Извештај за пилотирање на модули во детски градинки** и **Евалуација од практичната имплементација на модулите.**

2. Воведување на обука за навики за здрава исхрана во предучилишните установи низ земјата

2.1. Обука за обучувачи од професионалните заедници за учење низ земјата

Во текот на септември 2024 година настапи следната активност која имаше за цел да се обучат дисеминатори/обучувачи за дисеминација на пилот обуките од мај 2024 година. Беа повикани 25 воспитувачи членови на Здружението Едуленд од целата земја на дводневна обука. Пред отпочнувањето на обуката за обучувачи се појави потреба од

вклучување на обучувачки од албанска националност чија оправданост се базираше на подобро разбирање на содржините од прирачникот. Пред отпочнувањето на процесот на дисеминација беа ангажирани 31 воспитувач/обучувач. Во рамките на оваа активност, беше одржан состанок со директорите од градинките и стручните работници. На оваа онлајн средба се обрати и ресорното министерство од секторот за детска заштита. Целтта на средбата беше да се запознаат директорите со планираните активности за имплементација на модулите за здрава исхрана кај предучилишни деца и да обезбедат простор за реализација на дисеминациски обуки во време кое најдобро одговара на нивните секојдневни активности со децата и расположливиот персонал во установата. Иако беше планирано дисеминациските обуки да се одржуваат во неработен ден, повеќето директори овие обуки ги организираа во период на работното време на песоналот со цел сите подеднакво да бидат опфатени. Обуките беа компресирани во еднодневна обука во неколку групи. Според редовните работни обврски првата група ја сочинуваше готварски персонал и негувателки, а втората група воспитувачки и стручни работници/соработници. Директорите во Планот за дисеминација одредија колку денови обука е потребна во секоја установа за да се покрие целиот персонал. Планот за дисеминација е успешно креиран со датуми во предвидениот рок за реализација на обуките.

ДАТУМИ ЗА ДИСЕМИНАЦИСКИ ОБУКИ

Бр.	Општина	Детска Градинка	Број на Објекти	Негуватели	Воспитувачи	Стручен Кадар	Готварски Кадар	Вкупно вработени:	Денови Обука	Датуми за Дисеминациски Обуки
1	Велес	Димче Мирчев	8	64	28	4	14	110	3	21.10.2024 24.10.2024 25.10.2024
2	Неготино	Фемо Кулаков	3	36	21	5	7	69	1	30.10 2024
3	Кочани	Павлина Велјановска	5	37	25	4	11	77	2	19.11.2024 20.11.2024
4	Радовиш	Ацо Караманов	3	23	23	2	5	53	1	16.11.2024
5	Гевгелија	Детска радост	7	47	29	3	11	90	2	14.11.2024 15.11.2024
6	Куманово	Ангел Шајче	8	97	53	10	12	172	3	05.11.2024 12.11.2024 14.11.2024
7	Дебар	Брешиа	2	24	17	4	6	51	1+1 вк 1 ден	2.11.2024
8	Гостивар	Детска радост	5	35	32	3	12	82	1+1 вк 1 ден	24.10.2024
9	Струга	8 март	2	32	21	3	8	64	1+1 вк 1 ден	18.10.2024
10	Штип	Астибо	5	47	33	4	9	93	2	21.10.2024 22.10.2024
11	Охрид	Јасна Ристеска	9	53	41	5	11	110	3	15.10.2024 16.10.2024 17.10.2024
12	Битола	Мајски цвет	7	36	29	4	11	80	2	15.10.2024 16.10.2024
13	Кавадарци	Рада Поцева	7	80	41	7	16	144	4	11.11.2024

										12.11.2024 18.11.2024 19.11.2024
14	Тетово	Младост	6	62	40	5	10	117	2	6.11.2024 7.11.2024
15	Кичево	Олга Мицевска	3	22	14	1	5	42	1	19.10.2024
16	Струмица	Детска радост	7	50	46	7	21	124	3	04.11.2024 05.11.2024 06.11 2024
17	Чаир-Скопје	Фидани	5	49	53	9	16	127	3+1 вк 4	29.10.2024 30.10.2024 31.10.2024 01.11.2024
18	Центар-Скопје	Р.Ј.Корчагин	3	30	19	4	5	61	1	9.11.2024
19	Центар-Скопје	Кочо Рацин	4	41	33	9	9	92	2	28.10.2024 29.10.2024
20	Ѓ.Петров-Скопје	Росица	6	74	28	4	16	122	4	28.10.2024 29.10.2024 30.10.2024 31.10.2024
21	Г.Баба-Скопје	Детска радост	5	35	23	4	8	70	2	21.10.2024
22	Бутел-Скопје	11 Октомври	5	45	29	4	11	89	2	02.11.2024 09.11.2024
23	Карпош-Скопје	Пролет	4	42	23	4	5	74	2	11.11.2024 12.11.2024
24	Карпош-Скопје	Мајски цвет	4	32	25	4	9	70	2	18.10.2024
25	Аеродорм - Скопје	Буба Мара	6	71	29	9	17	126	3	19.11.2024 20.11.2024 21.11.2024
26	Аеродорм - Скопје	Срничка	6	79	51	11	17	158	3	19.11.2024 20.11.2024 21.11.2024
27	К.Вода-Скопје	Весели Цветови	7	54	34	6	11	105	3	5.11.2024 6.11.2024 7.11.2024
28	К.Вода-Скопје	8 Март	7	66	36	3	18	123	3	18.10.2024 24.10.2024 06.11.2024
29	Центар - Скопје	13 Ноември	4	55	28	7	10	100	2	24.10.2024 25.10..2024
30	Карпош - Скопје	Распеана Младост	2	16	10	5	4	35	1	16.11.2024
31	Чаир - Скопје	Снежана	2	38	26	5	9	78	1+1 вк 2дена	24.10.2024 25.10.2024

2.2. Дисеминација на обуки во 31 предучилишна установа низ државата

Од средината на месец октомври, се до крајот на месец ноември се дисеминираа обуки за здрава исхрана и стекнување на здрави навики во исхраната. Еднодневните обуки за вработените во предучилишните установи од сите профили на вработени (вработени во кујните, негователи, воспитувачи и стручен кадар) беа реализирани на тема:

“Развивање на здрави навики кај децата од предучилишна возраст”, во следните градинки:

Бр.	Општина	Детска градинка	мејлови
1.	Велес	Димче Мирчев	gradinkaveles@gmail.com
2.	Неготино	Фемо Кулаков	femokulakov@gmail.com
3.	Кочани	Павлина Велјановска	pavlinaveljanova@gmail.com
4.	Радовиш	Ацо Караманов	gradinkaradovis@yahoo.com
5.	Гевгелија	Детска радост	dradost@yahoo.com
6.	Куманово	Ангел Шајче	angel.sajce@gmail.com
7.	Дебар	Брешиа	breshiadebar@yahoo.com
8.	Гостивар	Детска радост	detskaradost.gv@hotmail.com
9.	Струга	8 март	gradinkadielli@hotmail.com
10.	Штип	Астибо	dgastibo@gmail.com
11.	Охрид	Јасна Ристеска	jasna.risteska@yahoo.com
12.	Битола	Мајски цвет	majskicvetbt@gmail.com
13.	Кавадарци	Рада Поцева	ju.rpoceva@yahoo.com
14.	Тетово	Младост	ojudg-mladost@outlook.com
15.	Кичево	Олга Мицевска	olga_miceska@yahoo.com
16.	Струмица	Детска радост	gradinkastrumica@gmail.com
17.	Чаир-Скопје	Фидани	fidani.gradinka@hotmail.com
18.	Центар-Скопје	Р.Ј.Корчагин	judgkorcagin@gmail.com
19.	Центар-Скопје	Кочо Рацин	judgockocoracin@yahoo.com
20.	Ѓ.Петров-Скопје	Росица	gradinkarosica@yahoo.com
21.	Г.Баба-Скопје	Детска радост	detskaradost@hotmail.com
22.	Бутел-Скопје	11 Октомври	joudg11oktomvri@gmail.com
23.	Карпош-Скопје	Пролет	gradinkaprolet@yahoo.com
24.	Карпош-Скопје	Мајски цвет	majskicvetskopje@gmail.com

25.	Аеродорм -Скопје	Буба Мара	judgbubamara@gmail.com
26.	Аеродорм -Скопје	Срничка	gradinka.srnicka@gmail.com
27.	К.Вода-Скопје	Весели Цветови	jdg.veselicvetovi@gmail.com
28.	К.Вода-Скопје	8 Март	info@jdg-8mart-skopje.org.mk
29.	Центар - скопје	13 Ноември	judgoc13noemvri@gmail.com
30.	Карпош - Скопје	Распеана Младост	raspeana@yahoo.com
31.	Чаир - Скопје	Снежана	gradinkasnezana@gmail.com

Обучувачките во најголем дел ги покриваа установите каде што се вработени, а некои од нив патуваа со цел да дисеминираат обуки во други градинки низ државата при што беше потребно и да патуваат. Обучувачките опфатени во пилот градинките истотака се вклучија во процесот на дисеминација. Истотака во процесот на дисеминација беа вклучени и техничките експерти со цел поддршка на обучувачите во реализацијата на обуките. Не беа евидентирани потешкотии во планирањето на реализација на обуките. сите вклучени во дисеминацискиот процес на крајот пополнија Извештај за реализација на дисеминациски обуки во 31 градинка со голем капацитет низ државата.

https://docs.google.com/forms/d/1oZ8SGUtE52i8wOi-Wx9RNU4XkXG4E9flJVgADhZQga8/edit

ПРОГРАМА И МЕТОДОЛОГИЈА НА ОБУКИТЕ

Во текот на еднодневните обуки за вработените во предучилишните установи: "Развивање на здрави навики кај децата од предучилишна возраст", беа опфатени следните тематски подрачја (Прилог 1 Агенда) :

- Предизвици поврзани со исхраната во општество и детските градинки
- Педагошки пристапи и исхраната во градинките
- Здрава храна + здрави навики = здрави деца
- Запознавање со Практичен дел на прирачникот за Здрава исхрана за вработените во предучилишните установи- "Волшебната чинија"
- "Еден ден во занималната"- работилница со воспитувачи

Содржините на обуките се презентираа преку различни обучувачки методи (слајд презентации, работа во група, индивидулана работа, пленарни дискусии, бура на идеи, вежби за подигнување на енергијата и расположените во групата, сценарија и драматизација на приказни од прирачникот).
Користењето на различните обучувачки методи имаше за цел да ја зајакне интеракцијата помеѓу обучувачите и учесниците и да ја олесни дискусијата и активната партиципација на учесниците во текот на обуката.
На крајот, секоја група воспитувачи од објектите на секоја установа, изготви Акциски план за реализација на работилници за здравата исхрана и развивањето на здрави

навики во исхраната на децата со цел обезбедување на одржливост на стекнатите знаења во следната 2025 година. (Прилог бр. 2)

РЕФЛЕКСИЈА НА ОБУЧУВАЧИТЕ И ТЕХНИЧКИТЕ ЕКСПЕРТИ ЗА ДИСЕМИНАЦИСКИТЕ ОБУКИ:

Воспитувачите од колегијалната поддршка и техничките експерти имаа можност да ги пренесат своите искуства од реализацијата на дисиминациската обука, преку извештај во кој дадоа своја рефлексија за изработеното.

На почетокот, дадоа опис за начинот на одвивање на планираните дисеминациски обуки во поглед на организацијата на времето и содржините. Учесниците наведоа дека обуките поминале одлично, временски според предвидениот план, содржините биле соодветни, интересни и поучни, го задржаале вниманието на учесниците и поттикнале многу дискусии. Нивните коментари укажуваат на задоволство од презентациите, работата во групи, квизовите, излагањата од колешките, зумбата, игри кои можат да ги практикуваат со децата и сл.

Активности за десиминациски обуки се реализирале во планираните временски термини според Агендата. Во првиот дел наменет за негувателки, најмногу биле фокусирани на “Предизвиците поврзани со исхраната”. Исто така, се посветило внимание на упатствата и советите за промовирање на здравата исхрана кај децата од предучилишна возраст, кои со воспитувачите особено биле добро разработени, вклучувајќи ги и презентациите насловени како “Педагошки пристапи и исхраната во градинките”. Со задоволство се вклучиле во сите вежби за кохезија во групата, вежби поврзани со содржините, драматизација, потполнување на фромулар-Акционен план. Најголем интерес, според анализата на нивните коментари, покажаа за Прирачникот, содржината и практичните алатки за полесно стимулирање и развивање здрав однос кон храната.

Предлог агендата била добра насока за планирање на времето за дисиминација, така што имале олеснување со подготовките и планирање на време за реализација. Вака испланираното време било соодветно со предвидените содржини и се течело според планираното.

На прашањето: "Што би издвоиле како особено ефективен пристап и содржина во рамките на овие активности?" најголемиот дел од нив го наведуваа практичниот дел од обуките ,во кој воспитувачите имаа можност да креираат активности со кои им беше овозможени да ги внесат иновативните моменти од обуката.Особено ефективен бил пристап на потврдување на кажаното со научните факти и аргументи кои беа дел од презентаците.За негователскиот кадар беше интересно што можеа да работат заедно со вработените од кујната и да споделуваат рецешти од здрави состојќи при планирањето на едно дневно мени во градинка.

Најголем предизвик во реализирањето на обуките било овозможување на присутност на сите негователи ,поради недостаток на персонал, но на крајот и ова било надминато со поддршка од управителите на предушилишните установи и почитување на нивниот предлог во креирањето на Агендата.

Заклучоци од рефлексијата:

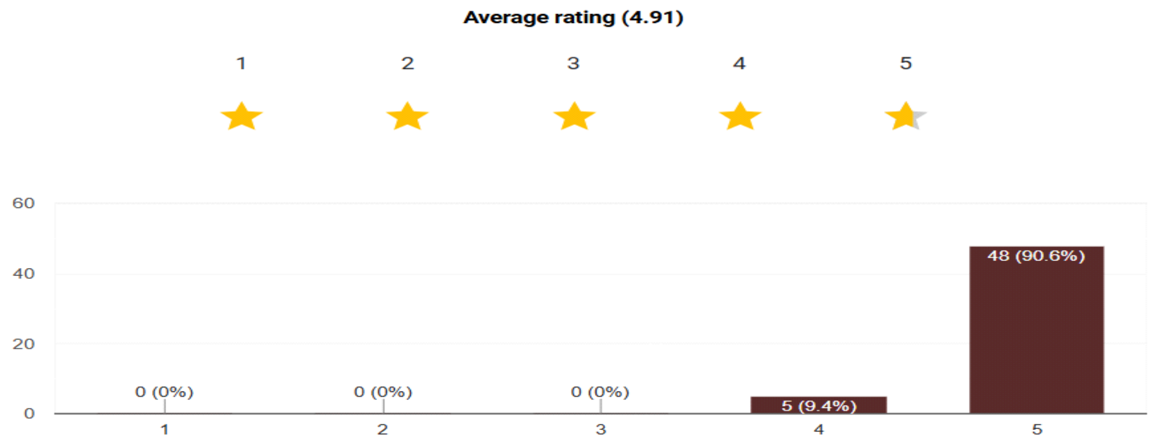
Обуката беше добро осмислена и доби на значење со тоа што беше вклучен целиот персонал. Многу стереотипи беа разбудени со факти и интеракција од вработените, во смисла на убедувања која храна се подготвува и им се нуди на децата во градинката и каде се случуваат погрешни пристапи во текот на оброците. Навремената организација вложи со позитивни резултати. Сите вработени се сложија дека "Здрава храна + Здрави навики = Здрави деца" е заедничка цел. Дел од колешките си разменија позитивни практики за работа со децата во занимална, активности, игри... Единствено забележаа дека треба повеќе заложба за вклучување на родителите.

Воспитно-образовниот кадар вработен во градинките во помалите општини се спремни за професионален развој, соработка и размена на искуства. Се радуваат на секоја можност да научат нови работи, покажуваат посебен интерес и несебично се вложуваат. Дисеминациските обуки предизвикаа особен интерес кај вработените од сите опфатени структури во градинката.

На воспитно-образовниот кадар во градинките им треба поттикнување за работа во тим. Најчест проблем е иницијативата. Вообичаено се плашат да дадат иницијатива, затоа што потоа од иницијаторот се очекува дополнителна работа и секогаш врз него паѓа товарот при реализација на активноста.

Темата за здрава исхрана, како и на кој начин ќе се имплементира во воспитно образовната работа во градинката, во работа со децата во соработка со стручната служба и родителите, најмногу зависи од воспитувачот. Тој треба да биде иницијатор кој ќе предложи повеќе игри и активности во среднорочните планирања, без разлика на темата која во моментот се реализира во воспитната група.

Во прилог на текстот, следува графички приказ од дадените оценки за евалуација на дисиминациските обуки од страна на обучувачите и техничките експерти.



Линк до Извештајот за дисеминациски обуки:

https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSc1QdUGXk4ztIrOkTOm8aAeQQfIoOW0IfyD2VcufOxyFctDuA/viewform?usp=pp_url

СТАТИСТИЧКИ ПОДАТОЦИ ЗА УЧЕСНИЦИ ВО ДИСЕМИНАЦИСКИ ОБУКИ

Во фазата на имплементација на еднодневната обука за вработените во 31 градинка низ државата беа опфатени вкупно 2811 лица и 304 вработени лица од фазата на пилотирање во градинките. Вкупно учесници вклучени во дисеминациски и пилот обуки за „Развивање здрави навики кај децата од предучилишна возраст“ се 3115.

Во понатамошната анализа на статистичките податоци за вработените учесници во дисеминациски обуки се вклучени сите профили (воспитувачи, стручен кадар, негувателки и готварски кадар) од 31 предучилишна установа и 4 пилот градинки.

https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSdoo-w0oXOJrruKv2a1S_NohHLV5eDpJEVHV6Vh6tnz4-SC4A/viewform?usp=pp_url

Табела 1. Анализа на вкупен број на учесници во дисеминациски обуки по профили:

Број на учесници во фаза на дисеминација											
воспитувачи			**стручен кадар**			**негувателки**			**готварски кадар**		
м	ж	вкупно	м	ж	вкупно	м	ж	вкупно	м	ж	вкупно
3	940	**943**	12	99	**111**	1	1427	**1428**	18	311	**329**
Вкупно	**2811**										

Табела 2. Анализа на број на учесници во дисеминациски обуки по профили и националност:

Анализа на број на учесници според националност							
	македонци	**албанци**	**роми**	**турци**	**власи**	**друго**	**вкупно**
Воспитувачи	794	118	1	10	8	12	**943**
Стручен кадар	85	16	0	2	0	8	**111**
Негувателки	1187	196	9	10	9	17	**1428**
Готварски кадара	275	40	0	3	3	8	**329**
Вкупно	**2341**	**370**	**10**	**25**	**20**	**45**	**2811**

Од статистичките податоци може да се забележи дека вработените обучени во фазата на дисеминација,во детските градинки ќе опфатат вкупно 26.815 деца и нивните семејства.

Од мониторингот и евалуацијата на пилот обуките кои се одржаа во мај 2024 година во 4 градинки опфатени се вкупно 2722 деца и нивните семејства.

Број на учесници во фаза на пилотирање											
Готварски кадар			**Негователи**			**Воспитувачи**			**Стручен тим**		
35	ж	м	**145**	ж	м	**117**	ж	м	**7**	ж	м
	33	2		145			116	1		7	0
Вкупно	**304**										

КВАНТИТАТИВНО КВАЛИТАТИВНА АНАЛИЗА НА ЕВАЛУАЦИИ ОД УЧЕСНИЦИ ВО ДИСЕМИНАЦИСКИ ОБУКИ

Учесниците по одржаните обуки пополнија и Евалуациски лист во кој ги забележаа најважните впечатоци. Од 2811 лица вклучени во обуките само 1237 пополнија електронски евалуациски лист на македонски и албански јазик. Евалуацискиот лист (Прилог 2) го пополнуваа учесниците кои ја сочинуваа последната група на еднодневната обука (943 воспитувачи, 111 стручни работници/соработници и 183 негувателки). Кон текстот следи анализа на добиените податоци.

1. Анализа на податоците за целите на обуката

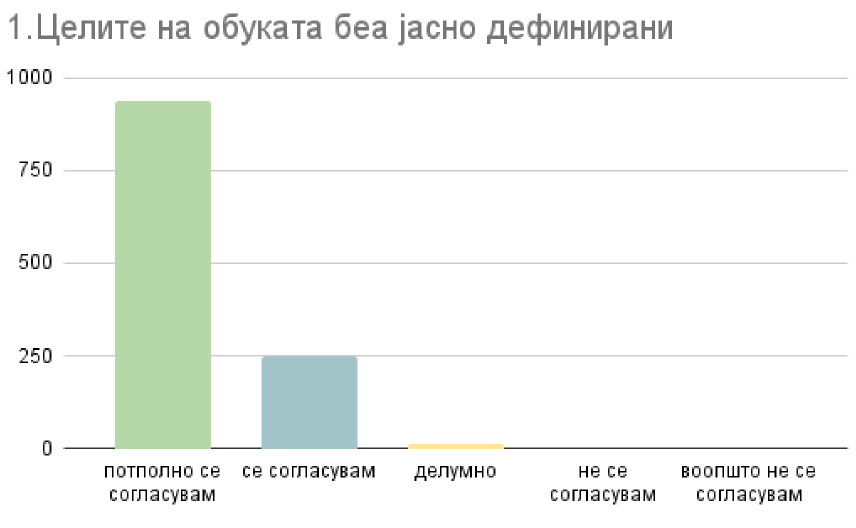
Податоците ја прикажуваат оценката за тоа колку биле јасно дефинирани целите на обуката, при што е наведена распределбата на одговорите по категории. Еве кратко објаснување и толкување:

На прашањето:

1.Целите на обуката беа јасно дефинирани/Qëllimet e trajnimit ishin qartë të përkufizuara

99.1% од испитаниците дале позитивни одговори и се согласуваат дека целите на обуката биле јасно дефинирани („Потполно се согласувам“ и „Се согласувам“). Најголем дел од испитаниците (937 или 78.5%) целосно се согласуваат. Само 0.8% од испитаниците одговориле „Делумно“, што сугерира многу мала несигурност или простор за подобрување. Не е забележан ниту еден одговор во категориите „Не се согласувам“ и „Воопшто не се согласувам“.

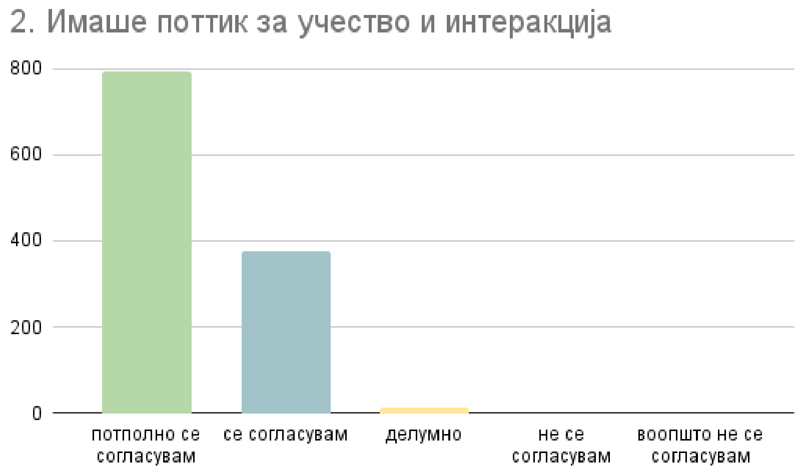
Податоците од одговорите на првото прашање, укажуваат на исклучително позитивно мислење за јасноста на целите на обуката. Големиот процент на согласност, во комбинација со отсуство на негативни оценки, укажува дека целите на обуката биле јасно разбрани од страна на учесниците.



На прашањето: 2. Имаше поттик за учество и интеракција/ Kishte nxitje për pjesëmarrje dhe bashkëveprim

Вкупно 98.5% од испитаниците изразиле позитивно мислење („Потполно се согласувам“ и „Се согласувам“). Најголем дел (796 или 66.8%) целосно се согласуваат дека имало поттик за учество и интеракција. Мал број делумно согласни т.е само 1.2% од испитаниците одговориле „Делумно“, што укажува на мал простор за подобрување. Нема негативни оценки: категориите „Не се согласувам“ и „Воопшто не се согласувам“ немаат ниту еден одговор, што укажува на општо задоволство.

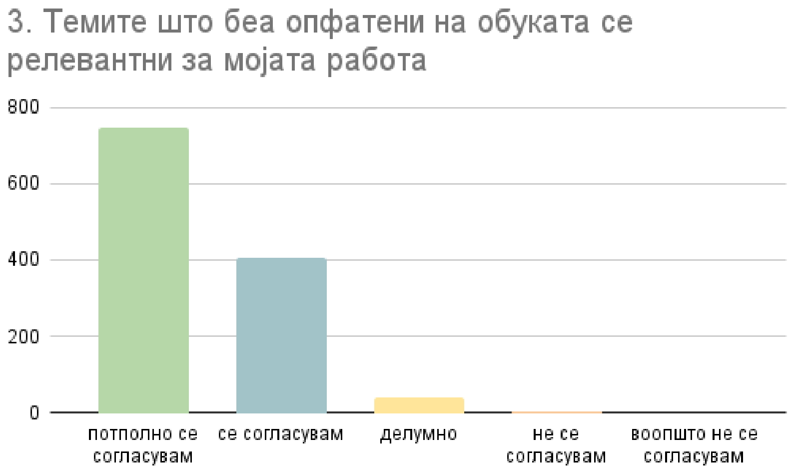
Податоците покажуваат дека обуката успешно го поттикнала учеството и интеракцијата меѓу учесниците. Големиот процент на позитивни одговори (речиси 99%) и отсуството на негативни оценки сугерираат дека методологијата и активностите биле ефективни за ангажирање на присутните.



На прашањето: 3. Темите што беа опфатени на обуката се релевантни за мојата работа/Temat e përfshira në trajnime janë relevante për punën time

Вкупно 96.5% од испитаниците позитивно ја оцениле релевантноста на темите за нивната работа, од кои: 62.6% целосно се согласуваат, 33.9% се согласуваат. Постојат мал број несигурни одговори: 3.4% од испитаниците одговориле „Делумно“, што укажува на мали разлики во перцепцијата за релевантноста. Минимален број негативни оценки: Само 0.2% од испитаниците (2) одговориле „Не се согласувам“, што укажува дека речиси сите учесници сметаат дека темите се релевантни. Нема одговори „Воопшто не се согласувам“.

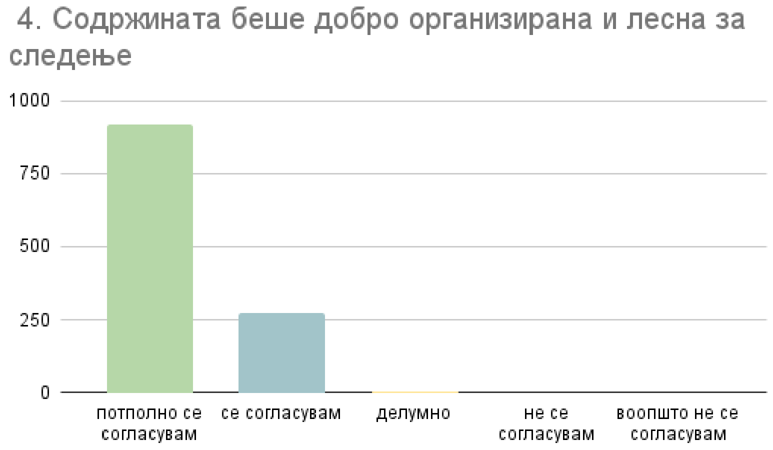
Темите опфатени на обуката се сметаат за високо релевантни за работата на учесниците, со доминација на позитивни оценки (речиси 97%) и минимално незадоволство. Ова укажува дека изборот на теми е добро усогласен со потребите и очекувањата на учесниците.



На прашањето: 4. Содржината беше добро организирана и лесна за следење/Përmbajtja ishte e organizuar mirë dhe e lehtë për t'u ndjekur

Вкупно 100.2% од испитаниците позитивно ја оцениле организацијата и важноста на содржината 77.3% од испитаниците целосно се согласуваат, а 22.9% се согласуваат, што покажува висока оценка за квалитетот на организацијата. Сепак постои мал простор за подобрување само 0.5% од испитаниците одговориле „Делумно“, што укажува на минимални забелешки. За категориите „Не се согласувам“ и „Воопшто не се согласувам“ нема ниту еден одговор, што укажува на целосно отсуство на незадоволство.

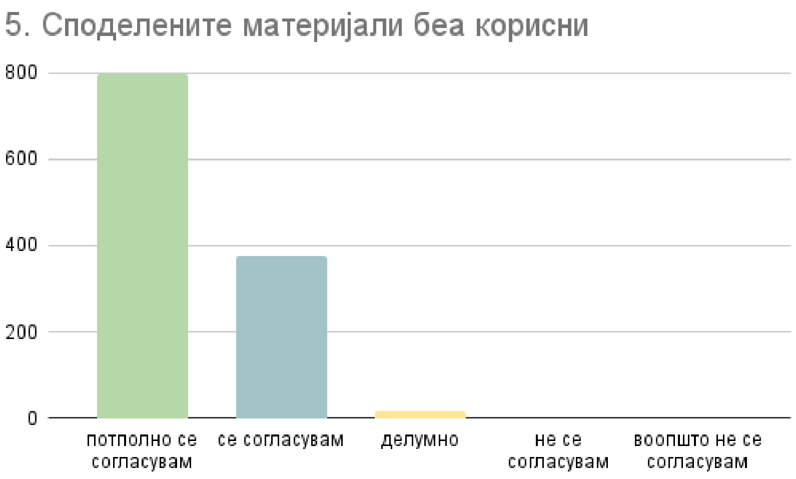
Содржината на обуката е оценета како добро организирана и лесна за следење од огромното мнозинство на испитаниците (над 99%). Ова укажува дека структурата и презентацијата на материјалот биле високо ефективни, при што само минимален број учесници сметале дека има простор за подобрување.



На прашањето: 5. Споделените материјали беа корисни/Materialet e ndara ishin të dobishme, Вкупно 98.5% од испитаниците позитивно ја оцениле корисноста на споделените материјали („Потполно се согласувам“ и „Се согласувам“). Најголем дел од испитаниците (796 или 66.8%) целосно се согласуваат со тоа дека материјалите биле корисни. Мал број несигурни одговори: Само 1.4% од испитаниците одговориле „Делумно“, што укажува на мал број случаи каде материјалите можеби не биле целосно

применливи. Ниту еден од испитаниците не одговорил „Не се согласувам“ или „Воопшто не се согласувам“, што сугерира целосно отсуство на незадоволство.

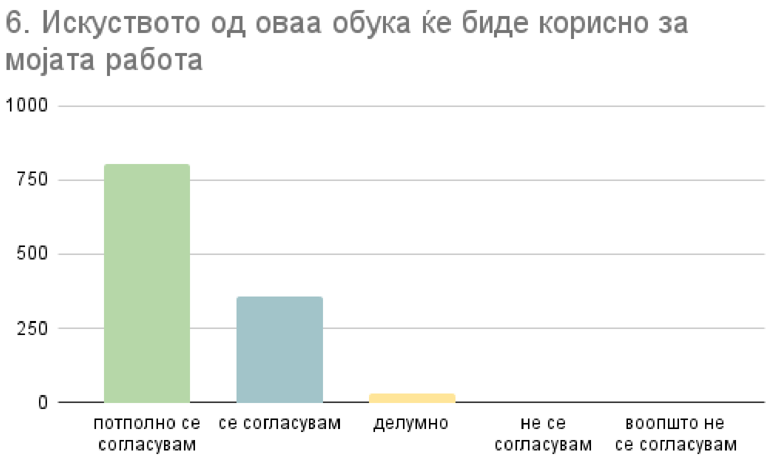
Споделените материјали се оценети како корисни од мнозинството учесници, со над 98% позитивни одговори и само минимален процент делумна согласност (1.4%). Отсуството на негативни оценки укажува на тоа дека материјалите биле релевантни и добро подготвени, исполнувајќи ги потребите на учесниците.



На следното прашање 6. Искуството од оваа обука ќе биде корисно за мојата работа/Përvoja nga ky trajnim do të jetë e dobishme për punën time

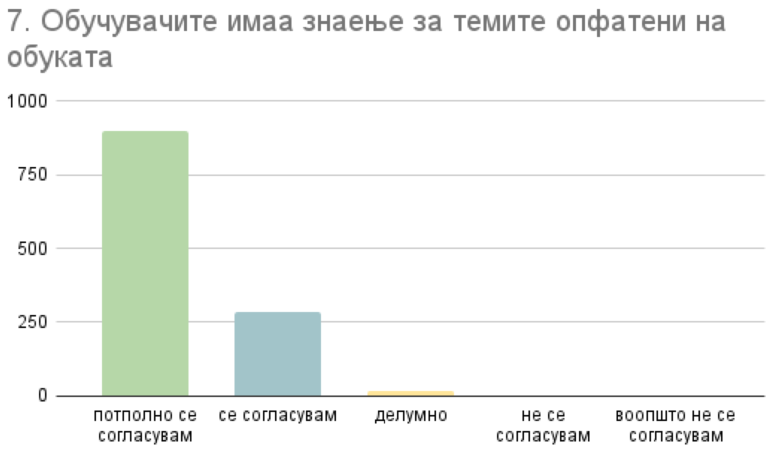
Најголем процент на испитаници одговориле дека знаењата стекнати на обуката ќе имаат високо применливо значење во нивната работа со децата. 97.3% од испитаниците позитивно оцениле дека искуството од обуката ќе биде корисно за нивната работа („Потполно се согласувам“ и „Се согласувам“). 67.3% од учесниците целосно се согласуваат, што покажува силна верба во корисноста на стекнатото знаење. Посои и простор за подобрување т.е 2.6% од испитаниците одговориле „Делумно“, што укажува на мал процент на учесници кои не се целосно уверени во применливоста на искуството. Само 0.1% од испитаниците одговориле „Не се согласувам“. Нема одговори „Воопшто не се согласувам“.

Искуството од обуката е оценето како високо корисно за работата на учесниците, со доминација на позитивни одговори (над 97%) и само еден изолиран случај на негативна оцена. Ова укажува дека содржините и активностите на обуката биле релевантни и директно применливи за професионалните потреби на учесниците.



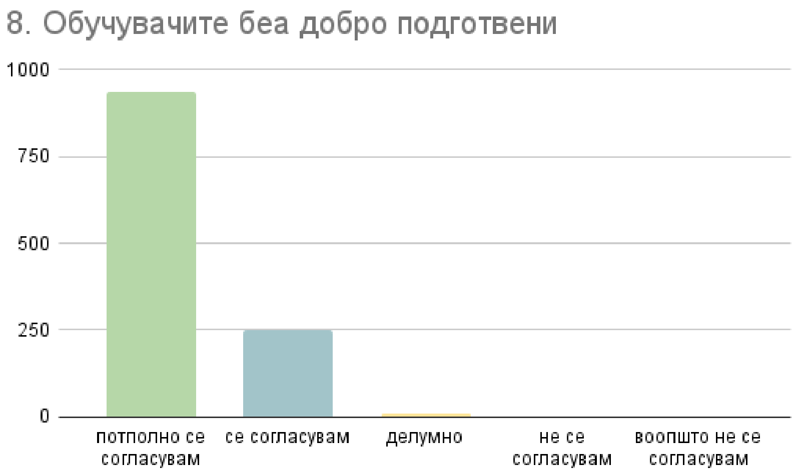
На прашањето: 7. Обучувачите имаа знаење за темите опфатени на обуката/Trajnuesit kishin njohuri për temat e përfshira në trajnim, 98.7% од испитаниците позитивно ја оцениле компетентноста на обучувачите („Потполно се согласувам“ и „Се согласувам“). 74.9% од испитаниците целосно се согласуваат дека обучувачите имале доволно знаење за темите. Само 1.3% од испитаниците (15) одговориле „Делумно“, што сугерира дека иако мнозинството има високо мнение за знаењето на обучувачите, има неколку случаи каде можеби постоела незначителна забелешка. Не е забележан ниту еден негативен одговор („Не се согласувам“ или „Воопшто не се согласувам“).

Обучувачите се оценети како високо компетентни и добро информирани за темите што ги предаваат. Висок процент (над 98%) од учесниците сметаат дека обучувачите имале доволно знаење, што укажува на тоа дека обуката била добро подготвена и професионално водена.



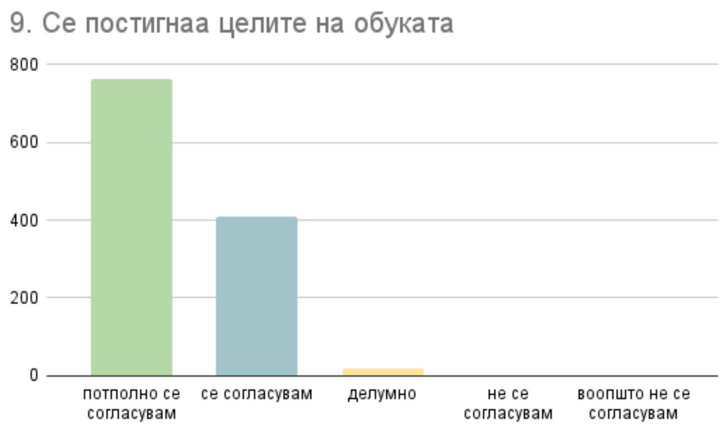
На прашањето: 8. Обучувачите беа добро подготвени/Trajnuesit ishin të përgatitur mirë, постои исклучително висока оценка за подготвеност. Вкупно 99.0% од испитаниците („Потполно се согласувам“ и „Се согласувам“) позитивно ја оцениле подготвеноста на обучувачите. Најголем дел од испитаниците (78.3%) целосно се согласуваат дека обучувачите биле добро подготвени. Постојат мал број несигурни одговори: Само 0.8% од испитаниците (9) одговориле „Делумно“, што укажува на изолирани случаи каде подготвеноста на обучувачите не ги исполнила целосно очекувањата. Ниту еден учесник не одговорил „Не се согласувам“ или „Воопшто не се согласувам“.

Подготвеноста на обучувачите е оценета како исклучително висока од страна на испитаниците, со над 99% позитивни одговори. Ова покажува дека обучувачите вложиле значителен труд во подготовката, обезбедувајќи квалитетна и добро организирана обука. Отсуството на негативни оценки дополнително ја потврдува нивната професионалност.



На прашањето: 9. Се постигнаа целите на обуката/Janë përmbushur qëllimet e trajnimit, 98.1% од испитаниците позитивно ја оцениле обуката како успешна во постигнување на нејзините цели („Потполно се согласувам“ и „Се согласувам“). 63.9% од испитаниците целосно се согласуваат дека целите се постигнати. 34.2% изразиле согласност, што дополнително ја потврдува ефикасноста на обуката. Постојат мал број несигурни и негативни одговори и тоа само 1.7% од испитаниците (20) одговориле „Делумно“, што укажува на мали несигурности кај одредени учесници за целосното постигнување на целите. Постои само еден негативен одговор („Не се согласувам“), што е занемарливо. Категоријата „Воопшто не се согласувам“ нема ниту еден одговор.

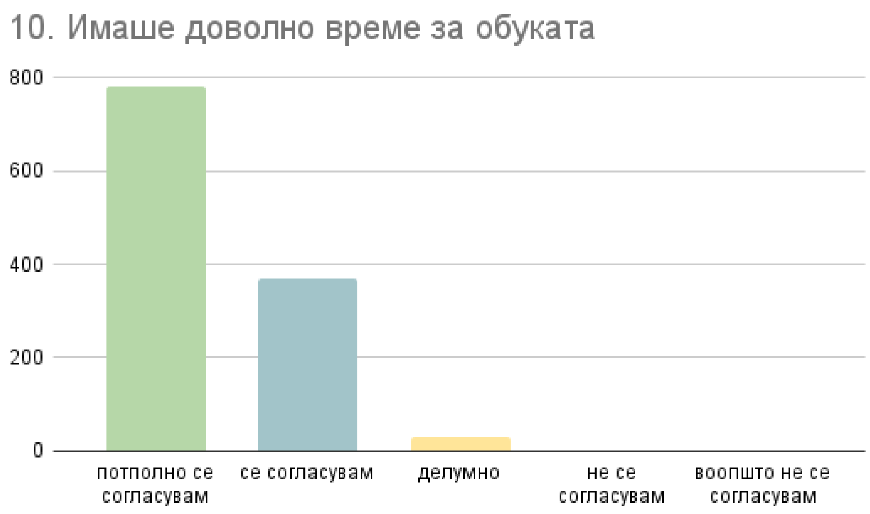
Целите на обуката се оценети како успешно постигнати, со над 98% позитивни одговори. Малиот број делумни и негативни одговори сугерира дека програмата може да има минимален простор за подобрување, но воопшто не го поткопува нејзиниот целокупен успех. Ова покажува дека обуката генерално ги исполнила очекувањата на учесниците.



На прашањето: 10. Имаше доволно време за обуката/Kishte kohë të mjaftueshme për realizim të trajnimit, 96.6% од испитаниците позитивно го оцениле времетраењето на

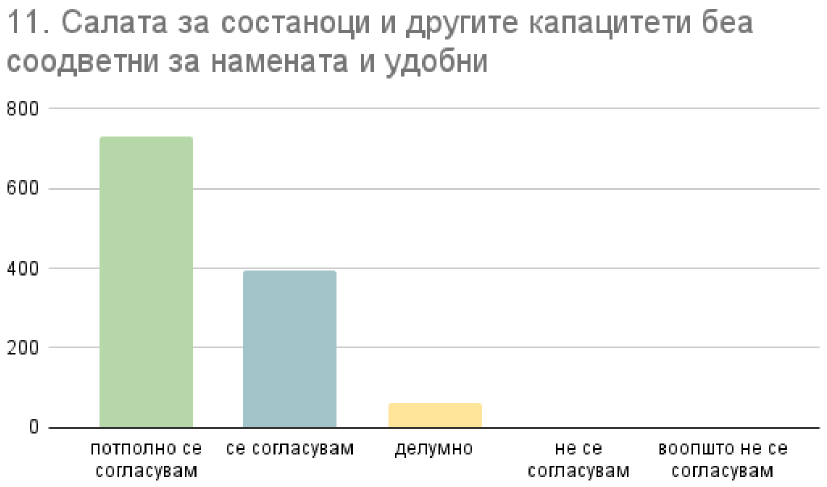
обуката („Потполно се согласувам“ и „Се согласувам“). Најголемиот дел од учесниците (65.5%) целосно се согласуваат дека имало доволно време. 31.1% одговориле „Се согласувам“, што дополнително ја потврдува позитивната оценка. 2.7% од испитаниците (32) одговориле „Делумно“, што укажува на одредени сомнежи околу времетраењето. Само еден испитаник (0.1%) одговорил „Не се согласувам“. Категоријата „Воопшто не се согласувам“ нема ниту еден одговор.

Времетраењето на обуката е оценето како соодветно од големо мнозинство испитаници (над 96%). Малиот број на несигурни и негативни одговори укажува на тоа дека програмата била генерално добро временски организирана, но има минимален простор за преглед и евентуално прилагодување за одредени учесници.



На последното квантитативно прашање во оваа евалуација, 1. Салата за состаноци и другите капацитети беа соодветни за намената и удобни/Salla e mbledhjes dhe kapacitetet tjera ishin adekuate dhe të rehatshme, 94.0% од испитаниците позитивно ги оцениле капацитететите („Потполно се согласувам“ и „Се согласувам“). Повеќето испитаници (61.1%) одговориле „Потполно се согласувам“, додека 32.9% одговориле „Се согласувам“. 5.1% од испитаниците (61) одговориле „Делумно“, што укажува на одредени забелешки околу удобноста или соодветноста на капацитетите. Само 0.1% одговориле „Не се согласувам“, и 0.3% „Воопшто не се согласувам“ (4 испитаници вкупно), што е минимален број и укажува на исклучоци.

Салата за состаноци и капацитетите се оценети како соодветни и удобни од страна на мнозинството учесници, со 94% позитивни одговори. Иако мал дел од учесниците изразиле забелешки (5.1% „Делумно“ и 0.4% негативни одговори), општата перцепција е дека условите биле задоволителни и погодни за обуката. Ова сугерира дека објектите биле соодветно избрани, со минимален простор за подобрување.



Компаративна јазична анализа на резултатите од македонските и албанските испитаници

Анализата ги споредува одговорите дадени од македонските и албанските испитаници за сите прашања, со цел да се идентификуваат евентуални јазични или културни разлики во перцепцијата на обуката. Еве ги клучните согледувања:

- И кај македонските и кај албанските испитаници, доминираат позитивни одговори („Потполно се согласувам“ и „Се согласувам“), со што се укажува дека обуката генерално била добро прифатена од двете групи.
- Постои сличен процент на одговори во категоријата „Делумно“ и минимални негативни одговори („Не се согласувам“ или „Воопшто не се согласувам“), што сугерира дека двата јазика носат слични импликации во разбирањето на прашањата.

Главни разлики се однесуваат на следниве одредени аспекти: Албанските испитаници малку повисоко ја оцениле подготовката на обучувачите и релевантноста на темите за нивната работа. Македонските испитаници покажале поголема согласност за времетраењето на обуката и корисноста на споделените материјали.

Сличности укажуваат на тоа дека резултатите покажуваат висока усогласеност за квалитетот на обуката, без значителни разлики во оценките на двата јазика. Нема забележителни културолошки или јазични пречки кои би влијаеле на разбирањето на прашањата. Постои и простор за подобрување, т.е малку поголем процент на „Делумно“ одговори кај албанските испитаници, може да укаже на потребата за подобра адаптација на капацитетите и времетраењето.

Компаративната јазична анализа покажува дека обуката е позитивно оценета кај двете јазични групи, со многу блиски резултати. Мали разлики во одговорите се очекувани и немаат значително влијание врз целокупната евалуација. Ова укажува дека обуката е успешно дизајнирана и достапна за учесници од различни јазични и културни позадини.

КВАЛИТАТИВНА АНАЛИЗА НА ПОДАТОЦИТЕ ОД ЕВАЛУАЦИСКИТЕ ЛИСТИ НА УЧЕСНИЦИТЕ

Во рамките на евалуацискиот лист учесниците имаа можност да го изразат нивното мислење на следниве неколку прашања:

На прашањето 12. Што најмногу ви се допадна во однос на обуката?

Учесниците на обуката ја оценија како многу успешна и корисна, нагласувајќи го нејзиниот едукативен и интерактивен карактер. Темата за здрава исхрана беше особено ценета, бидејќи понуди практични совети за примена во работата со децата и нивните семејства. Позитивно беа оценети и начинот на презентација од страна на обучувачите, професионалноста, јасноста и корисноста на презентираните содржини.

Некои примери на позитивни искуства вклучуваат:

Интерактивни активности: Учесниците беа воодушевени од активностите како правењето здрава пица, која беше истовремено забавна и едукативна. Преку оваа активност, тие добија идеи како децата да се поттикнат да прифатат здрави навики преку игра.

Практични примери: Обучувачите понудија конкретни примери за замена на нездрави ужинки со овошје и зеленчук, како и начини да се вклучат родителите во промовирање на здрава исхрана дома.

Приказни и драматизација: Дел од учесниците посочија дека приказната „Волшебната чинија" била многу инспиративна и корисна за подучување на децата за значењето на здравата храна.

Интеракција и дискусија: Учесниците ја истакнаа позитивната атмосфера, отворените дискусии и можноста секој да сподели идеи и искуства. Размената на искуства беше оценета како еден од највредните аспекти на обуката.

Нови знаења: Многу од нив нагласија дека научиле нови техники за поттикнување на децата да прифатат здрави навики, како и идеи за подобрување на нивната работа преку воведување иновативни активности.

Проблеми и сугестии: Единствените критики беа поврзани со времетраењето на обуката. Некои учесници посочија дека времето било кратко за подетално опфаќање на темите и изразија желба за организирање подолги обуки со слична тематика.

Заклучок: Обуката беше оценета како многу успешна и инспиративна. Учесниците добија нови идеи и алатки кои ќе можат да ги применат во својата секојдневна работа со децата, истовремено зајакнувајќи ја својата свест за значењето на здравата исхрана.

На прашањето: 13. Кои аспекти од обуката би можеле да се подобрат?

Учесниците на обуката генерално ја оценија како добро организирана, корисна и инспиративна, но исто така понудија и сугестии за подобрување на одредени аспекти. Тие особено го ценат практичниот дел, каде што имаа можност да учествуваат во активности како правење здрава пица, што ја истакнува важноста на применливи примери и интеракција. Сепак, некои учесници предложија зголемено времетраење, почести обуки и поголем акцент на практичната примена.

Клучни предлози за подобрување:

Повеќе практични примери: Учесниците изразија потреба за зголемена интеракција и практични вежби, со фокус на креирање активности кои можат директно да се применат со децата.

Пример: Некои предложија демонстрации со свежо овошје и зеленчук или активности кои децата би можеле да ги изведуваат заедно со воспитувачите.

Вклучување на родителите: Беше нагласена важноста родителите да бидат активен дел од ваквите обуки, бидејќи тие имаат клучна улога во формирањето на здравите навики на децата.

Пример: Организирање работилници каде што родителите и децата ќе можат заедно да учат за здравата исхрана.

Зголемување на времетраењето: Неколку учесници истакнаа дека времето било кратко за подетално разгледување на сите теми.

Пример: Учесниците би сакале повеќе време за дискусии, креирање идеи и решавање на предизвици поврзани со здравата исхрана.

Повеќе ресурси и нагледни средства: Некои учесници предложија зголемено користење на визуелни материјали, како слики, графикони и прирачници за поддршка на наученото.

Пример: Дистрибуција на прирачници за здрава исхрана за сите учесници или соодветни материјали за работа со деца.

Подобрување на менито во градинките: Чест коментар беше потребата за воведување на разновидна, балансирана и здрава исхрана во градинките, со акцент на свежо овошје, зеленчук и готвени оброци.

Пример: Организирање на дополнителни обуки за кујнскиот персонал за приготвување на здрави оброци.

Позитивни аспекти:

Обуката беше оценета како целосно опфатена и концизна.

Учесниците ја истакнаа професионалноста на обучувачите и нивната способност да задржат внимание.

Интерактивните делови и дискусиите со учесниците беа високо оценети.

Беше посочено дека содржината е релевантна и применлива во секојдневната работа. Обуката е оценета како успешна и инспиративна, но постои простор за подобрување преку зголемена практична примена, вклучување на родителите и обезбедување повеќе ресурси за поддршка. Учесниците се согласуваат дека ваквите обуки треба да се организираат почесто и да опфатат пошироки теми.

На прашањето: 14. Што очекувате дека ќе се промени во вашата практична работа како резултат од оваа обука? Учесниците на обуката истакнаа дека таа ќе придонесе за значителни подобрувања во нивната практична работа, со акцент на промоција на здрава исхрана, воведување нови методи и пристапи, како и зголемена соработка со родителите. Мнозинството очекува позитивни промени кај децата, преку подигање на свеста за важноста на здравата храна и стекнување здрави навики. Некои од најчесто споменуваните примери вклучуваат: воведување здрава храна и навики, зголемување на употребата на овошје и зеленчук во исхраната на децата, замена на шеќерите и

нездравите оброци со здрави опции, преку игри и приказни да се поттикнат децата на здрава исхрана.

Практични примени и активности:

Организација на активности како правење здрава пица или салати, каде што децата ќе учествуваат и ќе учат за храната преку игра. Воведување на нови игри и методи за едукација за здравата храна, користејќи прирачници како „Волшебната чинија“. Вклучување на родителите во работилници и обуки за важноста на здравата исхрана. Поттикнување на родителите да применуваат здрава исхрана во домашни услови и да ја поддржат исхраната од градинката.

Подобрување на исхраната во градинките:

Предлози за промена на менито во градинките, со поголем фокус на здрави и нутритивни оброци.

Намалување на рафинираните шеќери и преработената храна, со воведување на свежи и локални производи.

Едукација и креативност:

Стекнување нови знаења за здрава исхрана и нивна примена во секојдневните активности.

Користење иновативни пристапи за мотивирање на децата да ја прифатат здравата храна, како што се интерактивни игри, песни и приказни.

Пример од пракса:

Една учесничка истакна дека веќе вовела здрава варијанта на колачи дома, користејќи јаболка и ореви наместо шеќери, и планира овошјето да биде достапно за децата во занималната за да можат самостојно да се послужат.

Друг учесник предложи здрава „роденденска торта“ со овошје наместо традиционалните слатки, за да се поттикнат децата кон поздрави избори.

Обуката ја зголеми мотивацијата на учесниците да ги применат стекнатите знаења, да ги едуцираат децата и да ја подобрат исхраната во градинките. Преку практични активности, соработка со родителите и подигање на свеста, тие очекуваат позитивни резултати и поздрави генерации.

ЗАКЛУЧОК ОД КВАНТИТАТИВНАТА И КВАЛИТАТИВНАТА АНАЛИЗА НА ОБУКАТА

Обуката Развивање здрави навики во исхрана на предучилишни деца, беше оценета како многу успешна, инспиративна и применлива. Учесниците изразија високо задоволство од содржината, професионалноста на обучувачите и интерактивниот пристап.

Позитивни аспекти:

- Интерактивност и практичност: Учесниците посебно го истакнаа практичниот дел, како активноста со правење здрава пица и приказната „Волшебната чинија“, кои ги мотивираа да применат слични методи во својата работа.
- Јасни и применливи совети: Темите и примерите за замена на нездравите оброци, воведување овошје и зеленчук и вклучување на семејствата беа оценети како корисни и релевантни.
- Интеракција и размена на идеи: Отворените дискусии и споделувањето искуства беа високо ценети, создавајќи продуктивна атмосфера за учење.

Препораки за подобрување:

- Зголемување на времетраењето: Учесниците предложија подолги обуки за подетална обработка на темите и повеќе време за дискусии и практични активности.
- Повеќе ресурси и нагледни средства: Беше посочена потребата од дополнителни прирачници, графикони и визуелни материјали за работа со децата.
- Вклучување на родителите: Учесниците истакнаа дека обуката би била поефективна со активна инклузија на родителите преку работилници или обуки.
- Подобрување на менито во градинките: Предлози за менување на исхраната во градинките со воведување разновидни и здрави оброци беа чест коментар.
- Очекувани промени: Подобрување на практичната работа преку примена на нови методи и активности како здрава исхрана преку игра и приказни. Зголемено користење на овошје и зеленчук во секојдневната исхрана на децата. Активна едукација и поддршка за родителите за здравата исхрана.

Обуката поттикна свесност за важноста на здравата исхрана и обезбеди корисни алатки и стратегии за примена. Со нејзиното дополнително подобрување, таа може да служи како пример за ефикасна едукација и инспирација за идни иницијативи.

Извештај од реализиран вебинар на тема „Развивање на здрави навики во исхраната кај деца од предучилишна возраст“

Крајот на проектните активности го обележа вебинарот Развивање на здрави навики во исхраната кај предучулишните деца, наменет за вработените во останатите 41 градинка низ државата кои не беа опфатени со дисеминациските обуки. Вебинарот се одржа на 05.12.2024 година во траење од 2 часа. Според податоците вкупно се регистрирале 460 учесници, а 348 учествувале на вебинарот. Учесниците имаа можност интерактивно да бидат вклучени преку пополнување на квизови и евалуациски листи. Изразија задоволство од темата и од поканата да ги слушнат информациите кои беа споделени во текот на дисеминациските обуки. На крајот беше креиран линк за тест на стекнати знаења во кој требаше да одговорат на неколку прашања поврзани со темата. На тој начин учесниците се стекнаа и со сертификати.

линк до тестот на знаења:
https://docs.google.com/forms/d/1nojBMwvkfJcpYH9LXiVjVSXaGzCSDWQnPbhKrcNcBxs/edit

Анализа на евалуациски лист на вебинар:
На прашањето Што најмногу ви се допадна во однос на вебинарот? учесниците дале разновидни одговори но главно сублимирани во следнава квалитативна анализа. Ова се главните аспекти коишто се истакнуваат во евалуацијата за учесниците, по однос на ова прашање:

1. Општа пофалба и задоволство:
- Најчестата забелешка е „Сè“, што покажува високо ниво на задоволство кај учесниците. Многу одговори се кратки и концизни, но ја изразуваат позитивноста („Се беше супер“, „Се ми се допадна“).

2. Содржина на вебинарот:
- Содржината е означена како корисна, информативна и релевантна за работата на учесниците. Некои посочуваат дека темата за здрава исхрана и навики кај децата е од голема значајност.

3. Специфични елементи од вебинарот:
- Приказните: Посебно се издвојува „Волшебната чинија“ и „Лена и Сами“, кои ги инспирирале учесниците.
- Прирачникот: Многу коментари го нагласуваат како значајна алатка која ќе им помогне во праксата.
- Практичниот дел: Учесниците ценат што биле вклучени интерактивни активности и примери.

4. Квалитет на презентацијата:
- Позитивно се оценува начинот на пренесување информации – јасно, едноставно и професионално.
- Учесниците го ценат визуелниот приказ на темите и сублимираните информации.

5. Обучувачи:
- Стручноста, спремноста и професионалноста на презентерите се истакнати како клучен фактор за успехот на вебинарот.

6. Организација и опфатност:
- Организацијата, структурираноста и начинот на кој е презентирана темата се пофалени како одлични.

❖ Клучни позитивни точки:

- Високо задоволство од целиот вебинар („Целиот вебинар беше прекрасен“).
- Јасно дефинирани цели и релевантна содржина.
- Позитивен поттик за применување здрави навики кај децата.

❖ Сугестии за подобрување:

- Додека повеќето коментари се позитивни, неколку одговори укажуваат дека би било добро да има повеќе вакви вебинари и да се обезбедат дополнителни насоки за имплементација во праксата.

Одговорите укажуваат дека вебинарот бил оценет како високо успешен, со нагласен фокус на практичната примена, интерактивниот пристап и значајноста на темата. Учесниците ги ценат и содржината, и квалитетот на презентирањето, што покажува дека вебинарот ги исполнил нивните очекувања и потреби.

Како последно прашање во евалуацијата сакавме да дознаеме: Каква обука или поддршка им е потребна за развивање на здрави навики во исхраната кај децата од предучилишна возраст? Од одговорите ја добивме следнава анализа:

Одговорите покажуваат дека мнозинството учесници ја оценуваат тековната обука како корисна, но изразуваат и потреба за дополнителна поддршка и едукации на повеќе нивоа. Главните теми и трендови се однесуваат на барањето за:

- Практични обуки и работилници.

- Вклученост на родители и техничкиот персонал.
- Користење на прирачници и дополнителни ресурси.
- Зголемување на бројот на обуки, семинари и вебинари.
- Поддршка од нутриционисти и стручни лица.

Клучни категории на барања:

1. **Практични активности:**
    - Работилници заедно со родителите и децата.
    - Примери за инволвирање на деца преку игра и драматизација.
    - Заедничка подготовка на храна со децата.
2. **Инволвирање на родители:**
    - Организирање обуки и работилници за родители.
    - Повеќе активности за подигнување на свеста кај родителите за здрави навики.
3. **Дополнителна едукација и ресурси:**
    - Прирачници со активности, приказни, песни и игри.
    - Соработка со стручен тим, како нутриционисти.
    - Можност за посета и поддршка во градинките од стручни лица.
4. **Фреквенција и пристап:**
    - Почести обуки и вебинари.
    - Мешан пристап – физичко присуство и онлајн.
5. **Институционална поддршка:**
    - Подобрување на квалитетот на храната во градинките.
    - Едукација на техничкиот персонал (особено во кујните).

Клучни теми кои се истакнуваат:

- **Ефективна мотивација на деца:** Како да се поттикнат децата да пробуваат здрава храна преку игри и интересни активности.
- **Квалитет на храната:** Нагласок на обезбедување здрава и квалитетна храна наместо евтини алтернативи.
- **Соработка меѓу сите страни:** Воспитувачи, родители, нутриционисти и технички персонал.

Препораки базирани на одговорите:

1. **Организирање практични обуки:** Работилници за подготовка на здрава храна со децата и родителите.
2. **Развивање дополнителни ресурси:** Прирачници, сликовници со приказни и активности за промоција на здрава храна.
3. **Интензивирање на програмите:** Почести едукативни настани за сите инволвирани страни.
4. **Интеграција на стручни лица:** Вклучување на нутриционисти во обуките и работилниците.
5. **Обезбедување квалитетни услови:** Фокус на подобрување на квалитетот на храната и условите во градинките.

Оваа анализа ја покажува значајноста на заедничката акција и иновативниот пристап во развивањето на здрави навики кај децата од предучилишна возраст.

Заклучок од анализите на одговорите

Одговорите на прашањето покажуваат висок степен на интерес и позитивен став кон обуките за развивање здрави навики во исхраната кај децата од предучилишна возраст. Иако мнозинството учесници ја оценуваат тековната обука како корисна и доволна, идентификувани се повеќе аспекти за подобрување и надградување:

- **Потреба за практична примена:**

Голем дел од учесниците бараат повеќе практични активности, како работилници, заеднички подготовки на храна со децата и родители, и активности кои ќе ја поттикнат љубопитноста на децата кон здрава храна преку игра и интерактивни методи.

- **Вклученост на родители:**

Соработката со родителите е идентификувана како клучна. Организирање обуки, работилници и заеднички активности со родители може да ја зголеми свесноста и поддршката за здравите навики кај децата.

- **Поддршка од стручни лица:**

Учесниците сметаат дека вклучувањето на нутриционисти и други експерти може да ја зајакне ефективноста на програмите. Дополнително, обуките за техничкиот персонал во градинките (особено кујнскиот кадар) се важен аспект.

- **Фреквенција и разновидност:**

Почести обуки, семинари и вебинари се барани за да се обезбеди континуирана едукација. Комбинацијата на физичко присуство и онлајн пристап ги задоволува различните потреби на воспитувачите.

- **Дополнителни ресурси:**

Прирачници, литература, приказни, песни и игри поврзани со здравата исхрана се сметаат за корисни алатки што ќе го олеснат процесот на едукација.

- **Институционална поддршка:**

Подобрувањето на квалитетот на храната во градинките и создавање услови за практична примена на наученото (преку воведување здрава храна во менијата) е од клучно значење.

Одговорите укажуваат на силна мотивација за надградба на знаењето и вештините на воспитувачите, со посебен акцент на практичната примена, соработката со родителите, и обезбедување квалитетна храна и услови во градинките. Континуирана едукација, соработката со стручни лица и обезбедување ресурси ќе го поддржат долгорочниот успех во развивањето здрави навики кај децата.

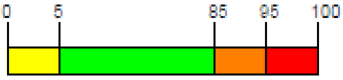
Како корисен фидбек од обучувачите и техничките експерти може да се заклучи дека досега се пристигнати до Едуленд рецептури за здрави закуски во градинка на 150 страни ворд документ и секако самостојно креирани листи за следење на физичкиот напредок на децата од градинката Пролет во Скопје:

ЈОУДГ „ПРОЛЕТ“ клон ________________________________

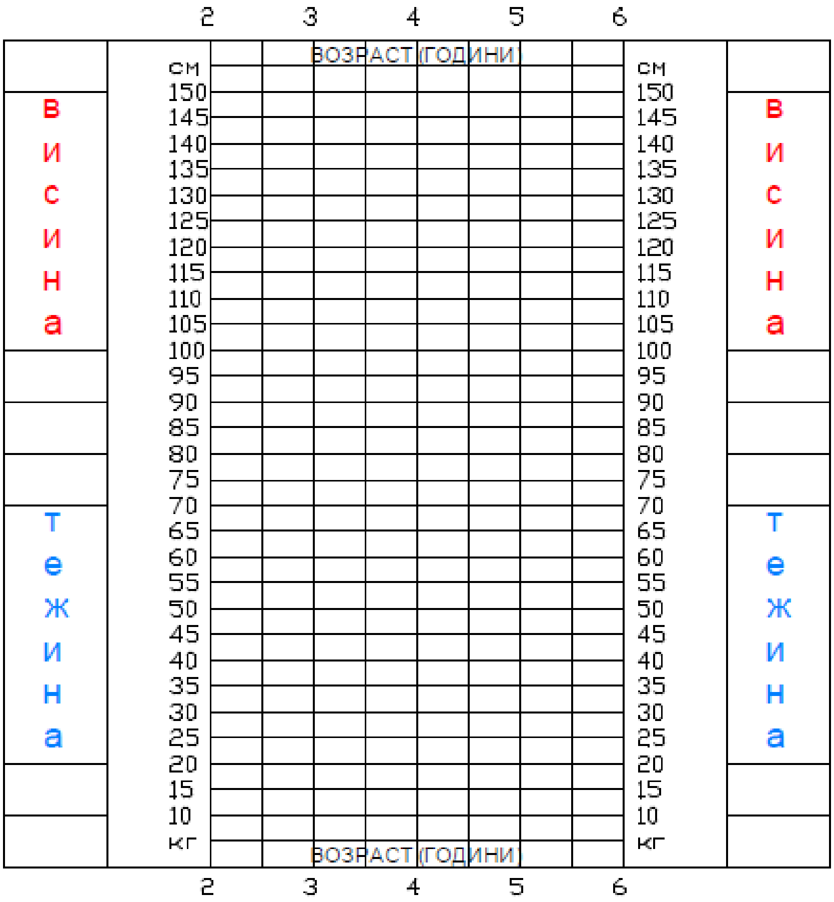
група ______________

име и презиме ____

Датум	Возраст	Тежина	Висина	



0-5 - НЕУХРАНЕТОСТ
5-85 - НОРМАЛНА ТЕЖИНА
85-95 - ПРЕКУМЕРНА ТЕЖИНА
95-100 - ГОЈАЗНОСТ

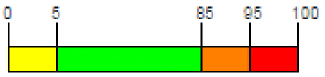


ЈОУДГ „ПРОЛЕТ"   клон ____

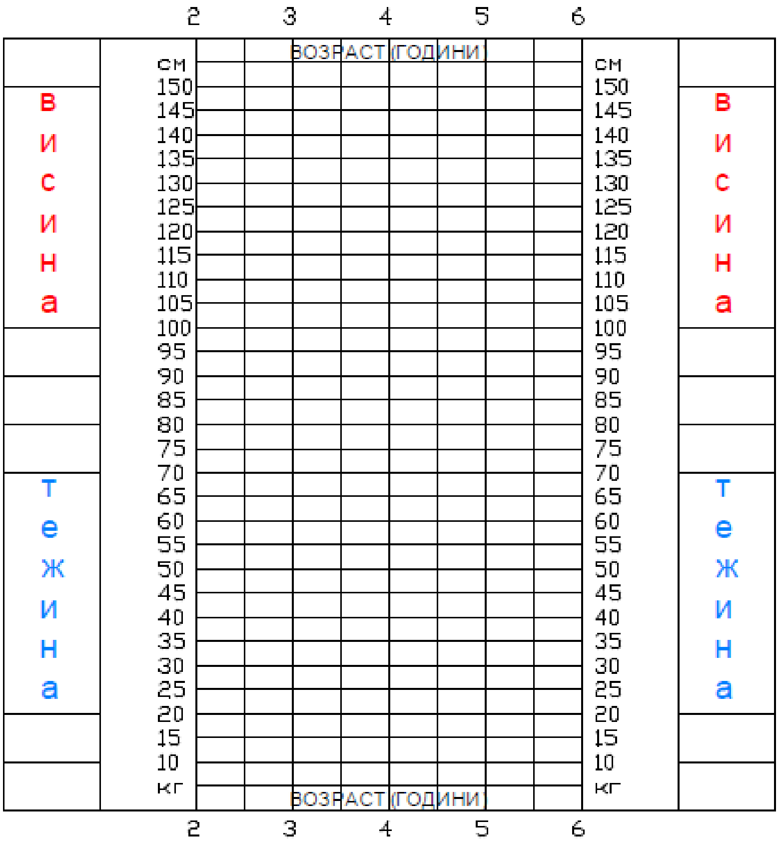
група _______________

име и презиме ____

Датум	Возраст	Тежина	Висина	



0-5 - НЕУХРАНЕТОСТ
5-85 - НОРМАЛНА ТЕЖИНА
85-95 - ПРЕКУМЕРНА ТЕЖИНА
95-100 - ГОЈАЗНОСТ



ПРИЛОЗИ:

Прилог 1 Агенда (опционално време во согласност со организацијата на работа во секоја градинка поединечно)

Еднодневна обука за вработените во детските градинки: „Развивање на здрави навики за исхрана кај децата од предучилишна возраст “		
Времетраење:	**Тема :**	**Учесници:**
Детска градинка:	**Дата на обука:**	
10:00-10:15	Регистрација на учесници	Листа на приуство
10:15-10:45	Предизвици поврзани со исхраната	ППТ (готварски кадар и негувателки)
10:45-11:00	Тест за самопроценка на здравите навики во исхраната	Вежба
11:00-11:30	Педагошки пристапи и исхраната во градинките	ППТ (негователки)
45 минути	Пауза	
12:15-12:30	Регистрација на учесници	Листа на присуство
12:30-13:00	Предизвици поврзани со исхраната	ППТ (воспитувачи и стручен тим)
13:00-13:15	Тест за самопроценка на здравите навики во исхраната	Вежба
13:15-13:45	Педагошки пристапи и исхраната во градинките	ППТ (воспитувачи и стручен тим)
13:45-14:00	Енерџајзер за кохезија на групата	Вежба
14:00-14:30	Здрава храна+здрави навики=здрави деца	ППТ (воспитувачи и стручен тим)
30 мин	Пауза	
15:00-15:30	Запознавање со практичен дел на прирачникот за здрава исхрана - Волшебната чинија	ППТ Пленарна дискусија
15:30-15:45	Вежбам јас, вежбаш ти, заедно сме посилни	Вежба за кохезија на групата
15:45-16:30	„Волшебната чинија“ Еден ден во занималната	Формулар за акциски план на ниво на објекти или на градинка

16:30-17:00	Евалуација	Документ за евалуација

Прилог 2: Евалуациски лист за учесници од последната група од секоја обука поединечно:

ОБРАЗЕЦ ЗА ЕВАЛУАЦИЈА НА ОБУКИ

Име на обуката: Градење здрави навики за исхрана кај децата од предучилишна возраст
Датум:
Детска градинка:

Упатство: Ве молиме да го означите степенот на согласност со изјавите наведени подолу од #1-11.

	Потполно се согласувам	Се согласувам	Делумно	Не се согласувам	Воопшто не се согласувам
1. Целите на обуката беа јасно дефинирани	☐	☐	☐	☐	☐
2. Имаше поттик за учество и интеракција	☐	☐	☐	☐	☐
3. Темите што беа опфатени на обуката се релевантни за мојата работа	☐	☐	☐	☐	☐
4. Содржината беше добро организирана и лесна за следење	☐	☐	☐	☐	☐
5. Споделените материјали беа корисни	☐	☐	☐	☐	☐
6. Искуството од оваа обука ќе биде корисно за мојата работа	☐	☐	☐	☐	☐
7. Обучувачите имаа знаење за темите опфатени на обуката	☐	☐	☐	☐	☐
8. Обучувачите беа добро подготвени	☐	☐	☐	☐	☐
9. Се постигнаа целите на обуката	☐	☐	☐	☐	☐
10. Имаше доволно време за обуката	☐	☐	☐	☐	☐
11. Салата за состаноци и другите капацитети беа соодветни за намената и удобни	☐	☐	☐	☐	☐

12. Што најмногу ви се допадна во однос на обуката?

EduLand Association and Consulting of educators and learning communities

unicef for every child

Уште прашања на задната страна →

13.Кои аспекти од обуката би можеле да се подобрат?

14. Што очекувате дека ќе се промени во вашата практична работа како резултат од оваа обука?

15. Ве молиме споделете други забелешки овде:

ВИ БЛАГОДАРИМЕ!