



## **Kacsa úti Tagintézmény**

### **Pedagógiai Programja**

Szolnok  
2023.

**Módosítás időpontja: 2023. 06. 30.**  
**Érvénybe lépés ideje: 2023. 09. 01.**

A helyi nevelési programot benyújtó intézmény:

**Szolnok Városi Óvodák  
Pedagógiai Programja-  
Kacsa úti Tagintézmény  
Programrésze**

5000 Szolnok, Kacsa út 2

Telefon: 06/20 277 3993

e-mail: [kacsa@szolnokiovodak.hu](mailto:kacsa@szolnokiovodak.hu)

### **Igazgatói nyilatkozat**

Alulírott, Szamosfalviné Töröcsik Ibolya, a Szolnok Városi Óvodák igazgatója ezúton nyilatkozom, hogy az Intézmény – 16 feladatellátási helyen működő köznevelési intézmény – tagintézményit érintő tanfelügyeleti ellenőrzéshez szükséges, közös elvárásokat tartalmazó dokumentumait (többek között: éves munkaterv, beszámoló, pedagógiai program) a nagy terjedelmükre való tekintettel az intézmény hivatalos honlapján teszi közzé.

A fenti dokumentumok aktuális és hiteles verziói az alábbi helyen érhetők el:

**<https://szolnokiovodak.hu/>**

Kijelentem továbbá, hogy a honlapon szereplő iratok naprakészek az ellenőrzés időpontjában érvényes és hatályos verzióknak felelnek meg.

Kelt: Szolnok, 2025. november 18.



Szamosfalviné Töröcsik Ibolya  
igazgató

# Tartalomjegyzék

1. Helyzetelemzés .....	6
2. Tagóvodánk érték és célrendszere.....	8
2.1. Alapelveink .....	8
2.2. A gyermekek személyiségfejlődésének nyomon követését segítő módszerek, eszközök .....	10
Kommunikációs helyzetek kezelése a Kacsza úti Tagintézményben. ....	10
Szülő – pedagógus, Pedagógus- gyerek, Gyerek – gyerek között. ....	10
2.3. Nevelési célunk: .....	11
2.4 Küldetésnyilatkozat, jövőkép .....	11
3. Tárgyi – személyi erőforrásaink.....	13
Óvodánk személyi feltétele: .....	14
Nevelőtestületünk erőssége munkánk tartalmi vonatkozásában: .....	14
Erősségeink a személyi feltételek vonatkozásában: .....	14
4. Az egészséges életmódra nevelés.....	15
NAPIREND .....	20
5. Érzelmi, az erkölcsi és a közösségi nevelés .....	21
6. Játék, játékba integrált tanulás .....	24
7. Egyéni differenciált fejlesztési módszerek.....	23
8. Integrált nevelés feltételrendszere.....	25
Kiemelten tehetséges gyermek.....	25
9. Tevékenységi formák .....	26
9. 1 Mozgás.....	26
9.2 A külső világ tevékeny megismerése .....	32
Mi is az a Kneipp- módszer?.....	34
Miért jó mezítláb járni?.....	35
Így sétáljunk a Kneipp ösvényen! .....	35
Mi történik séta közben? .....	35
A módszer elemeinek beépülése nevelőmunkánkba .....	36
1. Mozgás - Mozgásterápia .....	36
2. Környezeti nevelés – Phytoterápia.....	38
3. Egészséges életmódra nevelés – Dietetika .....	40
4. Tapasztalat- és élményszerzés – Hidroterápia.....	40
5. Szocializáció - Testi- lelki egyensúly.....	41
Eddig elért eredményeink: .....	42
Távlati céljaink:.....	42
9.3 Ének, zene, énekes játék, gyermektánc .....	45
9.4 Verselés, mesélés .....	48
9.5 Rajzolás, festés, mintázás, kézi munka .....	52
10. Munka .....	55
11. Óvoda-iskola átmenet diagnosztikai módszerei; óvoda-iskola átmenetet segítő egyéb intézkedések; óvoda-iskola közötti együttműködés új területei.....	58
12. Intézmények közötti új horizontális kapcsolatok kiépítése .....	60
Partneri együttműködés hiánya. ....	60
13. Egységen belül történő tudásátadás módszertana, eljárása. ....	61
Egységen belül történő tudásátadás a Kacsza úti Tagintézményben. IKT eszközök hiánya.....	61
14. Együttműködési rendszerünk .....	62
Felhasznált irodalom .....	65
Mellékletek .....	66
„Út a Kiváló Gyermekszigetek felé!” – szakmai innováció a Szolnok Városi Óvodákban .....	66
Szülő – pedagógus, Pedagógus- gyerek, Gyerek – gyerek között. ....	7
Egységen belül történő tudásátadás a Kacsza úti Tagintézményben. IKT eszközök hiánya .....	51
Pályázatok .....	21
Bemutatók .....	1
Mi is az a Kneipp- módszer?.....	1
Miért jó mezítláb járni?.....	2

Így sétáljunk a Kneipp ösvényen! .....	2
Mi történik séta közben? .....	3
A módszer elemeinek beépülése nevelőmunkánkba .....	3
1. Mozgás - Mozgásterápia .....	3
2. Környezeti nevelés – Phytoterápia .....	5
3. Egészséges életmódra nevelés – Dietetika .....	7
4. Tapasztalat- és élményszerzés – Hydroterápia.....	8
5. Szocializáció - Testi- lelki egyensúly.....	8
Eddig elért eredményeink: .....	9
Távlati céljaink:.....	10
Felhasznált irodalom: .....	11
Mellékletek .....	12
Hetirend.....	12
Napirend.....	12
Illóolajok .....	12
Receptgyűjtemény.....	12
Érzékelő játékok.....	12
Lábtorna gyűjtemény .....	12
A Kneipp módszerre épülő 2018. évi Egészség hét terve .....	12
Környezetvédelmi programunk a Kacsza úti Tagintézményben.....	81

*" Engem ne emeljen a magasba  
senki,  
Ha nem tud addig tartani,  
Míg tényleg megnövök.  
Guggoljon ide mellém,  
Ha nem csak hallani  
de érteni akar,  
hogy közel legyen a  
szívdobogásunk. "*  
*/ Birtalan Ferenc /*

## 1. Helyzetelemzés

Óvodánk, a **Kacsa úti Óvoda**- a Szolnok Városi Óvodák tagóvodája, 3 csoporttal összesen 77 férőhellyel biztosítja a körzetben lakó gyermekek óvodai elhelyezését.

A **SZVÓ** értékrendjéhez igazodva, megtartjuk sajátos pedagógiai arculatunkat.

Kacsa úti Tagintézmény	<ul style="list-style-type: none"><li>• Mozgás</li><li>• Környezeti nevelés-Környezetvédelem</li><li>• Tehetségcentrum -„Örökmozgók”</li><li>• <b>Kneipp módszer</b></li></ul>
------------------------	--

Programunk megvalósulását garantálja, hogy nevelőközösségünkben 6 fő felsőfokú képzéssel rendelkezik. Munkánkat 3 szakképzett dajka teljes munkaidőben, 1 fő pedagógiai asszisztens, 1 fő konyhás, valamint 1 fő karbantartó segíti.

Óvodánk a Szolnok Városi Óvodák tagintézményeként Szolnok város egyik kertes övezetében, a Pletykafaluban három vegyes életkorú csoporttal működik. Nevelőmunkák során kiemelt figyelmet fordítunk a mozgás megszerettetésére, emellett a környezeti nevelésre.

**Célunk és feladatunk:** az egészséges életmód; a környezettudatos szemlélet iránti igény; a természethez fűződő pozitív érzelmi viszony megalapozása, erősítése.

**Hítvallásunk:** A környezeti nevelés fontosságát, személyiségformáló, szokásalakító szerepét tekintjük nevelésünk vezérfonalának és a tevékenységeket (játék, vers, mese, ének-zene, énekes játék, rajzolás, mintázás, mozgás stb.) erre fűzzük fel. Így lesz komplex egész nevelésünk, mellyel megalapozzuk az óvodába járó gyerekek környezeti tapasztalatait, melyek később ismeretté, majd egész életre szóló tudássá alakulnak.

Arculatunk másik meghatározó eleme a **mozgás**. A gyermekek mindennapi életéhez, játékához, mozgásához szükséges eszközök rendelkezésre állnak. Udvari játékaink, a fás, pázsitos és betonozott területek jól biztosítják a gyermekek számára minden évszakban és időjárásban a szabad levegőn történő mozgás lehetőségét, a gyermekek mozgásfejlődését.

Fontos feladatunknak tekintjük, hogy a gyermekek minél több időt töltsenek a szabad levegőn, részt vegyenek az udvari munkálatokban, óvodánk megújuló folyamataiban. Mindhárom csoport rendelkezik komposztládával, magaságyással, a gyermekeink örömmel kapcsolódnak be ezek fenntartásába. Közös feladatunk a csoportos fák, a virágok, illetve a gyógy- és fűszernövények gondozása.

A friss levegő, a gondoskodás, a közös munka remek lehetőséget nyújt az ismeretbővítésre, a mozgásra, mindemellett a szociális képességek fejlesztésére, erősítésére. A komplexitás érdekében szerettünk volna minél több kapcsolódási pontot kialakítani a mozgás megszerettetése, az egészséges életmód alakítása és környezeti nevelésünk feladati között. Így született az elgondolás, hogy óvodánk udvarán megépítsünk egy Kneipp ösvényt - mezítlábas taposópályát -, ezzel párhuzamosan pedig megújítsuk, bővítsük gyógy- és fűszernövényeink skáláját.

Az optimális létszámú csoportok biztosítják a **családiás légkört**, lehetővé teszik, hogy minden gyermeket alaposan megismerjünk, és hogy pozitívan alakuljanak a gyermekek társas kapcsolatai.

Óvodánkban szépen felújított, esztétikusan kialakított csoportsobák, öltözők, mosdók, tornaszoba várják a hozzánk érkező gyermekeket. A gyermekek mindennapi életéhez, játékához, mozgásához szükséges eszközök rendelkezésre állnak. Nagy hangsúlyt fektetünk az óvoda arculatához igazodó felszerelések beszerzésére, használatára.

Óvodánk helyi nevelési programja szakmai meggyőződésünk alapján készült.

## 2. Tagóvodánk érték és célrendszere

Tagóvodánk a körzetünkbe járó gyermekek óvodai nevelését biztosítja. Az óvodai alaptevékenységre vonatkozóan a **SZVÓ**-ban lefektetett azonos értékrenden alapuló, azonos nevelési hatások értékeit megtartva alakítottuk ki sajátos, óvodánkra vonatkozó érték és célrendszerünket.

<b>Pedagógiai értékek</b>	<b>Célrendszer</b>
<b>1. Érzelmi nevelés, szocializáció</b>	Érzelmileg kiegyensúlyozott, a másság iránt nyitott, együtt érző, segítőkész gyermekek.
<b>2. Játék és tevékenységben történő tanulásszervezés</b>	Nyitott, vidám, kreatív, szabályok betartására képes, együttműködő, önérvényesítő gyermek.
<b>3. Egészséges életmódra nevelés, mozgás</b>	Az egészséges életmód szokásait elsajátító, az egészség értékeit óvó, mozgást szerető gyermekek.

### 2.1. Alapelveink

- A gyermekek mindenekfelett álló érdekeit figyelembe véve szervezzük, és valósítjuk meg óvodai nevelésünket, a gyermeki jogok, és alapvető szabadságuk tiszteletben tartásával, az egyenlő hozzáférés biztosításával.
- Óvodánkban fontosnak tartjuk a családokkal a nyílt, őszinte és együttműködő kapcsolatot. Nevelőtestületünk a gyermek személyiségfejlesztésében partner a családdal, a családi nevelést kiegészítve, kölcsönös közreműködéssel valósítjuk meg.
- A mi nevelő testületünk fontosnak tartja, hogy a hozzánk járó gyermekek érzelmi biztonságot nyújtó, szeretetteljes, családias légkörben, élmény gazdag környezetben nevelkedjenek.
- Valljuk, hogy az óvónő személyiségének fontos szerepe van a nevelésben, mivel a gyermekek számára a pedagógus modell értékű. Fontosnak tartjuk a közösségen belül a

gyermek-felnőtt, felnőtt-felnőtt közötti pozitív kapcsolatot. Nyitottak vagyunk az innovációra, önképzésre, fontosnak tartjuk a folyamatos megújulást.

- Az érzelmi kötődést óvónő-gyermek között a gyermekek számára az állandó óvónői párokkal, és dajka nénivel biztosítjuk.
- Csoportjaink szervezésénél valljuk, hogy a vegyes csoport elősegíti a szocializációt, a biztonság állandóságát, és védettséget nyújtja a gyermekeknek. A beilleszkedést megkönnyíti, hogy a testvérpárok, barátok egy közösségbe kerülnek.
- A vegyes csoport lehetővé teszi számunkra, hogy az értelmileg, mozgásban, vagy szociálisan lassabban fejlődő gyermekeket differenciáltan, egyéni fejlődési ütemének megfelelően fejlesszük.
- A széles életkorú társas kapcsolat lehetősége olyan tapasztalatokat nyújt, amelyben megtanulják a közös együttélés szabályait, a feltétel nélküli elfogadást, nyitottság a másság iránt, tolerancia., családiasság.
- Napi életritmusunk igazodik a gyermekek életkori, egyéni szükségleteihez, folyamatos, rugalmas, ezért megfelelő időt biztosít a különböző tevékenységekhez.
- Hangsúlyozzuk a játék szabadságát, amely a gyermek önként vállalt tevékenysége, ahol szabadon választ, mit, mivel, hogyan, hol, meddig és kivel.
- A játékba integrált tanulás során a gyermekek spontán és szervezeten szerzett tapasztalataik, ismereteik beépülnek, mélyülnek, együttműködési képességük, önértékelésük pozitív irányban fejlődik.

## **2.2. A gyermekek személyiségfejlődésének nyomon követését segítő módszerek, eszközök.**

### **Kommunikációs helyzetek kezelése a Kacsai úti Tagintézményben.**

#### **Szülő – pedagógus, Pedagógus- gyerek, Gyerek – gyerek között.**

Valljuk, hogy a kommunikációnkkal a gyermekek számára állandó értékrendet adó érzelmi biztonságot nyújtó, derűs szeretetteljes elfogadó légkört teremtünk. Az óvodánk nevelőközösségének célja, hogy kommunikációját minden partnerrel a kölcsönösség és a konstruktivitás jellemeze. Tájékozottak vagyunk a szülőkkel és a pedagógiai munkánkat segítő különféle szakemberekkel, szakmai intézményekkel való együttműködés módjairól. Ismerjük a pedagógus szerepre vonatkozó pszichológiai, szociológiai, és pedagógiai elméleteket a szereppel kapcsolatos különböző elvárásokat. Ismerjük a pedagógus szakmai jogi és etikai szabályait, normáit. Tájékozottak vagyunk az óvodapedagógusi hivatáshoz kötődő információs forrásokról, szervezetekről. A gyerekekkel a kölcsönös tiszteletre és bizalomra épülő kapcsolatrendszerteremtjük meg. Az együttműködési formák közös kialakítására és elfogadására törekszünk. Szakmai szituációkban képesek vagyunk szakszerű, közérthető nyílt és hiteles kommunikációra a gyerekekkel, szülőkkel, kollégákkal és az óvodán kívüli munkatársakkal a partnerek kultúrájának megfelelően. Képesek vagyunk felismerni, értelmezni kommunikációs nehézségeinket és ezen a téren önmagunkat fejleszteni. Meghatározzuk saját szakmai szerepvállalásainkat. Pedagógiai munkánkban felmerülő problémákhoz, képesek vagyunk adekvált szakirodalmat keresni és felhasználni. Pedagógiai helyzetekben képesek vagyunk együttműködésre, kölcsönösségre, segítő kommunikációra. Nyitottak vagyunk arra, hogy a konfliktus helyzeteket a problémák feltárása és megoldása érdekében, szakmai segítséget kérjünk és elfogadjunk. A gyermek személyiségfejlődésének nyomon követéséhez szükséges dokumentumok átadásakor, az azokban leírtakról való tájékoztatásakor a törekszünk a hiteles, odafigyelő, szakmailag megalapozott kommunikációra. A tájékoztatás során először kiemeljük a gyermek pozitív személyiségjegyeit, majd ebből kiindulva további fejleszthetési lehetőségekkel megsegítjük a szülőket, szakmailag hiteles és megalapozott érvekkel támasztjuk alá.

### **2.3. Nevelési célunk:**

A 3-7 éves gyermekek életkori és egyéni sajátosságainak, valamint eltérő fejlődési ütemének figyelembevételével:

- az egészséges, harmonikus személyiségfejlesztés
- 1. testi, szociális, értelmi és erkölcsi érettség kialakítása, nyelvi kifejezőkészség megalapozása
- alapozódjon meg az egészséges életmód, mozgás iránti igény
- a környezettudatos nevelés megalapozása

### **Feladatunk:**

- Érzelmi biztonságot nyújtó, szeretetteljes, nyugodt, családi légkör megteremtése
- A gyermekek egészségének védelme, a levegő, napfény edzőhatásának mindenkori kihasználása
- Mindennapos, változatos mozgás gyakorlása
- A gyermek spontán szerzett tapasztalatainak, ismereteinek a rendszerezése, célirányos bővítése - életkori sajátosságaira építve- változatos tevékenységek biztosítása. A spontán és szervezett tevékenységek közben kommunikációs aktivitás, a beszélőkedv biztosítása.
- Az érzelmekre épülő kapcsolatteremtés felnőtt- gyermek, gyermek- gyermek között a közösségi magatartás formálása érdekében

### **2.4 Küldetésnyilatkozat, jövőkép**

Mi, a Kacsa úti Óvoda nevelőtestülete, szeretetteljes, családi, nyugodt légkörben neveljük gyerekeinket.

Biztosítjuk a játék szabadságát és a változatos mozgáslehetőségeket.

Valljuk, hogy a gyermekek képességei a mozgás által sokoldalúan fejleszthetők, ezért programunkat a mozgásra és a játékra építjük.

Kiemelten kezeljük az egészséges életmód, mozgás iránti igény megalapozását, melyek szintén fontos szerepet töltenek be a harmonikus személyiségfejlesztés területén végzett munkánkban.

## **Gyermekképünk**

KIEGYENSÚLYOZOTT

EGYEDI

ÉRDEKLŐDŐ

EGYÜTTMŰKÖDŐ

MOSOLYGÓS

## **Óvodaképünk**

ÉRZELMI BIZTONSÁGOT NYÚJTÓ

CSALÁDIAS

NYITOTT

## **Pedagógusképünk**

TOLERÁNS

KÖVETKEZETES

GYERMEKSZERETŐ

MODELLÉRTÉKŰ

SZAKMAILAG MEGÚJULÓ

### **3. Tárgyi – személyi erőforrásaink**

Esztétikus, tiszta környezetet biztosítunk az óvodánkba járó gyermekek számára. Udvarunk teljes felújításra került, ma már játékeszközeink az EU szabványnak megfelelnek. Folyamatosan bővítjük udvari játékeszközeinket. Pályázati pénzekből, és szülői adományokból a csúszdák, hinták alatti területet folyamatosan látjuk el gumitéglákkal, amely a gyermekek biztonságát szolgálja.

Óvodánk helyiségei:

- 3 csoportszoba
- 3 mosdó
- 2 öltöző
- 1 tornaszoba
- 1 fejlesztő szoba

Kiszolgáló helyiségeink:

- 1 tálaló konyha
- 1 iroda / ami több funkciót lát el /
- 1 felnőtt WC-mosdó

A csoportszobák bútorai korszerűek, az egészséges életmód igényeinek megfelelnek.

A mindennapos játéktevékenység alapvető kellékei megfelelő választékban minden korosztály rendelkezésére állnak. A pedagógiai munkánkat segítő eszközöket folyamatosan bővítjük pályázati és alapítványi pénzekből.

Óvodánk rendelkezik tornaszobával, ahol a gyermekek speciális mozgásfejlesztésére is lehetőség nyílik. (óvodapedagógusok, fejlesztőpedagógus, gyógypedagógus)

Fejlesztő szobánk nagyméretű tükörrel és megfelelő fejlesztő játékokkal van ellátva, melyek segítik a fejlesztő csoport pedagógiai munkáját.

Tagóvodánk rendelkezik számítógéppel, valamint internetes hozzáféréssel, amely kapcsolatrendszerünkben, partnereinkkel való kapcsolattartásban, és az információ áramlásban ma már nagyon fontossá vált.

### **Óvodánk személyi feltétele:**

Óvodapedagógus	6 fő
Szakképzett dajka	3 fő
Pedagógiai asszisztens	1 fő
Fűtő- karbantartó	1 fő

Óvodánk óvodapedagógusai mindannyian felsőfokú végzettséggel rendelkeznek. Nevelőközösségünk minden tagja fontosnak tartja a folyamatos önképzést, továbbképzést, így a következő szakirányú képzettséggel rendelkezünk még:

Pedagógiai munka mentálhigiénéja tanfolyam	5 fő
Számítógép-kezelő, szoftverüzemeltető	1 fő
Mozgásfejlesztés az óvodában	4 fő
Projektpedagógia	1 fő
Difer tanfolyam	5 fő
Minőségfejlesztés az óvodában	4 fő
Nyelv-és beszédfejlesztő	1 fő
Gyógypedagógiai szakvizsga	1 fő
Pedagógiai asszisztens	1 fő

### **Nevelőtestületünk erőssége munkánk tartalmi vonatkozásában:**

- gyermekszeretetünk, a gyermekek feltétel nélküli elfogadása
- szociális érzékenységünk
- új iránti fogékonyságunk
- több éves szakmai jártasságunk, tapasztalatunk
- kreativitásunk

### **Erősségeink a személyi feltételek vonatkozásában:**

- mindenki rendelkezik a felsőfokú képzettség mellett még a programunkhoz kapcsolódó akkreditált továbbképzésekkel
- a közösségen belül a gyermek-felnőtt, felnőtt-felnőtt közötti pozitív kapcsolat
- folyamatos önképzés, továbbképzéseken való részvétel, az így szerzett új ismeretek beépítése munkánkba

- páros óvónői rendszer
- szakképzett dajkák
- nevelési elveink, szokásrendszerünk egységesek
- kialakult " csapatszellem "

### **Hálózatfejlesztés:**

- Fontosnak tartjuk a nevelőmunka színvonalának megőrzését, folyamatos fejlesztését, csoportok arculatának erősítését.
- Nevelőmunkánkban a dajkák szerepének erősítése, bevonása a pedagógiai helyzetekbe és belső továbbképzésekbe
- Mentálhigiéniai tréning a nevelőtestület részére
- Alapfokú számítástechnikai ismeretek elsajátítása
- Nyitás más intézmények felé
- Programunkhoz kapcsolódó továbbképzések

### **4. Az egészséges életmódra nevelés**

#### **Célunk:**

A gyermekek testi fejlődésének elősegítése, az egészséges életmód igényének kialakítása.

#### **Feladatunk:**

- Egészséges és biztonságos környezet biztosítása
- A gyermekek egészségének védelme, a napfény, levegő edzőhatásának mindenkori kihasználása.
- A gyermekek gondozása, testi szükségletük, mozgásigényük kielégítése.

#### **Az egészséges életmód megalapozása:**

Az óvodába lépés előtt tájékozódunk a gyermekek családi háttéréről, a kialakult kulturális, mentálhigiénés szokásaikról, életvitelükről.

Az egy csoportba dolgozó óvónők- a dajkák bevonásával –megállapodnak a szokások menetében, és azokat azonosan gyakoroltatják. Az önálló testápolás, étkezés, öltözködés végzéséhez szükséges technikákat fokozatos gyakorlással sajátítják el a gyermekek figyelembe véve életkori sajátosságukat, egyéni képességeiket.

### **Testápolás**

- A testi, lelki, szellemi egészség egyik alapvető feltétele a gyermek komfortérzetének kielégítése.  
A beilleszkedés ideje alatt együtt végezzük a gyermekekkel a velük kapcsolatos testápolási, egészségügyi teendőket, hogy bensőséges érzelmi kapcsolat alakuljon ki közöttünk, és erre építve közvetlenül megtanulják a fogásokat és a tevékenységek helyes sorrendjét.
- Megismertetjük a gyermekekkel a testápolási teendők közben használt eszközöket /körömkefe, fogkefe, szappan stb./
- A WC használatnál intim körülményeket teremtünk, függönyözött fülkét biztosítunk számukra.

### **Öltözködés**

- Az időjárásnak megfelelő öltözködés védi a gyermekeket, alakítja ízlését. Építünk a szülői ház szokásaira, de szükség esetén felhívjuk figyelmüket a réteges öltözködésre. Minden szülő váltóruhát biztosít a jellel ellátott zsákban (fehérenemű, póló, melegítő stb.)
- Az öltözködés önálló végzéséhez szükséges technikákat fokozatos gyakorlással sajátítják el.

### **Étkezés**

- A korszerűbb táplálkozás érdekében hetente egy alkalommal zöldség, gyümölcsnappal egészítjük ki az étrendet. Ezzel modellt nyújtunk a gyerekeknek és a családoknak a korszerű táplálkozás kialakításához.
- Egész nap biztosítjuk a csoportszobában a folyadékot a gyermekek számára.

- Az étkezéshez kulturált feltételeket teremtünk. Gondot fordítunk az igényes terítésre, az étkezési szokások betartására, és a helyes, önálló eszközhasználat kialakítására.
- A tízórai és az uzsonna mindhárom csoportban önkiszolgáló módon történik, az 5-6-7 éveseknél az ebédeltetésnél naposok segítik a felnőttek munkáját.
- A naposi munka szokásait minden csoport maga alakítja ki.

### **Pihenés**

- Nyugodt körülményeket biztosítunk az alváshoz- alapos szellőztetés, kényelmes fektetők, meghitt, nyugodt, csendes légkör, / mese, csendes zene/
- Figyelembe vesszük a gyermekek egyéni szükségleteit. / alváshoz játék, zsebkendő, cumi/ A folyamatos ébresztéssel biztosítjuk a kisebb alvásigényű gyermekeknek a csendes tevékenységet.
- A gyerekek otthonról hozott, jellel ellátott ágyneműt használnak, amit 2 hetente a szülők mosnak.

### **Mozgás**

- A mindennapi mozgás nélkülözhetetlen eleme az óvodai életnek, a gyermekek a természetes nagymozgásokat, mozgáselemeket egyénileg gyakorolják, sokféle mozgásfejlesztő eszközön, teremben, udvaron egyaránt.  
A szervezett séták, kirándulások (Erdei óvoda) is hozzájárulnak a gyermekek mozgásszükségletének kielégítéséhez.  
A " Családi sportnap " játékos sportvetélkedővel is hozzájárulunk a közös, örömmel végzett mozgás élményéhez, ezáltal is az egészséges életvitel kialakítására szoktatjuk a gyermekeket, szülőket egyaránt.
- Az évszak és időjárás nyújtotta lehetőségeket figyelembe véve a szabad levegőn szervezzük a különböző tevékenységeket (játék, mozgás, énekes játék, külső világ tevékeny megismerése).

### **A gyermekek egészségének védelme, edzettségük biztosítása**

Az egészséges óvodai élet érdekében tiszta, higiénikus, biztonságos környezetet teremtünk.

A három csoportszobához három mosdó és öltöző tartozik.

A berendezési tárgyak megfelelnek a gyermekek méretének, könnyen tisztán tarthatók.

Az eszközöket, használati tárgyakat ellenőrizzük, karbantartjuk, a hibaforrásokat megszüntetjük.

A gyermekekben is igyekszünk kialakítani saját testi épségük megőrzését, társaik testi épségének védelmét oly módon, hogy felhívjuk figyelmüket a környezetükben található eszközök, tárgyak helyes használatára, a veszélyforrásokra. (Tini-kondi, mozgásfejlesztő játékok stb.)

Udvarunk nagy, a meglévő eszközök többcélú mozgáslehetőséget biztosítanak

Óvodába lépéskor anamnézis lapon felmérjük a gyermek különleges betegségeit (asztma, allergia, lázgörcs, lisztérzékenység stb.)

Óvodánkba nem járhat kiütéses, lázas, hasmenéses gyermek. A napközben megbetegedett gyermek szüleit azonnal értesítjük telefonon, és nagy gondot fordítunk a szülő érkezéséig a gyermek nyugalmanak biztosítására.

#### **A fejlődés várható jellemzői óvodáskor végére:**

- Önállóan végzik a testápolási szokásokat, felszólítás nélkül tisztálkodnak, fogat mosnak, fésülködnek.
- Önállóan eldöntik, hogy mennyi ételt fogyasztanak, önállóan töltenek vizet a kancsóból.
- Önállóan használják a kanalat, villát, kést.
- Esztétikusan terítenek, higiénikusan étkeznek. Étkezés közben halkán beszélgetnek.
- Önállóan öltöznek, a ruhájukat ki-be gombolják, cipőfűzőjüket bekötik.
- Ügyelnek saját külsejükre, melyben megjelenik a szépre, ízlésesre törekvés

## HETIREND

	Tevékenység	Kneipp módszer beépülő elemei
HÉTFŐ	<p>Ének, zene, énekes játék, gyermektánc                      - Varázsceruza (5-6-7 éves)                      gyerekek részére csoportközi                      foglalkozás</p> <p>Külső világ tevékeny megismerése                      /matematikai tap. szerzés/</p>	
KEDD	Verselés, mesélés	Jóga
SZERDA	Külső világ tevékeny megismerése	Gyümölcs- nap Gyógytea készítés, kóstolás
CSÜTÖRTÖK	<p>Mozgás                      - Varázsceruza (5-6-7 éves)                      gyerekek részére csoportközi                      foglalkozás</p>	Kneipp ösvényen járás Évszaknak megfelelően kültéri, illetve beltéri taposón
PÉNTEK	<p>Rajzolás, festés, mintázás, kézimunka</p> <p>Verselés, mesélés - dramatizálás</p>	

## Napirend

A gyermek fő tevékenységét, a játékot vesszük alapul, a napirendben erre fordítjuk a legtöbb időt. Benne megvalósulnak a különböző fejlesztési feladatok, melyhez megfelelő időt, helyet, és eszközt biztosítunk.

A napi szervezésnél figyelembe vesszük a gyermekek állapotát, szükségleteit, érdeklődését, terhelhetőségét. Rugalmassággal biztosítjuk, hogy a gyermek tevékenységét nyugodtan befejezhesse.

A csoportjaink napirendjük szerint egymástól függetlenül tevékenykedhetnek, mivel minden csoporthoz külön biztosított az öltöző, és vizes helyiség

### NAPIREND

Tevékenység kezdete, és vége	Tevékenység megnevezése
06. 00 - 07. 30	Gyülekező, játék (összevontan a 3 csoport) a Süni csoportban
07. 30 - 08. 00	Napindítás a Pihe- puhába kuckóban „megérkeztem táblá”-ra képek felhelyezése, ceremóniák /halk zene, gyertya, csoportbáb, élménykönyv/ (beszélgető kör, személyes élmények meghallgatása, reggeli találkozás öröme)
08.00 - 09.00 08.15 - 09.00 09.15 - 09.40 10.00 - 10.30  <b>09.30 - 10.00</b>	Szabad játék, mozgás, közben Folyamatos tízórai, testápolás. Irányított tevékenység, tanulászervezés (egyéni és mikro csoportos formában) Játék elrakás Naplézárás Társadalmi viselkedés / Fonémahallás fejlesztő játékok / Ritmus-, ritmikus játékok / Helyes járás – helyes tartás / Kneipp- taposón járás / Jóga és légzőgyakorlat  <b>Varázsceruzás gyerekek részére (5-6-7 éves) csoportközi foglalkozások (hétfőn Ének- zene; Így tedd rá! csütörtökön Mozgás; alkalmanként élményszerző tevékenységek külső helyszínen)</b>
10. 30 - 11. 45	Mindennapos játékos mozgás (10 – 15') lehetőség szerint udvari helyszínen Kneipp- taposón járás Udvari játék, levegőzés, séták, helyszíni megfigyelések

11. 45 - 13. 00	Testápolás; Ebéd; Készülődés a pihenéshez
13. 00 - 15. 00	Mesehallgatás, Pihenés (halk zene, gyertya, szertartások) <b>Varázsceruza</b> s gyerekek részére (5-6-7 éves) 2. félévtől folyamatos ébresztés igény szerint
15. 00 - 17.00  16.30-tól	Ébresztés, testápolás, uzsonna, játék. Lehetőség szerint levegőzés, mozgás. Folyamatos hazabocsájtás Csoportösszevonás az ügyeletes csoportban: Süni csoport

## **5. Érzelmi, az erkölcsi és a közösségi nevelés**

### **Célunk:**

A gyermekek egyéni érdekeinek, tulajdonságainak, képességének kibontakoztatása a közösségen belül.

Az átlagtól eltérő, lassabban fejlődő, nehezen szocializálható gyerekeknél a tartós, stabil, szeretetteljes kapcsolat kiépítése.

### **Feladatunk:**

- Érzelmi biztonságot nyújtó, szeretetteljes, családi légkör megteremtése a befogadástól az óvodáskor végéig.
- Az érzelmekre épülő kapcsolatteremtés a gyermek - felnőtt, gyermek - gyermek között, a megtartó képességek erősítése a társas kapcsolatok létrehozása érdekében.

Az óvodáskorú gyermek jellemző sajátossága a magatartás érzelmi vezéreltsége.

A családdal való kapcsolattartás folyamán igyekszünk képet kapni a család érzelmi viszonyairól, a családtagok egymáshoz fűződő kapcsolatáról.

*„A vegyes csoport a szocializációs tér természetes jellege, amely családi légkört, empátikus, toleráns interakciókat eredményez, miközben megrövidül a befogadás időszaka, felgyorsul a szokások kialakulása.”*

*Körmöczy Katalin*

A **befogadási időszak** meghatározza a gyermek kialakuló érzelmi kötődését az óvodában.

- **Hívogató** - lehetőséget biztosítunk a tavaszi időszakban arra, hogy a szülő - gyermek együtt ismerkedjenek az óvodával már az óvodába lépés előtt.
- A tavaszi hónapokban megnyitjuk az óvoda udvarát meghatározott időszakban a leendő óvodásaink számára
- Szülői értekezletet tartunk az új felvételis gyermekek szüleinek
- Rögzítjük a családlátogatás időpontját
- A szülővel előzőleg egyeztetett befogadás
- Meglepetéssel várjuk őket
- A befogadási időszakban biztosítjuk a személyi állandóságot

A csoportszobák derűs, nyugalmat árasztó berendezése hozzájárul ahhoz, hogy a gyermekek egész nap jól érezzék magukat. A kialakításánál figyelembe vesszük a egyes csoport sajátosságait, biztosítjuk az egyéni elvonulást, valamint a közös tevékenységek nyugalalmát.

Csoportjainkban a létszám ideális, ami lehetővé teszi, hogy minden felnőtt ismer minden gyermeket, s így kialakul a gyermekek érzelmi kötődése társaikhoz, felnőttekhez egyaránt.

Az óvodapedagógus az első számú modell, a gyermekhez való viszonya kihat a csoporton belüli kapcsolatokra, a gyermekek egymás iránti érzelmeire és magatartására.

A gyermek önmagához képest, egyéni érési ütemének megfelelő differenciált nevelési elvét valljuk, meggyőződésünk, hogy a hatékonyságot felkészültségünk, rugalmasságunk, helyzetfelismerésünk, az egész egyéniségünk határozza meg, nem a csoport szervezeti kerete.

Fontos a csoportban dolgozó felnőttek összehangolt, egymásra épülő, azonos elvárást nyújtó nevelőmunkája. A szokás - szabályrendszer tartalmi elemei megjelennek az egészséges életmód, a társas kapcsolatok, a játék stb. területén.

Óvodánkban hagyomány a közös élményekre épülő tevékenységek megszervezése.

- Beszélgető sarok
- Csoportbáb
- Megérkeztem tábla
- Kincses kosár
- Gyertya, mécses
- Dosszié a gyermekmunkáknak

- Névnap, és születésnap megünneplése
- Gyümölcsnap
- Ünnepekre való készülődés
- Ajándékkészítés betegségből megérkezett társaiknak

Az együtt végzett tevékenységek, együtt átélt közös ünnepek fejlesztik a gyermek erkölcsi tulajdonságait (együttérzés, segítőkészség, önzetlenség, figyelmesség), akaratát (önfegyelem, kitartás, szabálytudat, feladattudat).

A gyermekcsoportban kialakulnak a közösségi együttélés szabályai, normái, amelyekhez igazodik az egyén. Megerősödik a gyermek én-tudata, én-képe a különböző tevékenységek során. A gyermekek egymás közötti kapcsolatában így válik természetessé, hogy minden gyermek más, egyéni külső, és belső tulajdonságokkal rendelkezik, és így másságával együtt is elfogadható.

#### **A fejlődés várható jellemzői óvodáskor végére:**

- Ragaszkodnak óvodájukhoz, társaikhoz, felnőttekhez, ezt érzelmekben, szavakban, tettekben hozzák nyilvánosságra.
- Alkalmazkodnak a szabályokhoz.
- Érdeklődnek társaik, barátaik iránt, figyelmesen meghallgatják a felnőttek és gyermekek közléseit.
- Konfliktushelyzetben társaikkal egyezkednek.
- Segítenek egymásnak, együtt éreznek a közösség tagjaival.
- Szociálisan éretté válnak az iskolakezdésre.

#### **Az érzelmi nevelés, szocializáció kapcsolata az anyanyelvvél:**

A vegyes életkorú csoportban a gyermekek beszédfejlődése, kommunikációs képessége felgyorsul, beszédük változatosabb, tagoltabb lesz, szókincsük bővül.

## **6. Játék, játékba integrált tanulás**

A játék az óvodáskorú gyermek számára a legalapvetőbb, legegyszerűbb, és legtermészetesebb tevékenység forma.

A játék létforma, semmivel nem helyettesíthető, magáért a tevékenység örömeért végzett, szabadon választott tevékenység, a gyermek fejlődésének alapja, melyben:

- megnyilvánul egyéni szükségleteinek szabad önkifejezése,
- fejlődnek testi, lelki, szociális, értelmi képességei.

Ennek értelmében a játékra fordítjuk a lehető legtöbb időt, sokféle eszközt, teret - minden évszakban, - a csoportszobában és az udvaron egyaránt.

A játék igazi megéléséhez

- kölcsönös bizalomra épülő, nyugodt, vidám, családias légkört,
- tapasztalat, és élményszerzési lehetőséget teremtünk.

Minden csoportban lehetőséget biztosítunk a különböző játékfajták (klasszikus és általunk szervezett) egyidejű megjelenésére.

Értelmezésünkben a játék a nevelésben - fejlesztésben két módon érvényesül:

1. **szabad játék**, melyben a gyermek spontán fejlődik,
2. **szervezett játék**, melyben a gyermek tudatosságunk által fejlődik.

### **Célunk:**

A gyermek önként vállalt spontán játékában:

- megélje szabad energiáit,
- reprodukálja, újraélje élményeit
- kipróbálja, gyakorolja, megismerje képességeit, lehetőségeit,
- bontakoztassa ki fantáziáját, ügyességét, kreativitását,
- élje át a mozgás örömét, vágyait, a közösségi érzéseket, társas kapcsolatokat, a kudarcot és a sikert,
- teljes személyisége fejlődjön.

### **Feladatunk:**

- A játékhoz szükséges feltételek biztosítása.
- Az élmény és tapasztalatszerzés lehetőségeinek kihasználása tudatos szervezéssel.
- A 3-6-7 éves korban megjelenő játékfajták, s azok tartalmának, minőségének gazdagítása, a gyermekek egyéni sajátosságainak figyelembevételével.

### **Óvónői magatartásunk:**

- Mi magunk is szeretünk játszani, együtt örülünk a gyerekekkel a játékban.
- Tiszteletben tartjuk a játékban a gyermekeket, a feltételteremtő, az együttműködő szerepét vállaljuk.
- Biztonságot adó jelenlétünkkel, tudatos, szituációérzékeny, támogató magatartásunkkal a gyermekeknek megfelelő partnerei vagyunk, csak a legszükségesebb esetben avatkozunk be korlátozó jelleggel.
- Nem alkalmazunk megkötéseket a szabad játék témájára, tartalmára, eszközeire vonatkozóan.

### **A tevékenység gyakorlata:**

A szabad játékba beleértjük a játék klasszikus formáit:

- gyakorló játék
- szerepjáték- dramatikus játék, bábozás, barkácsolás, építő- konstruáló játék
- szabályjáték

Naponta kiélhetik pillanatnyi lelkiállapotukat, alkotókedvüket, aktuális élményeiket.

Az elkezdett témák nem zárulnak le egy nap alatt, és akár több napon át is folytatódhatnak, új kiegészítő eszköz készítésével, barkácsolással, új tartalmi elemek megjelenítésével.

Az irodalmi élmények hatása spontán módon jelenik meg a gyerekek szerepjátékában dramatikus elemként, azaz az általuk " kiválasztott " (átélt, megélt) meseelemeket, jeleneteket részleteiben vagy egészében feldolgozzák az adott játék helyzetnek megfelelően.

### **Tanulás a szabad játékban:**

A szabad játék spontán szerzett ismeretek pontosításának, begyakorlásának, beépülésének színtere, ahol lehetőség van a tévedésekre, korrigálásokra, a következmények nélküli próbálkozásokra, ezért az iskola előkészítésben is elsődlegességet nyer.

A tanulás formái közül tehát prioritást élvez a spontán játékos tapasztalatszerzés.

**A szervezett játék** számunkra a fejlesztés alapvető- célzott eszköze, mert:

- magában hordozza a "játék" legjelentősebb értékeit (tevékenykedés, örömforrás) természetes fejlődési, érési folyamatok megerősítéséhez, begyakorlásához biztosít kedvező feltételt
- az óvónő személyéhez kötődő biztonság alapfeltétele az egyes gyermekek számára szervezett játékoknak
- segíti az együttműködési képesség (felnőtt-gyerek, gyerek-gyerek) kiépítését.

**Célunk:**

A szervezett játék aktív megélésének hatására a gyermek részképességei - egyéni fejlődési ütemének, fejlettségi szintjének megfelelően fejlődjenek, spontán szerzett tapasztalatai, ismeretei beépüljenek, együttműködési képességük, önértékelésük pozitív irányban fejlődjön.

**Feladatunk:**

- Az egyes gyermekek ismeretében választjuk ki és alkalmazzuk a fejlesztést biztosító játékot.
- A szervezett játékban kivárjuk, hogy problémahelyzetekre önállóan keressenek megoldást.
- A gyermekek elérhető közelségében elhelyezett játékeszközöket célzottan is alkalmazzuk.
- Oldott, kötetlen légkört biztosítunk.

**Óvónői magatartásunk:**

- A szervezett játék eredményessége érdekében igyekszünk a gyermekeket megismerni, elfogadni.
- A szervezett játék irányításakor a gyermekek pozitív reakcióira, tényleges fejlettségi szintjére építünk, pozitív pedagógiai magatartásunkkal örömhöz, sikerélményhez juttatjuk.

**Tevékenységünk gyakorlata:**

Az általunk felvállalt megfigyelési és fejlesztési területek, melyeket a szervezett játék keretében figyelembe veszünk:

**Mozgás:**

- nagymozgások, egyensúlyozás, keresztmozgások
- finommozgások (manipulációs készség)
- testi képességek (ügyesség, mozgáskoordináció, mozgáskultúra)

**Testséma ismeret:**

- önmegfigyelési képesség- önismeret
- bal-jobb testi irányok ismerete
- térészlelés, térben való tájékozódás

**Anyanyelv-kommunikáció**

- beszéd (érthetősége, magán-és mássalhangzók képzése indíték, kedv, tempó, aktív-passzív szókincs)

- mondatalkotás, grammatikai szabályosság, beszédfigyelem, mondat szerkezetek elemi ismeretek szóbeli megfogalmazása saját személyéről, családról, közvetlen környezetéről, időjárásról, öltözködésről stb. beszélgetés, képolvasás, mesélés közben.

### **Értelmi képességek:**

- vizuális és akusztikus érzékenység
- észlelés-érzékelés (alak, hang, szín, nagyság, mennyiség, rész-egész, ok-okozat, térbeli elhelyezkedés, megkülönböztetés, tér, sík és mennyiség szemlélet)
- idő-és térészlelés, testséma, téri tájékozottság, térbeli mozgásfejlődés
- vizuális és verbális emlékezet: önkéntelen és szándékos felidézés és bevésés
- szándékos figyelem (tartalma, terjedelme, megosztása, koncentrációja)
- cselekvő, szemlélete, képi gondolkodás, gyakorlati probléma és feladatmegoldó képesség, elemi fogalmak kialakulása
- kreativitás

### **Erkölcsei – akarati - lelki tulajdonságok megnyilvánulásai, fejlettsége:**

- magatartási szokások, kiegyensúlyozottság, derű, szorongás...
- együttérzés, figyelmesség, önállóság, önfegyelem, kitartás, feladatmegértés, feladattudat, szabálytudat, nevelhetőség, szükségletek kielégítésének késleltetése, a jó-szép tisztelete, megóvása

### **Kapcsolatok - kapcsolatteremtő képesség:**

- társas szükségletek- családdal, társakkal, óvoda felnőtt dolgozóival
- a másság elfogadása
- szociális érzékenység (elfogadás, alkalmazkodóképesség, együttműködés különböző helyzetekben)
- én-tudat, önérvényesítő törekvések (önbizalom, munkatempó, fáradékonyság)

### **Életkori megnyilvánulások:**

- érdeklődés, kíváncsiság, utánzás - minta- és modellkövető magatartás, cselekvő aktivitás, tapasztalatok, ismeretek

### **A szervezett játékban a részképességek fejlesztésének eszközei**

- társasjátékok, memória játékok, Ravensburger fejlesztő játékok, puzzle, párosítók, dominó, érzékelő játékok, torna és sporteszközök, hangszerek, bábok, mesekönyvek, a vizuális fejlesztés hagyományos népi és korszerű eszközei

### **Tanulás a szervezett játékban:**

A szervezett játékban a minden érzékszervre ható tanulást a következő tanulási formákkal biztosítjuk:

- az óvónő által kezdeményezett tevékenységekben megvalósuló tanulás
- a gyermeki kérdésekre és válaszokra épülő ismeretszerzés
- a gyakorlati probléma és feladatmegoldás

### **A fejlődés várható jellemzői óvodáskor végére:**

- A gyermekek nyitottak, vidámak, kiegyensúlyozottak, megnyilvánul kreativitásuk.
- A gyermekek képesek több napon keresztül egy azon játéktémában együttesen részt venni.
- Élvezik a szabályjátékokat, és képesek a normák betartására.
- Bonyolult építményeket képesek kreálni.
- Játékukban dominánsan jelentkezik a szerepjáték.
- A játékban szerzett érzelmi, erkölcsi, kognitív tapasztalataik, ismereteik belsővé válik.

### **7. Egyéni differenciált fejlesztési módszerek.**

Módszertani tudás továbbfejlesztése, differenciálás, egyéni sajátosságok különbözősége.

Kérdéskultúra fejlesztése.

Valljuk, hogy a differenciáló nevelés átszövi a családi az óvodai nevelés mindennapjait egyfelől a méltányosság pedagógiai tisztesség korrektség, másfelől tiszteletben tartása, ismerete, fejlődésének segítése alapján. Nevelőközösségünk célja, hogy a differenciálással elősegítsük a gyermekek sikeres fejlődését. Mivel minden gyermek más, mások a szükségleteik a már meglévő tapasztalataikból, eltérő kultúrájukból és fejlettségükből, tapasztalataikból adódóan a gyermeki fejlődést úgy segítjük elő, hogy az egyes gyermekek egyéni szükségleteikhez igazítjuk.

Óvodánkban a differenciálás lehetőségei, alkalmazott formái a gyermek igényeihez igazítva:

- tartalomban,
- célban,
- módszerek használatában,
- munkaformák kiválasztásában,
- szervezés módjában,
- irányítás módjában
- információk megszerzése során, a közvetítés mód csatornájában,
- együtt töltött idő,

- tevékenység szerkezete, felépítése,
- az egyes elemek sorrendisége,
- A nevelés stílusa,
- a pedagógus szerepe,
- a válaszadás módja,
- munkavégzés ütem,
- önállóság figyelembevétele

Olyan módszereket, szervezési módokat/munkaformákat tervezünk egy – egy téma feldolgozására, pedagógiai céljaink elérésére, amelyek optimális lehetőséget biztosítanak a gyermekek motiváltságának biztosítására és aktivitásuk fenntartására. Differenciált feladatainkkal törekszünk a gyermekek teljes körének bevonására. Célunk, hogy egyrészt a gyermekek egyéni érdeklődésének előzetes tudásának, képességeinek fejlettségeinek, másrészt az adott tevékenység motiváló hatásának figyelembevételével tervezzük meg a képességfejlesztés folyamatát az egyéni fejlődést segítő differenciált feladatokat.

Figyelünk a kérdések özőnében megmutatkozó kíváncsiságra, ami a gyermek érdeklődésének, sokszínűségét és tartósságát, a világ felfedezésének, meghódításának vágyát is mutatja. A megfelelő szintű beszéd a fogalmi, nyelvi gondolkodás, fejlődésének alapja és az eredményes óvodai fejlesztés nélkülözhetetlen feltétele. A kérdezés a pedagógus kommunikációjának egyik formája és ösztönzője. A megismerés folyamatára a kérdés-válasz szerkezet jellemző, hiszen minden megszerzett tudás újabb kérdéseket vet fel, amely újabb válaszokra vár. A válaszok és a kérdések egyre konkrétabbak lesznek, egymást fejlesztik. A helyes kérdésfeltevés és a megfelelő újrakérdezés képességének elsajátítása a hatékony tanítási-tanulási folyamat fontos lépése. Ez azt feltételezi, hogy a pedagógus maga is világos kérdéseket tud megfogalmazni. A gyermeki önállóság fejlesztését segítő kérdések irányultságuk szerint lehetnek:

- tényre,
- elemzésre,
- alkalmazásra,
- szintézisre,
- értékelésre.

### **Varázsceruzás gyerekek részére (5-6-7 éves)**

**csoportközi foglalkozások (hétfőn Ének- zene; Így tedd rá! csütörtökön Mozgás; alkalmanként élményszerző tevékenységek külső helyszínen)**

## **8. Integrált nevelés feltételrendszere.**

**Az Intézményi szakszolgálat hiánya, tárgyi feltételek hiánya a mozgáshoz kapcsolódóan. Speciális módszerek, eszközök, eljárások, felhasználása a gyermekek fejlesztése során.**

Valljuk, hogy a vegyes csoportok lehetővé teszik számunkra, hogy az értelmileg és mozgásban vagy szociálisan lassabban fejlődő gyermekeket differenciáltan egyéni fejlődési ütemének megfelelően fejlesszük. A széles életkorú társas kapcsolat lehetősége olyan tapasztalatokat nyújt, amelyben megtalálják a közös együttélés szabályait, a feltétel nélküli elfogadást, nyitottság a másság iránt toleranciát, családiasságot. Nevelőközösségünk tájékozott a gyermekek szociokulturális háttérét illetően, amelyet pedagógiai munkánk során befolyásoló tényezőként értelmezünk. Törekszünk az eltérő kulturális, illetve társadalmi háttérből adódó sajátosságok és az ebben rejlő értékek megismertetésére. A pedagógusaink személyes példával kölcsönös tiszteletre az egymás elfogadására, egyéni sajátosságok tiszteletben tartására nevel. Szabad mozgás lehetőségét változatos módon tudjuk biztosítani óvodánkban, a csoportszobákban az udvaron és a tornaszobában egyaránt. Eszköz állományunkat folyamatosan bővítjük, és figyelünk eszközeink állagmegóvására. Célunk a koordinált mozgás egyensúlyérzék fejlesztése, a mozgás iránti igény felkeltetése és kielégítése. A tervezet mozgásformához kapcsolódó eszközök biztosítása. Törekszünk a harmonikus mozgásra, eszközeinket ezek alapján választjuk meg.

### **Kiemelten tehetséges gyermek**

Fontosnak érezzük, hogy a gyorsabban haladó gyermekek egyéni képességeit magasabb szintre emeljük.

Óvodánkban a „tehetségigéreték” erős oldalának fejlesztése a Szolnok Városi Óvodák Pedagógiai Programjához igazodva a *Mindennapi tehetséggondozás*, illetve a *Gazdagító műhelyfoglalkozások* együttes működtetésével valósul meg.

Tehetséggondozó műhelyünket a Gyermekvilág Tehetséggondozó Program alapján működtetjük.

## **9. Tevékenységi formák**

### **9.1 Mozgás**

#### **Célunk:**

Őrizzék meg a gyerekek természetes mozgásigényüket, legyen tapasztalatuk a mozgás változatos lehetőségeiről. Szívesen és sokat mozogjanak, az ösztönös mozgások alakuljanak tudatossá, és önmagukhoz képest fejlődjön mozgáskultúrájuk.

Erősödjön kitartásuk, önfegyelmük, együttműködő képességük.

Alakuljanak ki az egészséges életmód alapjai.

#### **Feladatunk:**

- A 3-6-7 éves korban tervezhető mozgásfejlesztő játékok, és a speciális fejlesztőanyag összeállítása.
- A spontán és szervezett mozgáshoz szükséges hely, idő, eszköz rendszeres biztosítása a csoportszobában, a szabadban egyaránt.
- A levegő és a napfény edző hatásának kihasználása.

#### **Óvónői magatartásunk:**

- Figyelembe vesszük a gyermek aktuális állapotát (egészség, hangulat)
- Személyiségünk és a mozgásos tevékenységekhez való pozitív hozzáállásunk ösztönzi a gyerekeket a felszabadult, örömet jelentő mozgásra.
- Sokféle mozgásos játékot ismerünk és alkalmazunk, és ezeket folyamatosan bővítjük.

#### **Tevékenységünk gyakorlata:**

A testkultúra kialakításának fontos eleme az önállóan szerzett tapasztalat, ezért óvodásaink az egész nap folyamán - csoportszobában, udvaron sokat és szabadon mozoghatnak, sokféle mozgásélményben lehet részük.

**A csoportszobában** a gyerekek szabadon használhatják a berendezési tárgyakat, minden csoportban van TINI-KONDI, Body-roll készletek, gólyaláb, szivacsmatracok stb., amik bővíthetők, variálhatók a gyerekek mozgásigényei szerint.

**Udvaron** a különböző burkolatú (füves, homokos, betonos) területek és a különböző mozgásfejlesztő játékeszközök más- más mozgásminőséget, más- más nehézségi fokot biztosítanak (stabil, mobil eszközök) Pl. mászóakák, hinták, kötélletra, karikák ügyességet, bátorságot fejlesztenek, lehetővé teszik önmaguk kipróbálását.

### **Mindennapos mozgás**

Játékos mozgások beiktatásával naponta rendszeresen, a napirendbe beiktatott időpontban, lehetőség szerint a szabad levegőn szervezzük.

Fontosnak tartjuk, hogy a gyerekek önként és örömmel vegyenek részt ebben a tevékenységben.

### **Szervezett mozgás**

Óvodánkban heti egy alkalommal tervezünk szervezett mozgást, a tavasz és őszi hónapokban udvarunkon, a téli időszakban óvodánk tornaszobájában, figyelembe vesszük a csoport fejlettségi szintjét, a gyerekek egyéni adottságait, képességeit.

**Gimnasztikai gyakorlatok** végzése kézi szerrel, vagy anélkül.

**Természetes mozgások:** járás, futás, ugrás, támasz, függés, egyensúlyozás, dobás különböző módokon, tornaszerek beiktatásával.

**Mozgásos játékok:** utánzó, szabály, csoport, és csapatverseny

**Forrásanyag:** Dr. Tóthszöllősiné Varga Tünde: Mozgásfejlesztés az óvodában

Gergely Ildikó: Mit? Miért? Hogyan? Módszertani füzet

### **Rendszeres és alkalmyszerű kirándulások, Erdei óvoda**

Ezek a tevékenységek a világ felfedezésén túl biztosítják a gyermekek fizikai erőnlétének fejlesztését, állóképességét, edzettségét.

### **Alkalmanként szervezett közös mozgás**

A Szolnok Városi Sportcentrum évente több alkalommal az Olajcsarnokban óvodák közötti csapatversenyt szervez, ahol a gyerekek valós helyzetben élhetik át a közösséghez tartozás érzését, edződnek erkölcsi, akarati tulajdonságaik.

## **Családi sportnap**

Évente egy alkalommal májusban szervezünk óvodánk udvarán közös programot a szülőkkel, ahol a gyermekekkel együtt játékos, mozgásos feladatokból összeállított vetélkedőn vehetnek részt.

## **Fejlesztőprogram speciális céljaink megvalósításához:**

3-4 éves korban természetes nagymozgásokat (járás, futás, kúszás, mászás, bújás) végeztetünk a gyermekekkel, észlelésük mozgásaik közben spontán fejlődnek. Természetes módon ismertetjük őket testrészeikkel. Mindezt segítik: testrészek ismeretét célzó gyakorlatok, tárgyhoz viszonyított testhelyzetek gyakorlása, a test személyi zónájának alakítása.

4-5 éves korban nagyobb szerepet kap a tér mozgásos megismerése, különböző irányokban végzett mozgások, különböző formákat mozognak be, tanulják az oldaliséget.

5-6-7 éveseknél az észlelés fejlesztése a legcélzottabb, alaklítás, formaállandóság fejlesztése, gyakorlással. Egyes gyakorlatok csukott szemmel végeztetése. A gyakorlatokat bemutatás által láttatjuk, hallatjuk, a pontos megnevezés után pedig elvégzik a látott és hallott feladatokat a gyermekek. Előtérbe kerülnek a szem- kéz koordinációt igénylő feladatok.

## **Nagymozgások fejlesztése**

### **Járás**

- kis és nagy lépésekkel
- különböző irányokba fordulással
- változó szélességű sávok, vonalak között
- különböző tárgyak megkerülésével, átlépésével, tartásával

### **Futás**

- különböző tempóban, majd közbeni tempóváltással
- különböző irányokban, majd közbeni irányváltatással
- változó szélességű sávok között
- különböző tárgyak megkerülésével, átugrással, átlépésével

### **Ugrás**

- " távolugrás " (páros lábbal szökdelés) ugrás előre, hátra,
- " magasugrás "

- ugróiskola, kicsiknél a legegyszerűbb formában
- különböző alakzatú térbe beugrás- kiugrás/ kör, négyszög stb. /
- szökdelés egy lábon, oldalirányba szökdelés
- mélyugrás

### **Csúzás - kúzás különböző tempóban**

- különböző irányokba, majd irányváltotatással
- különböző szélességű és formátumú helyeken és tárgyakon / mászóka, fa /
- különböző tárgyak megkerülésével, átmászásával

### **Egyensúly gyakorlatok**

- Állás: lábujjon- sarkon
- Egyensúlyozó járás: padon, földre helyezett szivacson stb.
- Kúzás egyenes padon
- Body - Roll hengergyakorlatok, különböző sportok / roller, bicikli stb. /
- forgások, fordulatok, testhelyzet változtatások

### **Szem- kéz koordináció fejlesztése**

- Babzsák célba dobása változó nagyságú körbe, változó távolságról, különböző tárgyak fölött / szék stb. /
- Babzsák csúztatás két vonal közé
- Babzsák dobás vízszintes és függőleges célra, változó távolságról
- Karikadobás változó irányokba
- Kugli játék
- Labdajátékok: dobás és elkapás nagyobb, majd kisebb labdákkal változó távolságról, labda célba ütögetése bottal

### **Szem - láb koordináció fejlesztése**

- Ugrókötéllel: kötélen fölött átugrás, változó magassággal
- Karikába különböző lábakkal belépés, kilépés, beugrás, kiugrás
- Lábbal különböző formák rajzolása, alkalmi felületen, homokba, padlóra stb.
- Ugróiskola, egyszerűbb és neheztett formában
- Függeszkedés: átfogással tovahaladás

### **Finommotorika fejlesztés**

- Gyurmázás / elsődlegesen az anyag tapintásos megtapasztalása, tetszés szerinti formák, alakzatok kialakítása /
- Építőjátékokkal építés / összerakás, kirakás, eleinte nagy, majd fokozatosan kisebb elemekkel /
- Papírhajtogatás- papírfűzés, mintaalakítás
- Puzzle- játékok összerakása, fokozatosan növekvő elemszámokkal
- Mintakirakás lyukas táblán, egyszerűbb formáktól a bonyolultabbig
- Vágás, domború vagy előrerajzolt mintákkal
- papír- ceruza feladatok: rajzolás, festés nagy felületre -ujjal, zsírkrétával, színes ceruzával. Sablonok kiszínezése. Sablonok nélküli színezés, a különböző formák előrerajzolt mintáinak átírása.
- Kézi szergyakorlatok

### **Testséma fejlesztés**

A testrészek ismerete:

- Önmaga felismerése és azonosítása tükörgyakorlatokkal
- Tevékenységek a testrészek megismerését célozva:
  - testrészek megérintése és megnevezése a felnőtt által
  - a gyermek megismétli saját testén az érintést és megnevezést
  - utasításra a gyermek megérinti és megnevezi a testrészt
  - a felnőtt megnevezi, és a gyermek megérinti a másik gyermek testrészét
  - az előzőek megismétlése csukott szemmel
  - meghatározott testrészekre koncentráció

### **A test személyi zónájának alakítása**

- Az oldaliság tanítása
- A test elülső és hátulsó részeinek megismertetése játékos mozgásos feladatokkal
- A test függőleges zónájának megtanítása
- Adott tárgyakhoz viszonyított testhelyzetek gyakorlása

### **Testfogalom**

A testrészek tudatos ismerete, a test és testrészek funkcióinak tudatos ismerete.

Az egyes testrészek fejlesztésére alkalmazott mozgások:

- fej

- törzs
- karok
- ujjak
- lábak
- lábak és lábujjak

### **Percepció / észlelés / fejlesztése:**

Térpercepció: alaklátás

forma alakítás

különböző alakzatok végigmozgása

Kinesztetikus / mozgásos / észlelés fejlesztése

alapvető térirányok megismerése saját testének közvetítésével

### **Verbális fejlesztés**

*a, Szókincsbővítés:*

A mozgással kapcsolatos eszközök, gyakorlatok, szakkifejezések megismerése.

*b., Mondatalkotás:*

A mozgásos cselekvés beszédre ösztönöz.

*c., Légzéstechnika*

**Forrásanyag:** Porkolábné Dr. Balogh Katalin: Komplex Prevenciók Óvodai Program

Gergely Ildikó: Mit? Miért? Hogyan? Módszertani füzetek

### **Tanulás, mozgásban, mozgással**

A tanulás feltétele a gyermek cselekvő aktivitása, ezért a tanulás egyik színtere a mozgás. A spontán és szervezett keretben történő mozgásos tevékenységek közben a következő sorrendben érvényesülnek a tanulási formák:

- Spontán, játékos tapasztalatszerzés.
- Utánzásos és modellkövető tapasztalatszerzés.
- Gyakorlati problémamegoldás.
- Óvónő által irányított tapasztalatszerzés.

### **A mozgás kapcsolata az anyanyelvi neveléssel:**

- A mozgás - a ritmus meghatározó a gyermeki beszéd fejlődése szempontjából.

- A mozgásos játékok és a hozzájuk kapcsolt egyéb tevékenységek segítik a gyermeket a fogalomalkotásban, és a megismert fogalmak verbális megfogalmazásában, gyakorlati alkalmazásában.

### **A fejlődés várható jellemzői óvodáskor végén:**

A gyerekek egyéni fejlettségéhez mérten

- Mozgásban kitartóak, mozgásuk összerendezett.
- Térben, időben jól tájékozódnak.
- Egyéni és csoportos váltóversenyeken a szabályokat betartják.
- Természetes mozgásformákat (járás, futás, ugrás, dobás, egyensúlyozás) akadályokkal, ill. megváltozott helyzetekben és versenyszerűen is alkalmazzák.
- A mozgásokat örömmel végzik.

#### **Varázsceruzás gyerekek részére (5-6-7 éves)**

**csoportközi foglalkozások (hétfőn Ének- zene; Így tedd rá! csütörtökön Mozgás; alkalmanként élményszerző tevékenységek külső helyszínen) 15-35 perc**

## **9.2 A külső világ tevékeny megismerése**

A környező világ tevékeny megismerésének fontos szerepe van a harmonikus gyermeki személyiség fejlődésében.

### **Célunk:**

A szűkebb és tágabb környezet, lakóhelyünk felfedezése során a gyermekek pozitív érzelmi viszonyának megalapozása a természeti - emberi - tárgyi világ értékei iránt.

A környezet megismerése közben a gyermekek mennyiségi, alaki, nagyságbeli, tér és síkbeli szemléletének alakítása.

### **Feladatunk:**

- A 3-6 -7 éves korú gyerekeknek tervezhető jellegzetes tartalmak biztosítása, hagyományos és helyi témák összeállítása a környezetük értékeinek felfedezésére.
- A gyermekek kommunikációs készségének fejlesztése a közvetlen tapasztalt és ismeretszerzés során.

- Az egyéni adottságokat és az életkori sajátosságokat figyelembe véve matematikai tartalmú, játékos tapasztalatszerző lehetőségeket teremtünk, ahol alkalom nyílik az összefüggések észrevételére, az ismeretek gyakorlati alkalmazására.
- Szolnok város nevezetes épületeinek, természeti adottságainak megismertetése.

### **Óvónői magatartásunk:**

- Szeretjük, ismerjük, óvjuk, gondozzuk a bennünket körülvevő természetet.
- Igényesek vagyunk környezetünk tisztaságára.
- Magatartásunkkal ösztönözzük a gyerekeket, hogy vegyék észre a természet változásait, jelenségeit, szépségeit.
- Ápoljuk az óvodánkban élő szokásokat, hagyományokat.

### **Tevékenységünk gyakorlata:**

**A csoportszobában** élsarkot alakítunk ki. Az otthonról hozott terméseknek, köveknek, kagylóknak helyet biztosítunk, amit felhasználhatnak játékaikhoz is.

A gyermekeknek megfelelő ismeretterjesztő könyvek állandóan rendelkezésükre állnak.

A csoportszobákat úgy alakítjuk ki, hogy a természetes anyagok legyenek túlsúlyban, és törekszünk a színek harmóniájára.

**Az udvaron** lehetőségük van a gyerekeknek megfigyelni a növényeket, bogarakat, a kéményen fészkelő gólyapárt.

Kihasználjuk a meghitt, élet közeli helyzeteket az egyéni beszélgetésre.

### **A környezet megismerésére nevelés tartalma:**

#### **Társadalmi és természeti környezet**

Az óvoda új környezet a gyermek számára. Fontos tehát e környezet megismertetése mind a tartalmát, mind a hozzájuk való alkalmazkodás szokásrendjét illetően.

A gyermekek ismerjék a felnőttek óvodai munkáját. Önálló vállalkozással, közreműködésükkel járuljanak hozzá ők maguk is környezetük ápolásához.

Legyen tapasztalatuk az orvos, védőnő, betegellátás feladatiról. Tudják megnevezni az emberi testrészeket, ismerjék és gyakorolják önállóan tisztántartásukat, ismerjék érzékszerveiket, azok funkcióit, védelmét.

Gyakorolják a helyes gyalogos közlekedést. A közlekedésre nevelés fontos szempontja a helyes viselkedés a közlekedési morál megalapozása (udvariasság, idős emberek megsegítése) Ismerjék a közlekedési eszközöket (vízi, légi, vasúti stb.)

Figyeljék meg a napszakokat, gyakorolják az ehhez kapcsolódó tevékenységeket.

Természeti környezet megismerésére alapvető lehetőség az évszakok megfigyelésén keresztül kínálkozik. Az időjárás, a természet jellemzői, változásai, a színek, formák szépségei alapvető tapasztalatokra adnak lehetőséget az erdei- óvoda foglalkozásain. A növény és állatvilág megismerése fontos része a környezet megismerésére nevelés tartalmának. A növények gondozására, ápolására lehetőség nyílik óvodánk udvarán, virágos kertjében. Az élő állatok megismerésére természetes környezetükben van lehetőség a gyermekeknek.

### Mi is az a Kneipp- módszer?

Sebastian Kneipp (1821-1897), német pap tapasztalatai alapján kidolgozta egyedi, saját egészségmegőrző módszerét. Úgy gondolta, hogy az ember egészsége szorosan összefügg a természeti elemek használatával. Filozófiájának 5 alappillére van, melyek szervesen egymásra épülnek:

- phytoterápia „*Ha valaki egy tucat gyógynövényt és azok hatását ismeri, végtelenül sok betegséget képes megelőzni.* “ /Sebastian Kneipp/
- hidroterápia - váltott hőmérsékletű fürdő, borogatás, gőzfürdő, pakolás
- dietetika- kiegyensúlyozott, egészséges, rostokban és vitaminokban gazdag táplálkozás, megfelelő folyadékbevitel friss víz és gyógytea formájában
- mozgásterápia- rendszeres mozgás mellett a stressz levezetésére /pl.: úszás, torna, tánc, gyaloglás/
- testi- lelki egyensúly

**Kneipp ösvény:** olyan gyalogospálya, melyet különböző struktúrájú anyagokkal töltenek fel a (pl. kövek, toboz, moha, fakéreg), olykor vízmedence közbeiktatásával, melyen, ha mezítláb végighaladunk a talpunkat érő szokatlan ingerek stimulálják, felfrissítik a szervezet működését. A taposóösvény környezetét általában gyógy- és fűszernövényekkel ültetik be.

## ***Miért jó mezítláb járni?***

Séta közben a talpat folyamatosan éri a levegő, ezáltal a vérkeringés élénkebbé válik, felfrissül a szervezet.

Emellett:

- megerősíti a lábboltozatot
- fokozza az egyensúlyérzetet
- alkalmas izomerősítésre és izomnyújtásra
- szabályozza, serkenti a vérkeringést
- a talpi reflexponton keresztül hat a belső szervekre
- javítja az anyagcserét, emésztést
- jótékony hatással van felső légúti problémákra, mellkasi és alhasi megbetegedésekre, az érrendszerre és az idegrendszerre

## ***Így sétáljunk a Kneipp ösvényen!***

- A taposó különböző anyagjain sétálva felfrissül lábunk és egész testünk.
- Lassan sétáljunk, minden egyes lépést meggondolva.
- Séta közben amennyire csak lehet, maradjunk csendben, figyeljünk magunkra.
- Koncentráljunk talpunkra, ahogy hozzáérnek a különböző felületek.
- Lassan emeljük lábunkat, gondolatainkat hangoljuk össze a talpunkkal érzékelt felületekkel.
- Lélegezzünk mélyeket, hagyjuk, hogy az érzetek érzelmeket váltsanak ki belőlünk.

## ***Mi történik séta közben?***

- Érzékfejlesztés: Ahogy a talp a különböző felületekkel érintkezik egymás után, az emlékeket és érzelmeket a felszínre emeli tudatalattinkból.
- Elősegíti és gyorsítja a méregtelenítési folyamatokat.
- Mechanikai ingerkeltés által felszabadítja az energiapályákat.
- Tapintásérzék- fejlesztés, ami által növekszik érzékenységünk.

- Vérkeringés- serkentés, amely által felfrissülnek alsó végtagjaink erei, egészen a csípőnkig.

### A módszer elemeinek beépülése nevelőmunkánkba

A módszer alapos áttanulmányozása után az 5 alappillér mentén közös pontokat kerestünk a pedagógiai programrészünkben megfogalmazott céljainkkal és feladatainkkal. A gyakorlatban történő kipróbálása ezek után következett.

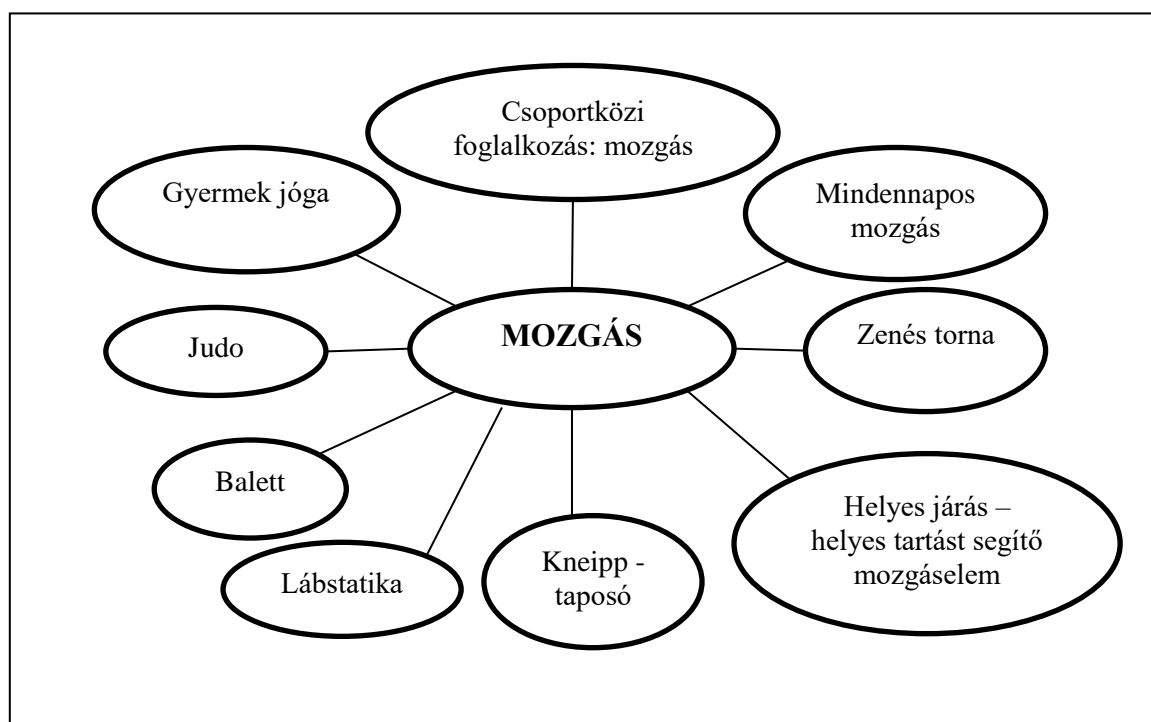
## **1. Mozgás - Mozgásterápia**

**Cél:** A gyermekek őrizték meg természetes mozgásigényüket, legyen minél több tapasztalatuk a mozgás változatos lehetőségeiről, szívesen és sokat mozogjanak.

**Feladat:** Megfelelő idő és hely biztosítása a mozgásra; változatos mozgási lehetőségek felkínálása, azok folyamatos bővítése.

Előnyben részesítjük a szabad levegőn történő mozgást, azonban rossz idő esetén mindhárom csoport számára elérhető a felszerelt tornaterem, ahol a stressz oldás mellett kielégíthető a gyermekek mozgásigénye.

A tervezett mozgás és a mindennapos mozgás mellett igyekszünk minél több mozgási lehetőséget biztosítani gyermekeink számára.



Bekerült napirendünkbe /lásd.: *Melléklet/* a **Helyes járás- helyes tartást** segítő mozgáselem. Csoportjainkban kialakításra került az ehhez szükséges lépegető pálya, majd ehhez kapcsolódóan továbbfejlesztésként beépítésre került a **lábstatika**.

Az óvoda- család kapcsolat erősítése kapcsán erre vonatkozóan **célunk**: A szülők bevonása, megsegítése a gyermekek egészséges lábboltozatának kialakításában. Saját készítésű, szülők számára is elérhető gyűjtemény segítségével biztosítjuk az otthoni gyakorlási lehetőséget.

Régi vágyunk volt egy **Kneipp ösvény** kialakítása udvarunkon, melyet sikerült megvalósítanunk. Kiemelt figyelmet fordítottunk arra, hogy kizárólag természetes anyagokból készüljön, udvarunk egyik kellemes, nyugodt kis szegletében. A beltéri, mobil érzékelő pálya és az udvari taposó ösvényünk együttesen egész évben biztosítja a gyermekek számára a különböző struktúrájú anyagokon történő mezítlábas sétát, hozzájárulva ezáltal a komplex mozgásfejlődésükhöz és egészségmegőrzésükhöz.

A beltéri mobil érzékelő pályát a gyermekek a nap folyamán kedvük szerint használhatják a megbeszélte szabályok szerint. Az elemeket játékukba szabadon felhasználhatják, beépíthetik, így játék közben kötöttségek nélkül, megváltozott helyzetben masszírozhatják talpukat. A gyermekek ezt rendkívül élvezik, és kreatív megoldásokkal teszik a sétát változatossá, érdekessé. Legyen az egy tó melletti sétány, vagy a medve barlang köré épített ösvény, máris új és izgalmas játék.

A taposón való séta lényege, hogy ezt csendesesen és lassan végezzük. Természetesen ezt meg kell szoknia a gyermeknek, hogy érezze a hatását. Nagyszerű megoldás, ha a taposón való járás, séta közben megfelelő tempójú és ritmusú dalokat énekelgetünk, esetleg mondókázunk. Így a gyermek mozgása az adott dalhoz, mondókához igazodik, ezáltal elmélyül benne a lassú séta tempója, közben fejlődik hallása, ritmusérzéke. A későbbiekbe, mikor kialakul bennük a lassú séta iránti igény, már egy halk relaxációs zene, vagy az óvodapedagógus meséje, lágy hangja kísérheti őket útjukon, s közben fejlődik fantáziájuk.

A Kneipp módszer alapján a melegebb idő beköszöntével, amikor csak lehetőség nyílik rá, szorgalmazzuk a **harmatos fűben járást**. Ez 5- 10 percet jelent, a gyermek azonban ez idő alatt új ismeretekhez jut környezetéről egy teljesen másfajta érzékelés mentén, egyúttal felélénkül szervezete, ahogy a meleg kis lába a langyos fűvel érintkezik. Másik érdekes és kedvelt tevékenység a gyermekek számára a **nedves kavics taposás**, mely ugyancsak 5- 10 percet vesz igénybe, viszont a játékos séta a reflexzónákon keresztül aktiválja a belső szervek működését.

Szívesen kapcsoljuk össze a *zenét a mozgással*, hiszen külön - külön is hozzájárulnak a lelki egyensúly felállításához, együtt azonban olyan élményt nyújt a gyermek számára, amiben megnyugodhat és kinyílnak, igazán önmaga lehet, s mindeközben fejlődik kifejezőképessége, kreativitása.

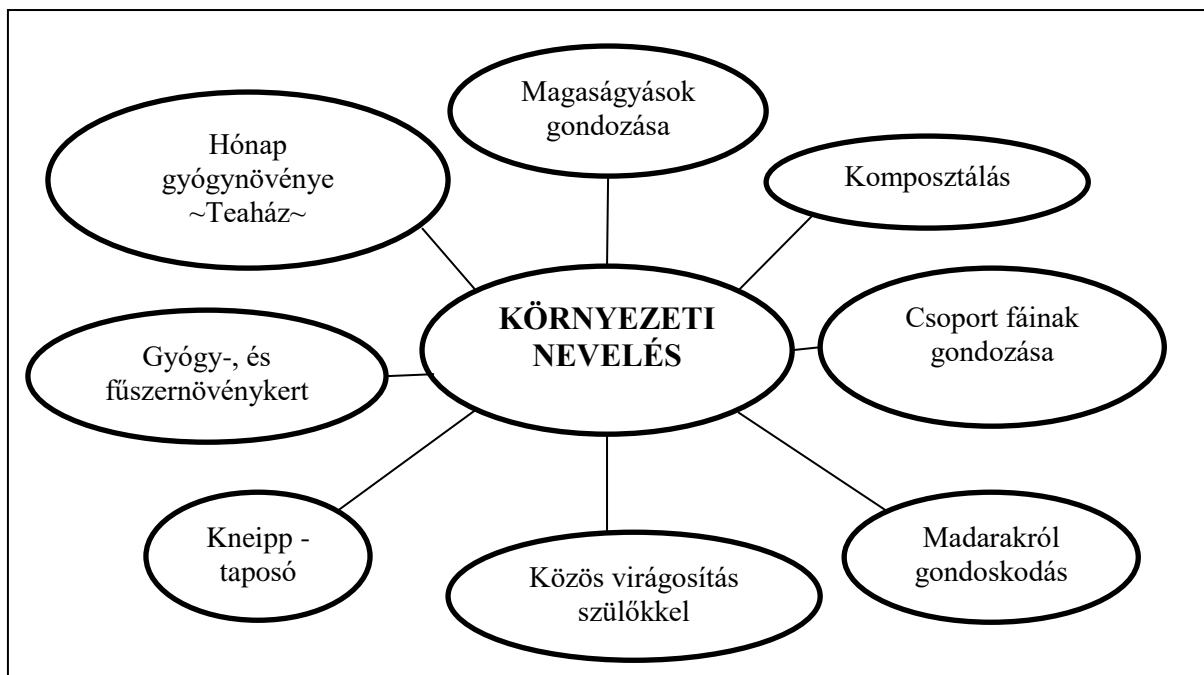
Naplezáráskor előszeretettel végzünk közösen légző- és jóga gyakorlatokat, ezáltal a gyermekeknek lehetőséget biztosítunk a megnyugvásra, elcsendesedésre. Tapasztalatunk azt mutatja, hogy a gyermekek kedvelik és igénylik ezt a fajta mozgásformát, szívesen vesznek részt benne. Az udvari életet, játékot így kevésbé feszült érzéssel kezdhetik meg, sokkal kevesebb baleset fordul elő.

Óvodánkban lehetőséget biztosítunk fakultatív mozgási lehetőségre is. Heti egy-egy alkalommal délutánonként *Judo*, *Balett* és *Gyermek jóga* foglalkozásnak adunk helyet. Havi egy alkalommal a szülőket is várjuk egy közös szülő- gyermek jógára.

## 2. Környezeti nevelés – Phytoterápia

**Cél:** Ismerjék meg a gyógy- és fűszernövényeket, a szervezetre gyakorolt jótékony hatásukat.

**Feladat:** Gyógy- és fűszernövénykert kialakítása, folyamatos gondozása, bővítése.



Óvodánk arculatához a gyógy- és fűszernövénykert kialakítása és gondozása testhezálló feladatnak bizonyult. Már korábban is nagy figyelmet fordítottunk arra, hogy a dísnövények mellett jótékony hatású növényekkel is gazdagítsuk óvodánk udvarát. A gyermekek örömmel vesznek részt a magaságyás, a csoportos fák és a gyógynövénykert gondozásában. Komposztládáink tudatos alkalmazásával törekszünk természetes tápanyaggal hozzájárulni növényeink egészséges fejlődéséhez.

A gondozási munkálatok mellett lehetőséget biztosítunk a gyermekeink számára az érzékelés útján történő ismeretbővítésre. Játékos módon (saját készítésű illatszások, memóriajáték, érzékelő játékok) megismertetjük velük a gyógynövényeket, fűszernövényeket, azok jellegzetes illatát, ízét, színét, felhasználásuk módját, a szervezetre gyakorolt jótékony hatásukat. Elkészítettünk egy szárítót, így ezek a növények egész évben rendelkezésünkre állnak, emellett a gyermekek megismerik azok eltarthatóságának praktikáit. Szívesen vesznek részt a gyermekek a „szüretben“, majd az azt követő teakészítésben és a kóstolásban.

Egy hónapban egy gyógynövényre fókuszálunk, így az ismereteknek van ideje leülepedni.

<b>A hónap gyógynövénye</b>	
<b>November</b>	csipkebogyó
<b>December</b>	kamilla
<b>Január</b>	hársfa
<b>Február</b>	kakukkfű
<b>Március</b>	citromfű
<b>Április</b>	menta
<b>Május</b>	levendula

Szerdánként az adott hónap gyógynövényéből készült teát kóstolhatják meg a gyermekek. Ezek az ízek szokatlanok, sokszor kifejezetten elutasításra ösztönzik a gyermeket. A tapasztalatunk viszont azt mutatja, hogy a jó példa, a gondozási folyamatokba történő rendszeres bevonás, a vizsgálódás, ízlelgetés befogadóbbá tesz a gyermeket az új kipróbálására, idővel elfogadására, mindeközben pedig lassan elmélyülnek bennük ezek az egészségmegőrzéshez fontos új ismeretek.

Mindezzel párhuzamosan másik fontos **célunk**, hogy a szülők is megismerjék ezeket a gyógynövényeket, egészségjavító hatásukat. Ennek érdekében a faliújságon minden hónapban láthatóvá tesszük a számukra az adott hónap gyógynövényét, azok jótékony hatását; bevonjuk

a családokat a gyűjtésbe, illetve szerda délutánonként teával kínáljuk a gyermekükért érkezőket. Elkészítettünk egy saját *Gyógy- és fűszernövény gyűjteményt* (lásd.: *Melléklet*), melyben egybefűzve megtalálhatóak az év során feldolgozásra kerülő növények.

### **3. Egészséges életmódra nevelés – Dietetika**

*„Minden nap egy alma, az orvost távol tartja. “*

**Cél:** Ismerjék meg az egészségmegőrzéshez elengedhetetlen alapokat.

**Feladat:** Az egészséges táplálkozás iránti igény megalapozása; az egészségmegőrzéshez szükséges ismeretek elmélyítése.

Nagy figyelmet fordítunk a megfelelő és folyamatos folyadékbevitelre víz és tea formájában. Figyelünk arra, hogy lehetőleg cukor helyett mézzel és citrommal ízesítsük a teát. Szerdánként gyógytea kóstolót tartunk, közben megismertetjük a gyermekekkel ízüket, hatásukat.

A Szanda Konyha - mely óvodánk gyermekei számára biztosítja az egésznapos ellátást - a minta menza program alapján állítja össze az étlapot, így gyermekeink egészséges, változatos, tápanyagokban gazdag ételeket fogyaszthatnak.

További **célunk** a szülőknél az egészségtudatosság megalapozása, erősítése. Ennek érdekében minden szerdán zöldség- és gyümölcsnapot tartunk. A szülők szorgalmának, és főzőkonyháinknak köszönhetően minden napra jut a gyermekeknek friss vitaminforrás, külön öröm, hogy egyre többször jutunk biogyümölcsőhöz, zöldséghez. Megnyitottunk egy egészséges receptgyűjteményt, melyet folyamatosan bővítünk az otthon kipróbált receptekkel.

### **4. Tapasztalat- és élményszerzés – Hidroterápia**

**Cél:** Ismerjék meg a víz fontosságát életünkben, törekedjenek annak megóvására, takarékosagra.

**Feladat:** Megfelelő idő és hely biztosítása a vizsgálódásokra, kísérletezésekre, próbálgatásra, tapasztalatgyűjtésre.

Óvodai nevelőmunkánk tervezését és megvalósítását a Kompetencia alapú óvodai nevelési programhoz hasonlóan a négy fő elem köré - tűz, víz, föld, levegő - építjük. Igyekszünk ehhez kapcsolódóan minél több élmény- és tapasztalatszerzési lehetőséget biztosítani a gyermekek számára.

Gyermekeink jól tudják, hogy a víz egyik életető elemünk. Megtanítjuk őket a víz „szeretetére“, megóvására, a takarékosagra. A víz, mint egyik fő témakör kiváló lehetőséget nyújt a játékos kísérletezésre, vizsgálódásra, ezáltal az ismeretbővítésre. A hideg- meleg reláció minden témakörnél jelen van, újra és újra előtérbe kerül. A *Víz* témánál kiemelt figyelmet fordítunk arra, hogy a gyermekek saját bőrükön - arc, kézfej, lábfej - tapasztalhassák meg a hideg és meleg víz váltakozásának jótékony hatását. Ehhez folyamatosan bővítjük eszköztárunkat.

#### ***A Kneipp és a víz kapcsolata:***

Sebastian Kneipp azt vallotta, hogy a víznél hatásosabb gyógymód nincs, csak meg kell találni az egyénhez legjobban illőt. Többnyire mindenhol a Kneipp- taposót alkalmazzák, ahol a kövekre engedett hideg vagy meleg vízben sétálhatunk, esetleg belemárthatjuk karjainkat. Ez stimulálja a szervezetet, élettani reakciókat vált ki.

Ennek szellemében száraz Kneipp- taposónkat nedves taposóval bővítettük. A kis „medencékben” váltakozva hidegebb-melegebb hőmérsékletű vízben, illetve különböző méretű kavicsokon sétálhatnak a gyermekek, miközben megtapasztalhatják a víz frissítő erejét. Emellett időjárástól függően szorgalmazzuk a harmatos fűben járást, amely szintén hasonló érzetet, hatást vált ki.

**Célunk**, hogy a szülők is megismerjék a nedves taposónk üdítő hatását. Ennek érdekében nyílt nap keretében bemutatjuk számukra használatát.

## ***5. Szocializáció - Testi- lelki egyensúly***

A Szolnok Városi Óvodákban, így tagintézményünkben is kiemelt figyelmet fordítunk az érzelmi nevelésre, szocializációra. Napjainkban egyre több az egyéni bánásmódot igénylő gyermek (hátrányos helyzet, SNI, BTMN), emellett gyakori az agresszió megjelenése, esetleg a túlzott zárkózottság. Fontos számunkra, hogy egy érzelmi biztonságot nyújtó közegben tölthessék napjaikat a gyermekek, illetve, hogy a szülők is érezzék, nálunk jó kezekben van csemetéjük.

**Célunk**, hogy a hozzánk gyermekek érezzék jól magukat, szívesen járjanak óvodába, magabiztossá, érzelmileg gazdaggá, kiegyensúlyozottá váljanak.

**Feladat:** Kiemelt figyelmet fordítunk arra, hogy biztosítsuk gyermekeink számára a személyi állandóságot, folyamatosan erősítjük bennük az összetartozás érzését. Pedagógusaink elfogadó, odaforduló, szeretetteljes attitűdjének; a sokszínű élmény- és tapasztalatszerzéseknek köszönhetően a hozzánk járó gyermekek bizalommal fordulnak

egymáshoz és a felnőttekhez egyaránt, nyitottak, fogékonyak és érdeklődőek a külvilág dolgai iránt. Mindezek mellett lelki egyensúlyukat többek között relaxációs gyakorlatokkal, jógával, szocializációs játékokkal, drámajátékokkal, a csoportbáb állandó kedves jelenlétével, csendkörrel igyekszünk megtámogatni. Kialakítottunk egy Só-kuckót is, ahová a gyermekekkel elvonulhatunk mesét hallgatni, anyanyelvi játékokat játszani, vagy csak egy kicsit felüdülni, relaxálni.

Az óvoda- család kapcsolat erősítése kapcsán célunk és üzenetünk a szülők felé:

*A rohanó világból álljunk meg egy percre!*

Mit teszünk?

- Minden hónap első szerdáján Tea-házunkba invitáljuk a szülőket, ahol meghitt hangulatban, csendes és nyugodt környezetben beszélgethetünk, cserélhetünk egészségmegőrzési praktikákat, tapasztalatokat, miközben saját készítésű gyógyteáinkat kóstolhatják.
- Időszakosan Baba-mama jóga bemutatót rendezünk
- Relaxációs gyakorlatokat mutatunk, miközben illóolajokkal ismertetjük meg a szülőket

/lásd. Melléklet: Illóolajok gyermekeknek/

### **Eddig elért eredményeink:**

Eredményként tekintünk arra, hogy nevelőtestületünk minden tagja azonosulni tud a módszer sajátosságaival, és azt tudatosan beépítik a napi nevelőmunkájukba.

A gyermekek nyitottak, érdeklődőek, szívesen vesznek részt a tevékenységekben, játékokban és az eközben szerzett ismereteket, tapasztalatokat a későbbiekben alkalmazzák vagy továbbítják szüleik számára.

A szülők nyitottak, segítőkészek, támogató attitűdjükkel segítik munkánkat. Bevonhatóak, bekapcsolódnak a szervezett tevékenységekbe, saját készítésű eszközök összeállításába, gyűjtőmunkába.

A mentálhigiéncia javulásához hozzájárul, elősegíti.

### **Távlati céljaink:**

Egyik fontos célunk az eszközbővítés. Tervezzük:

- Mászófal kiépítését
- Kültéri és beltéri nagyméretű fejlesztő játékok beszerzését
- Tornaeszközök tárának bővítését
- Írisz eszközök beszerzését
- Babzsákfotelek beszerzését

Emellett a szülők, illetve a nevelőtestület számára előadás keretében szeretnénk biztosítani az ismeretbővítést, tapasztalatcserét mentálhigiénés szakemberek felkérésével.

Kutatjuk továbbá a hasonló módszerekkel dolgozó óvodákat „testvér óvoda” kapcsolat kialakítása céljából, az egymástól való tanulás érdekében.

Ezekhez feladatunk az anyagi támogatás megszerzése, ehhez kapcsolódó pályázatok felkutatása, megpályázása.

Legfőbb célunk a „Jó gyakorlattá” válás. Ennek érdekében szeretnénk a módszerhez kapcsolódó továbbképzésekre eljutni, majd prezentálni az érdeklődők felé a módszer beépülésének gyakorlatát, tapasztalatait nevelőmunkánkba.

### **Környezetünk mennyiségi és formai viszonyai**

A környező világ fontos jellemzői a formai és mennyiségi viszonyok. Lényegében minden matematikai fejlesztő tevékenység integrálható a megfigyelésre szánt jelenség, illetve tárgy tapasztalati rendszerébe. A matematikai tapasztalatszerzés tehát természetes környezetben a legeredményesebb. A matematikai nevelés hozzájárul a gyermek külvilágról szerzett tapasztalatainak feldolgozásához.

A gyermekek természetes környezetben végzett megfigyeléseik alkalmával vegyék észre, hogy a tárgyak, személyek, halmazok összehasonlíthatók, szétválogathatók tulajdonságaik szerint, illetve saját szempontok alapján. A számfogalom megalapozására végezzenek mérési feladatokat mennyiségekkel, halmazokkal, különböző egységekkel.

Szerezzenek tapasztalatokat a geometria körében például építéssel, síkbeli alkotásokkal stb.

### **Tanulási formák:**

- Utánzásos, minta és modellközvetítéses magatartás és viselkedés tanulás (szokások kialakítása).
- Spontán, játékos tapasztalatszerzés.
- A gyermeki kérdésekre, válaszokra épülő ismeretszerzés.
- Az óvónő által irányított megfigyelés, tapasztalatszerzés.
- Gyakorlati probléma és feladatmegoldás.
- A közvetlen élményeken alapuló tevékenységek.

### **A külső világ tevékeny megismerésének kapcsolata a mozgással:**

A mozgásra irányuló belső kényszer állandó megtapasztalásokra, felfedezésekre, önmaguk kipróbálására inspirálja őket.

### **A külső világ tevékeny megismerésének kapcsolata az anyanyelvi neveléssel:**

-A gyermekeknek a sokféle újabb felfedezésre ösztönző tapasztalatszerzés közben bővül szókincsük, fejlődik beszédmegértő és nyelvi kifejezőképességük, önálló véleményalkotásuk, döntési képességük és formálódnak társas kapcsolataik.

### **A fejlődés várható eredménye óvodáskor végén:**

- A gyermekek ismerik lakcímüket, szüleik pontos nevét, foglalkozását, munkahelyét, óvodájuk nevét.
- Ismerik saját születési helyüket és idejüket.
- Különbséget tesznek az évszakok között, gyönyörködni tudnak szépségében.
- A gyermekek ismerik a környezetükben lévő intézményeket, szolgáltató üzleteket, esztétikai alkotásokat.
- Ismernek háziállatokat, vadállatokat, madarakat, bogarakat.
- Ismernek környezetükben növényeket és azok gondozását.
- Gyakorlottak az elemi közlekedési szabályok betartásában.
- Ismernek szárazföldi - vízi - légi közlekedési eszközöket.
- A tárgyakat megszámlálják legalább 10-ig, összehasonlítják mennyiség - nagyság - forma - szín szerint.
- Megkülönböztetik a jobbra - balra irányokat, helyesen használják a névutókat.
- Kialakult a beszédhelyzethez, és az anyanyelvi szabályokhoz illeszkedő jól érthető beszéd.

### **Varázsceruzás gyerekek részére (5-6-7 éves)**

**csoportközi foglalkozások (hétfőn Ének- zene; Így tedd rá! csütörtökön Mozgás; alkalmanként élményszerző tevékenységek külső helyszínen) 15-35 perc**

### **9.3 Ének, zene, énekes játék, gyermektánc**

A zene olyan emberformáló erő, mely kihat az egész személyiségre. Általa a gyermek kiegyensúlyozottá válik, fogékonnyá teszi a szép befogadására, formálja zenei ízlését, magatartását.

#### **Célunk:**

Bátran éneklő, a zene iránt nyitott és fogékonny, a mindennapokban egyre önállóbban, kreatívabban tevékenykedő gyermekek nevelése, akik igénylik a közös éneklést, zenélést, mozgást.

#### **Feladatunk:**

- A felhasznált zenei anyagok igényes, vegyes életkor képességszintjének megfelelő válogatása.
- A 3-6-7 éves korban megtervezhető hagyományos zenei tartalmak biztosítása.
- Élmény gazdag környezet teremtése, ahol a gyerekeket folyamatos ösztönzések érik, ezáltal bátran, örömmel játssza az énekes játékokat, táncol, énekel, zenél.

#### **Óvónői magatartásunk**

- A mindennapi éneklés belső igényünkből fakad.
- Igényesen állítjuk össze a zenei anyagot.
- Kihasználjuk a gyermekek spontán kezdeményezéseit.

#### **Tevékenységünk gyakorlata:**

Szabad éneklés, zenélés:

A mindennapi zenélés, zenehallgatás igazi örömet ad a gyermekeknek és zenei élményhez juttatja őket.

### **A csoportszobában:**

Az óvodába lépéstől énekelgetünk, dúdolgatunk a gyermekeknek, hogy megteremtsük a bensőséges kapcsolatot a felnőtt és gyermek között. A simogatók, tapsoltatók, höcögtetők erősítik a kicsinyek biztonságérzetét, érzelmileg gazdagítják őket.

Az énekléshez, játékokhoz felhasználható eszközök, kellékek és a hangszerek állandóan a gyermekek előtt, elérhető közelségben vannak. A nap bármely szakában gyakorlásra és önkifejezésre adunk lehetőséget. A gyermekek improvizatív megnyilvánulásait értékeljük, bátorítjuk őket.

A zenei képességfejlesztést élet közeli és a gyermekek által kezdeményezett helyzetekben végezzük.

Az audiovizuális eszközök használata része mindennapjainknak, és szolgálják a gyermekek zenei fejlesztését.

**Az udvar:** Évszakonként a csoportok saját udvarrészeit rendben tartják, gondozzák. Lehetőséget nyújt a fogócskák, bonyolultabb térformát igénylő népi és dalos játékok játszására.

A megbúvó bogarak, madarak, kis élőlények spontán énekelgetések forrásai.

### **Szervezett éneklés, zenélés:**

Az élményt nyújtó közös ének-zenei tevékenységek során a gyermekek felfedezik a dallam, a ritmus, a mozgás szépségét, a közös éneklés örömét.

Hetente egy alkalommal szervezünk csoportjainkban énekes játékot, az 5-6-7 éves gyermekek számára kötelező jelleggel. Elsődleges szempontunk a nyugodt, derűs légkör megteremtése, a megfelelő hely biztosítása. A dal, játék és mondóka gyűjteményünket a jeles napok, ünnepeink köré csoportosítjuk.

**3-4 éves** korban az érzelmi biztonság és a testi kontaktus miatt legmegfelelőbbek a gyermekek számára az ölbeli játékok (lovagoltatók, höcögtetők, tapsoltatók stb.). A rövid mondókák és a 2-3-4 hangból álló dalok 3/4-es lüktetésűek, egyszerű játékos mozdulatokkal kísérték, és többnyire álló helyzetben járhatók.

A jóízű játék során fejlődnek a gyermekek zenei képességei. Megismertetjük a halk-hangos, a magas-mély fogalmát, a környezet legjellemzőbb hangjait.

Zenehallgatási élményt e korosztály számára saját énekünk és hangszeres játékunk nyújt.

**4-5 éves** korban az eddig tanult dalos játékok és mondókák ismétlése mellett igyekszünk bővíteni korábbi ismereteiket. Már nem csak 2-3 hangból álló, hanem pentaton hangterjedelmű énekes játékokat játszunk.

Játékos helyzetekben gyakoroljuk a halk-hangos, magas-mély és a gyors-lassú fogalmát. Az egyenletes lüktetés készségé fejlesztése mellett előtérbe kerül a ritmus változatos formában történő ismétlése. Megjelennek az egyszerűbb tánclépések mellett a különböző térformát és helyváltozást igénylő játékok is. (csigavonal, hullámvonal)

Bővül a gyermekek által megismert hangszerek köre. (pl. cintányér, csörgők)

**5-6-7 éves** korban bővül a mondóka és a dalanyag, az alkalomhoz illő műdalok és népdalok is szerepet kapnak az anyag kiválasztásban.

Bonyolultabb játékokat (párcsere, hidas, kapus, fogyó, sorgyarapító) és humorosabb szöveget választunk. Egyre gyakrabban szerepel az egyéni éneklés a tiszta előadásmód érdekében.

A korábbi zenei feladatok bővülnek, a hallásfejlesztést segítő fogalompárok összekapcsolásával, pl.

halk-hangos éneklés összekapcsolása tempóváltoztatással vagy dallambújtatással.

Ünnepek alkalmával az ünnepi hangulathoz hozzájárulnak a gyermekek által előadott ismert népi játékok, táncok.

**Forrásanyag:** Forrai-Kodály: ÉNO; Kodály: Kisemberek dalai; Törzsök B: Zenehallgatás az óvodában;

#### Ének-zenei tevékenységünk tanulási formái:

A felnőtt minta utánzásával az éneklés, zenélés részévé válik a gyermek mindennapi tevékenységének. A zenére való egyre tudatosabb ráfigyelés finomítja a gyermek megfigyelőképességét, figyelme szándékossá alakul, emlékezete fejlődik.

- Utánzásos minta és modellkövetés.
- Spontán játékos tapasztalatszerzés.
- Az óvodapedagógus által kezdeményezett, szervezett zenei tevékenységben megvalósuló tanulás.

#### Az ének-zene kapcsolata a mozgással:

A mozgásos játékok örömteli végzése közben fejlődik a gyermekek fizikai állóképessége, fizikai aktivitása. A zene segít ebben, hiszen a dal ritmusa, lüktetése önmagában is mozgásra serkent, fejleszti egyensúlyérzéküket, finommotorikájukat.

### Az ének-zene kapcsolata az anyanyelvi neveléssel:

- A zenei tevékenységek által fejlődik a gyermekek beszéde, beszédértése, beszédkézsége, beszédtempója. Gazdagodik szókincse, kifejezőkészsége, beszédtechnikája, artikulációja, légzéstechnikája, a hangok helyes kiejtése és a ritmikus szótagolás technikája.

### **A fejlődés várható eredménye óvodáskor végén:**

- A gyermekek örömmel játszanak dalos játékokat.
- Bátran énekelnek egyedül és közösen.
- Élvezettel hallgatnak zenét.
- Megkülönböztetik a zenei fogalompárokat (halk-hangos, magas-mély, gyors-lassú).
- Érzik az egyenletes lüktetést, és a dalok ritmusát.
- Ismernek hangszereket, azok hangját tudják azonosítani (pl. furulya, xilofon)
- Ismernek egyszerű ritmushangszereket, azokat tudják használni.

### **Varázsceruzás gyerekek részére (5-6-7 éves)**

**csoporthközi foglalkozások (hétfőn Ének- zene; Így tedd rá! csütörtökön Mozgás; alkalmanként élményszerző tevékenységek külső helyszínen) 15-35 perc**

## **9.4 Verselés, mesélés**

### **Célunk**

Örömmel hallgassanak mesét, verset, élvezzék azok hangulatát.

A versek, mesék erősítsék a pozitív erkölcsi tulajdonságokat.

A gyermekek nyelvi képességének fejlesztése a versekkel, mesékkal, anyanyelvi - és dramatikus játékokkal, bábozással.

### **Feladatunk:**

- A gyermekek egyéni adottságainak, és a csoport fejlettségi szintjének figyelembevételével igényes irodalmi anyag összeállítása.
- Nyugodt légkör megteremtése a mindennapi meshallgatáshoz, anyanyelvi játékokhoz.
- Megfelelő eszközök, kellékek biztosítása a már átélt irodalmi élmények újrajátszásához, dramatizáláshoz, bábozáshoz.

### **Óvónői magatartásunk:**

- Tisztán, érthetően beszélünk, artikulálunk, fontosnak tartjuk a személyes példaadást.
- Minden lehetőséget kihasználunk a mesélésre, verselésre.
- Mesélésünkkel, verselésünkkel esztétikai élményt nyújtunk a gyermekeknek.
- A gyermekek igénye és érdeklődése szerint a nap bármely szakában mesélünk.

### **Tevékenységünk gyakorlata:**

#### **Spontán mesélés, verselés**

Óvodába lépéskor nagy hangsúlyt fektetünk az óvónő és a gyermekek közötti bensőséges kapcsolat kialakítására, lovagoltató, höcögtető, ölbeli, ujj, arcsimogató játékokat alkalmazunk a sírós, nehezen beilleszkedő gyermekek megnyugtására.

Állandóan figyelemmel kísérjük és kihasználjuk a gyermekek spontán kezdeményezéseit, meséink, verseink kapcsolódnak a gyermekek játékához, jeles napokhoz, az óvodai élet minden rezdüléséhez.

#### **A csoportszobákban:**

Állandó helyet biztosítunk a mesés, ill. képeskönyveknek, báboknak, a mesedramatizáláshoz szükséges eszközöknek.

Lehetőséget adunk az otthonról hozott könyvek nézegetésére és az ebből történő mesélésre.

**Udvaron** is kihasználjuk az évszakok, a természeti környezet adta lehetőséget a mondókázásra, a verselésre, a népi rigmusok és játékok felelevenítésére.

**Rendszeresen** mesélünk a csendes pihenő előtt. Ez az időszak különösen alkalmas arra, hogy meseregényeket, folytatásos történeteket olvassunk fel a gyermekeknek.

#### **Mesélés, verselés, bábozás, dramatizálás**

Állandó helyet alakítunk ki a mesélés számára. A mesélés előtt szertartáselemekkel (fúruya, gyertya, mesezsák) keltjük fel a gyermekek érdeklődését. Az új mesék elmondásakor nem használunk eszközöket, ezzel nem kötjük meg fantáziájukat, fejlesztjük belső képi világuk kialakulását.

Egy-egy mesét többször ismétlünk, így a gyermekek képesek felidézni és követni a mese cselekményét. A versek, mondókák gyakorlása egyéni foglalkoztatási formában történik.

A bábozás élményét az óvónői bábjátékban éreztetjük meg először a gyermekekkel. Később lehetőséget biztosítunk a próbálkozásaiknak. Az egyszerű síkbábok, fakanálbábok használatán túl a kesztyűbábokkal is játszhatnak.

Az óvodába lépő **3-4 éves** gyerekek első igazi versélménye a mondókákhoz, ölbeli játékokhoz kapcsolódnak. A játékok nagy élvezetet jelentenek, mert a felnőtt ölében, teljes biztonságérzetben hallgathatják. Minél több alkalmat teremtünk a vidám rigmusok korai megkedveltetésére.

Az egyszerű állatmeséken keresztül fokozatosan szoktatjuk a gyermekeket a mese figyelmes végighallgatására. Olyan meséket választunk, amelynek cselekménye egyszerű, érthető, ritmikus ismétlődések jellemzik.

A **4-5 éves** gyermekek meséi már többfázisos szerkezetű állatmesék, népmesék. Helyet kapnak a magyar klasszikusok és a mai magyar írók modern meséi is. Ebben a korban a népi mondókák, névcsúfolók, halandzsza szövegű kiolvasók alkotják a tervezett mondókázás anyagát. Szerepelnek vidám, humoros versek, klasszikusok és a mai magyar költők népköltészeti ihletésű ritmusélményt nyújtó versei. Az új versek kapcsolódnak a gyermekek élményeihez, tapasztalataihoz, és ünnepélyeinkhez.

Az **5-6-7 éves** kor a mesehallgatás igazi ideje. Az állatmeséktől kezdve a cselekményesebb népmesék, a klasszikus tündérmesék, a tréfás mesék és a műmesék beépülnek a gyermekek mesetárházába. Olvasunk a gyermekeknek folytatásos mesét, főleg a délutáni pihenés alatt. A gyerekek megpróbálják a mese önálló befejezését, új mese kitalálását.

Ismerkedjenek meg találós kérdésekkel, közmondásokkal.

Közös élményszerzést ad, közös együttműködésre készíteti a gyermekeket az irodalmi alkotások dramatizálása, elbábozása, amelyek örömforrást jelentenek a gyermekek számára.

Lehetőséget biztosítunk e korosztály számára, hogy a városi rendezvényeken részt vehessenek, így eljussanak színházba, bábelőadásokra.

### **Anyanyelvi fejlesztő játékok:**

A gyermek az oldott légkörben anyanyelvét egész nap gyakorolja., utánozza. Az anyanyelvi képességfejlesztő játékokat beépítjük a mindennapi életbe, alkalmazkodva a gyermek életkori sajátosságához.

- Megismerkednek néhány játékos nyelvgyakorlással.
- Gyakorolják a helyes légzéstechnikát, valamint a rövid és hosszú mássalhangzók hangoztatását.
- Végeznek hanggyakorlatokat rövid és hosszú mássalhangzókkal.
- Artikuláció fejlesztése ajak és nyelvgyakorlatokkal.
- Hangok sorrendjének felismerése szavakba.
- Beszédfegyelem kialakítása.
- Ismert meséket, történeteket saját szavaikkal eljátsszák.
- Gyakorolják a helyes mondatalkotást, mondatszerkesztést.
- Vizuális memória fejlesztése.

### **Tanulás a mese – versben:**

- Utánzásos minta, és modellkövetés.
- Spontán játékos tapasztalatszerzés.
- Gyermeki kérdésekre, válaszokra épülő ismeretszerzés.

### **A mese-vers, anyanyelvi nevelés kapcsolata mozgással:**

Fejleszti egyre finomabb nagymozgásukat, saját testükről alkotott képüket, megismerik testrészeiket és az azokkal végezhető mozgásukat. Fejlődik és finomodik látásuk, hallásuk, gazdagodik verbális kifejezőkészségük.

### **A fejlődés várható jellemzői óvodáskor végén:**

- A gyermekek szívesen ismételtetik a verseket, rigmusokat.
- Várják, igénylik a mesehallgatást.
- Szívesen mesélnek, báboznak, dramatizálnak az óvoda kiscsoportosainak és a maguk szórakoztatására.
- A mesék szófordulatait, kifejezéseit beépítik játékaikba, beszédükbe.
- Egyéni adottságaikhoz mérten tisztán, érthetően beszélnek.

**Varázsceruzás gyerekek részére (5-6-7 éves)**  
**csoporközi foglalkozások (hétfőn Ének- zene; Így tedd rá! csütörtökön Mozgás;**  
**alkalmanként élményszerző tevékenységek külső helyszínen) 15-35 perc**

### **9.5 Rajzolás, festés, mintázás, kézi munka**

Az ábrázoló, alkotó tevékenységek a személyiségfejlesztés fontos területei, általuk a gyermekek kifejezhetik pozitív, negatív érzéseiket, gondolataikat.

#### **Célunk:**

A gyermekek élmény és fantáziavilágának képi, szabad önkifejezése változatos anyagok, technikák, eszközök alkalmazásával.

A gyermekek tér, forma, színeképzetének gazdagítása, esztétikai érzékenységük, szép iránti nyitottságuk, igényességük alakítása.

#### **Feladatunk:**

- A gyermekek alkotó, alakító tevékenység feltételeinek megteremtése valódi élmények, változatos anyagok, eszközök biztosításával, munkafolyamatok, technikák bemutatásával.
- A tevékenység differenciált szervezeti formáinak biztosítása.
- A gyermeknek esztétikus környezet kialakítása.

#### **Óvónői magatartásunk:**

- Igényesek vagyunk környezetünk esztétikumára.
- Fogékonyak vagyunk az új technikák, eljárások befogadására, alkalmazására.
- Folyamatosan ösztönözzük a gyermekeket szabad alkotásra. Nem minősítjük az elkészült alkotásokat, tiszteletben tartjuk a gyermek elképzeléseit.

#### **Tevékenységünk gyakorlata:**

##### **A csoportszobában:**

Természetes anyagok felhasználásával, színharmóniára törekedve alakítjuk ki az esztétikus környezetet.

A nap bármely szakában szabadon, a gyermekek rendelkezésére állnak a vizuális tevékenységhez szükséges eszközök. Ezek az eszközök a gyermekeket tevékenységre ösztönzik, ezáltal megismerkednek az anyagok tulajdonságaival.

Kihasználjuk a gyermekek spontán megnyilatkozásait a technikák alapfogásainak megismertetéséhez.

### **Udvaron:**

Az udvar a különböző anyagokkal való ismerkedés színtere, mint pl. homok, sár, hó, fa, termések stb. Ezeket az anyagokat, eszközöket a gyerekek saját fantáziájuk szerint használják fel. (homokba rajzolás, homokvár-építés, hógolyózás, hóemberépítés stb.).

### **Szervezett alkotás:**

Kötetlen foglalkozási formában az óvónő tudatos tervezett tevékenységet kezdeményez kiscsoportos formában. A témában és technikában választási lehetőséget biztosítunk a gyermekek számára., alkalmat adunk arra, hogy akár több napon át ugyanazon az alkotáson tevékenykedjenek. (barkácsolás, kézi-munka)

### **Építés:**

- nagy terek alakítása, átrendezése, lekerekítése, nagyobb méretű elemekből összeállított térrészek, sátrak, házak építése. /nyitott, zárt körök, kapuk, egyenes és kanyargó sorok stb./
- formáljanak, építsenek homokból, hóból, akár több napon át is folytatódó közös munkával.
- térbeli alakzatok létrehozása /torony, kerítés, kuckó építése együttesen
- különböző formák (játékok, tárgyak) sorakoztatása, rakosgatása a térben (kerítés, út, vonatülés székekből)
- különféle makettek (színpad, meseszínhely) építése, berendezése a gyerekek által alkotott modellekkel, formákkal, tárgyakkal

### **Plasztikai munkák:**

- ismerkedés az agyaggal, gyurkálgatás, formálgatás tetszés szerint, emberalakok, állatok, tárgyak, játékok mintázása
- formák, felületek tapintása, simítása
- egyszerűbb ajándéktárgyak, játékok, bábok készítése mintázással, szövés, viaszozás, kasírozás, batikolás természetes anyagok használatával

- papírtépés, nyírás, varrás, fonás, szövés, viaszolás, kasírozás, batikolás természetes anyagok használatával
- a néphagyomány technikáinak kigyakoroltatása változatos módon /agyag, fonál, bőr, csuhéj, stb/ népi kismesterségek

### **Képalakítás:**

- ismerkedés a technikákkal, firkálgatás, rajzolgatás a gyermekek kedve, érdeklődése szerint
- rajzolás nagy méretben /aszfaltra, hóba, homokba, földre, papírra/
- tetszés szerinti színválasztás, színhasználat
- rajz, emberalakok, környezet, tárgyak, mese, vers megjelenítése saját elképzelés alapján, képi ábrázolása
- egyéni és közös kompozíciók rajzolása, festése
- bábok, álarcok, díszletek festése
- egyéni, és közös kompozíciók rajzolása, festése
- képalakítás tépéssel, vágással, ragasztással
- különféle technikák megismerése: viaszkarcs, papírbatik, festékcseppentés, színfoltok egymás mellé festésének lehetőségei

### **Évente alkalomszerű:**

Alkalmanként ellátogatunk a Napsugár Gyermekház, Tájház foglalkozásaira, ahol a gyermekek megismerkedhetnek a különböző népi kismesterségekkel. Lehetőségeink szerint látogatjuk a Damjanich Múzeum, a Művelődési Ház kiállításait, tárlatait.

Játsszóházat szervezünk óvodánkban, ahol a gyermekek szüleikkel együtt ismerkednek meg a különböző technikákkal.

### **Tanulás:**

- Utánzásos minta-és modellkövető magatartás.
- Spontán játékos tapasztalatszerzés.
- Az óvónő által irányított alkotó tevékenység.
- Önálló feladatmegoldás.

### **A vizuális nevelés kapcsolata a mozgással:**

A mozgásos játékokkal fejleszthetjük az alaklátást, a felületek észlelését, a finommotorikát, a forma-térirány érzékelést, a szem-kéz koordinációt, a tapintásos észlelést, a testsémát, a vizuális percepciót, az időrendiséget, a vizuális memóriát, a vizuális ritmust, a szóértést.

#### **A vizuális nevelés kapcsolata az anyanyelvi neveléssel:**

Erősíti a képi szemléletes gondolkodás kiterjedését, amire épül a szóbeli-logikai gondolkodás.

Fokozza a gyermek tevékenységét kísérő monologikus beszédet.

- Kiváltja a pedagógussal és a társakkal folytatott beszélgetést, eszmecserét, az ötletek, vélemények közös szóbeli megfogalmazását.

- Segíti a vizuális és verbális szimbólumképzést.

- Előkészít az olvasás és írás elsajátítására.

#### **A fejlődés várható jellemzői óvodáskor végén:**

- Képzalkotásban egyéni módon jelenítik meg élményeiket, elképzeléseiket
- Tevékenyen vesznek részt a téralakításban, ötleteiket, tapasztalataikat bátran alkalmazzák az építések során
- Szívesen vesznek részt környezetük alakításában, esztétikájának megőrzésében, nyitottak a szépre, a harmóniára.
- Örülnek alkotásaiknak és a közösen elkészített kompozícióiknak.
- Önállóan és csoportosan is készítenek játékokat, ajándékokat.

#### **Varázsceruzás gyerekek részére (5-6-7 éves)**

**csoportközi foglalkozások (hétfőn Ének- zene; Így tedd rá! csütörtökön Mozgás; alkalmanként élményszerző tevékenységek külső helyszínen) 15-35 perc**

### **10. Munka**

#### **Célunk:**

Örömmel vegyenek részt a különböző munka jellegű tevékenységekben, tartsák tiszteletben a saját, és mások munkáját.

#### **Feladatunk:**

- A gyermeki munka tudatos pedagógiai szervezése
- Munkavégzés közben tanulják meg a legszükségesebb eszközök, szerszámok célszerű használatát.
- Alakuljon ki a társakkal való együttműködés képessége
- Érezzék, a munka felelősséggel jár

A munka jellegű tevékenységeket a cselekvő tapasztalással a személyiségfejlesztés fontos eszközének tekintjük. A munka az óvodáskor végéig játékos marad. Fontosnak tartjuk, hogy önként, és szívesen végzett aktív tevékenység maradjon a gyermekek számára, a tapasztalatszerzésnek és a környezet megismerésének, a munka végzéséhez szükséges attitűdök és képességek, készségek (önállóság, felelősség, kitartás, stb.) alakításának fontos lehetősége.

A közösségi kapcsolatok, a kötelességteljesítés alakításának eszköze, a saját, és mások elismerésére nevelés egyik formája.

### **Önkiszolgálás**

A gyermekek saját személyükkel kapcsolatos feladataikat igényük és szükségletükhöz igazodóan önállóan végzik.

### **Naposi munka**

A naposság feladattudatot feltételez, 4-5 éves kortól vezetjük be csoportjainkban. Először önként vállalt tevékenység, később kialakítjuk a gyermekekkel közösen a naposi munka rendszerét. A naposi munkát felnőtt felügyelete és segítsége mellett végeztetjük a gyermekekkel. Megtanítjuk a helyes munkafogásokra, eszközhasználatra.

- Segítenek az asztalok megterítésében, és leszedésében.
- Étkezés után segítenek a rendrakásban.
- A termet szükség szerint segítséggel átrendezik.
- A játék befejezése után figyelemmel kísérik, és segítik, hogy minden játék a helyére kerüljön.
- Különböző megbízásokat, feladatokat kapnak.

### **Alkalmi munkák:**

- Felelősöket választunk, akik ügyelnek az öltöző, mosdó rendjére.
- Teljesítik az óvodapedagógus kisebb megbízásait.
- Segítik a kisebbeket és egymást az öltözködésben.
- Babaszoba takarítása, babaruhák mosása
- Csoportszobák díszítése, átrendezése
- Hó seprés, hó eltakarítás a téli hónapokban
- Udvaron szemét összegyűjtése

### **Növény és állatgondozás**

- Az óvoda kertjében az évszaknak megfelelően virágoskert gondozása, virágok locsolása
- Ősszel falevelek gereblyézése, összegyűjtése.
- Élősarok gondozása
- Csíráztatás, hajtatás, növények ültetése a csoportszobában
- Akvárium gondozása, állatok etetése

### **A munka kapcsolata az anyanyelvi neveléssel:**

Számtalan kifejezésbeli formával, nyelvtani struktúrával ismerkedik a gyermek, amikor a gondozási folyamatokkal, a higiénéjével, az önellátással kapcsolatos fogalmakat, fogalomköröket, ok-okozati összefüggéseket, műveleteket nevez meg, vagy foglal mondatokba.

### **A fejlődés várható eredménye óvodáskor végén:**

- Az önkiszolgálásban minden gyermek magabiztos
- A gyermekek szeretnek közösen tevékenykedni, egymásért is felelősséget végezni
- Az étkezések során önállóan végzik a terítést, a társak kiszolgálását.
- Egyéni, és alkalmyszerű munkákat szívesen végeznek.
- Növény-és állatgondozásban szívesen vesznek részt.
- Igényükké válik a környezetük tisztaságának, rendjének megőrzése.

## **11. Óvoda-iskola átmenet diagnosztikai módszerei; óvoda-iskola átmenetet segítő egyéb intézkedések; óvoda-iskola közötti együttműködés új területei.**

Óvodai jó gyakorlatok referenciák megosztása, átvétele.

Horizontális tanulás elősegítésére kifejlesztett és kipróbált Jó gyakorlatok megismerése, megismertetése. (nyitás) Arra törekszünk, hogy az óvoda-iskola átmenetet minél zökkenő mentesebbé tegyük.

Tevékenységünk áthatja az iskolára készülő gyermekek egész napját.

### **Az óvoda-iskola átmenetet megkönnyítő feladataink:**

- Nyugodt, kiegyensúlyozott óvodai légkör biztosítása
- Az óvodában kialakított jó szokásrend továbbvitele
- Új tanulás-szervezési eljárások alkalmazása:
  - Kooperatív tanulás-szervezés
  - Differenciálás
  - Projekt pedagógia

Óvodánkban az 5- 6- 7 éveseknél alkalmazott kooperatív tanulás-szervezés kiscsoportos tevékenységeken alapszik, fontos a szocializáció területén az együttműködő képesség fejlődésében. A hangsúly a közös munkán, az együttműködésen van.

Mivel gyermekeink tanulása tevékenységekhez kötődik, erős a motiváció!

A kooperatív tanulás-szervezés az életre nevel, közben nő a gyermekek önbizalma, fejlődik szocializációjuk.

Olyan képességeket fejleszt, mint a

- Figyelem
- Empátia
- Felelősségvállalás
- Önzetlen segítségnyújtás
- Tolerancia
- Kommunikáció
- Szervező készség

- Szocializációs képességek.

Óvodapedagógusaink szemléletváltás után a következő tulajdonságokkal bírnak:

- Nyitott, elfogadó
- Toleráns
- „szervező szereposztás” - főszereplő helyett
- Partner, együttműködő a gyermekekkel

Gyermekközpontú tanulásszervezésünk során a gyermek bízhat az óvodapedagógusban és társaiban.

Nem kell szorongania, ha rosszat mond s ez az óvoda-iskola átmenetet is megkönnyíti.

<b>Mit teszünk az átmenet megsegítéséért?</b>	<b>Időpont</b>
Óvoda-iskola kapcsolat együttműködési szerződés aláírása	09.01.
Gyermek megfigyelő lapok	09.15.
Összesített táblázat elkészítése	05.15.
Egyéni fejlesztési terv	11.15.
Difer mérés	10.15. 05.15.
Fogadó óra	nevelési év / 2
Réteg szülői értekezlet az iskolába készülő gyermekek szülei számára	02.15-ig
Iskolalátogatás szervezése az óvodapedagógusok részére, nyílt óra szervezése	10.15.
Óvodai rendezvényre volt óvodások meghívása	02.15.
Tanítónők meghívása óvodai rendezvényre	01.15.
Rendhagyó mozgás és néptánc és tornaóra az iskolában	03.30.
Szülői fórum az óvoda-iskola átmenetről (óvodapszichológus interaktív előadása)	11.15. 03.15.
Új tanulásszervezési eljárások alkalmazása (Kooperatív tanulásszervezés; Differenciálás; Projekt pedagógia alkalmazása, Kompetencia)	Folyamatos
Óvoda –iskola szakmai munkaközösség (szakmai tapasztalatcserek; együttműködési terv, stb.)	09.15-től évi 2 alkalom

## **12. Intézmények közötti új horizontális kapcsolatok kiépítése**

### **Partneri együttműködés hiánya.**

Felvesszük a kapcsolatot azokkal az óvodákkal a Szolnok Városi Óvodák Tagintézményein belül, aki szintén a kompetencia alapú nevelési program csomaggal dolgoznak. Közös konzultációk és szakmai napokon keresztül ismerkedünk egymás jó gyakorlataival. Ennek keretén belül látogatást tettünk több vidéki óvodában is, ahol a gyakorlatban is megnézhattük és megismerhettük a kompetencia alapú nevelési programot. Az itt látott jó gyakorlat részeit beépítjük a saját pedagógiai programunkba.

### **Koherencia a SZVÓ és Tagintézményünk között**

Érzelmi nevelés	Érzelmi nevelés
Egészséges életmódra nevelés	Egészséges életmódra nevelés
Értelmi fejlesztés	Értelmi fejlesztés
Anyanyelvi nevelés	Anyanyelvi nevelés
	Kompetencia alapú nevelési program elemei.

### **A napi gyakorlatba beépíteni kívánt elemek**

<b>Elem megnevezés</b>	<b>Indoklás</b>
Társas játék , szabály játék, térben és síkban;	problémamegoldó, szóbeli kifejezőkészség, kreativitás, kooperatív együttműködés;
A négy elemhez tartozó (tűz, víz, levegő, föld) változatos technikáinak alkalmazása;	Differenciálási módok, eljárások. Egyéni bánásmód lehetőségei;
Kísérlet és tapasztalatszerzés komplex módon;	Speciális technikák, eszközök megismertetése, gyakoroltatása;

Kooperatív együttműködés, értelemfejlesztő játékok, anyanyelvi játékok;	Inkluzív, befogadó légkör, szemlélet kialakítása. Differenciálási módok, eljárások. Egyéni bánásmód lehetőségei;
Improvizáció (zenében, mozgásban, ábrázolásban stb.)	Komplex személyiség fejlesztése;

### **13. Egységen belül történő tudásátadás módszertana, eljárása.**

#### **Egységen belül történő tudásátadás a Kacsza úti Tagintézményben. IKT eszközök hiánya**

Tagintézményünkben, a továbbképzéseken, munkaközösségekben résztvevő kollegák beszámolási lehetőséget kérnek, azért hogy tájékoztassák kollégáikat az ott elsajátított új ismeretekről, módszerekről, gyakorlati példákról. Team megbeszéléseken, szakmai délutánokon, nevelés nélküli munkanapokon erre lehetőség van. Ezekre az alkalmakra minden kollégánk felelősséggel, szakmai tudásának legjavát adva készül fel, hogy a helyben lévő óvodapedagógusok is együtt fejlődjenek szakmailag; kompetensek legyenek egy- egy adott témában. A dokumentációkban beépítjük a digitális eszközök használatának módját és eredményeit a gyermekek vonatkozásában éppúgy, mint a személyes szakmai kommunikációjának, tudásának gazdagítására szolgáló eszközt. Felhasználjuk a modern információfeldolgozási stratégiákat és eszközöket munkánk során. A foglalkozási és tevékenységi tervekbe, ahol erre lehetőség nyílik, beépítjük az online információszerzés lehetőségeit. (képek, zenék, hangok stb.) Megjelenik a foglalkozási tervekben a digitális eszközök használatának szerepe és lehetséges nevelő hatása. Pl.: a csoportközösség, szülői együttműködés erősítése a közösen megélt ünnepek, fotóinak megosztásával. Mintát mutatunk a gyermekek és a szülők számára a digitális eszközök funkcionális használatának terén.

Bevált gyakorlat óvodánkban, hogy az új belépő óvodapedagógusok beilleszkedésének megkönnyítése érdekében hospitálási lehetőséget biztosítunk. Mivel ez a módszer sikeres volt, ezért a továbbiakban egyéb feladatoknál is szeretnénk alkalmazni a következő módon:

- egymástól való tanulás megsegítésére
- egymás erősségének, kompetenciájának megismerése céljából
- ötletgyűjtés céljából

Módja: Előzetes egyeztetés alapján a nap bármely szakaszában, melyet egy szakmai párbeszéd követ, ahol további kérdéseket tehet föl a hospitáló, segítséget kérhet a munkájának megsegítésére.

#### **14. Együttműködési rendszerünk**

Óvodánkban fontosnak tartjuk a családokkal a nyílt, őszinte és együttműködő kapcsolatot. Nevelőtestületünk a gyermek személyiségfejlesztésében partner a családdal, a családi nevelést kiegészítve, kölcsönös közreműködéssel valósítjuk meg.

##### **A család és az óvoda kapcsolattartási formái:**

<b>Forma</b>	<b>Tartalom</b>	<b>Gyakoriság</b>
Hívogató	Leendő óvodásainknak betekintést nyújtunk az óvodai életbe játékos tevékenységek biztosításával.	Minden év áprilisában
Első szülői értekezlet Összevont csoportos	Tájékoztató szülői értekezlet az új felvételes gyermekek szüleinek  Óvodai programunk, házirend megismertetése és a csoportban dolgozó felnőttek bemutatása	Minden év június
Családlátogatás	Családlátogatás óvodába lépés előtt, tájékozódás a gyermek körülményeiről, anamnézis felvétele	Minden év aug. 20 –szept. 1 között
Befogadás	A szülővel előzőleg egyeztetett befogadás	A nevelési év első napjai
Szülői értekezlet Csoportos  Réteg	Témáját az előző nevelési évre építve, és az adott nevelési év kiemelt feladatából határozzuk meg.  Az iskolába menő gyermekek szüleinek az iskolaérettségről előadás.	Évente 3 alkalommal
Fogadó óra	Gyermek fejlődésével kapcsolatos információk, nevelési tanácsadás.	Havonta egyszer meghatározott időben, valamint szükség szerint egyeztetés alapján

Betekintés az óvodai életbe	A szülők lehetőséget kapnak a gyermeke mindennapi óvodai életébe való betekintésre	Egyeztetett időpont alapján
Közös programok a szülőkkel	Játszóház Farsang Egészségnap Anyák napja Évzáró-ballagás Gyermeknap Kirándulás	Aktualitásnak megfelelően
Napi tájékoztatás	A legfontosabb információk átadása a szülő-pedagógus között  Faliújságon folyamatos tájékoztatás a napi aktualitásokról.  Az intézményi dokumentumok hozzáférhetősége a szülők számára kialakított helyen.	Folyamatosan
Szülői Szervezet	Kapcsolattartás a Szülői Szervezet tagjaival	Aktualitásnak megfelelően

**Belső kapcsolatrendszer:**

<b>Részvevők</b>	<b>Forma</b>	<b>Tartalom</b>	<b>Gyakoriság</b>
Szakértői Bizottság Nevelési Tanácsadó Logopédia	Megbeszélés  Formanyomtatvány	A gyermek fejlettségére, és fejlesztésére vonatkozó információk  Programok egyeztetése	Folyamatosan  Havonta
Nevelőtestület	Értekezlet, szakmai nap, megbeszélés, előadás	Munkaterv alapján  Szakmai információk átadása	Tanévnyitó, tanévzáró, nevelés nélküli nap  Szükség szerint
Munkaközösség Minőségügyi koordinátor Gyermekvédelmi megbízott	Megbeszélés, team munka, beszámoló	Munkatervben meghatározott tartalom alapján  Mérések	Alkalmanként

## Külső kapcsolatok, szakmai partnereink

Intézmények	Kapcsolattartás módja	Gyakoriság
Körösi Csoma Sándor Általános Iskola	Munkaterv alapján, egymás rendezvényeinek látogatása, a gyermekek iskolába történő beilleszkedésének figyelemmel kísérése, után követése	Aktualitásnak megfelelően
Egészségügyi Szakközép Iskola	Megbeszélések, rendezvények szervezése	Alkalmanként
Jósika úti bölcsőde	Közös rendezvények szervezése	Alkalmanként
NEFAG Művelődési Ház	Munkaterv, és az óvodai program alapján	Évszakonként, sikeres pályázat alapján ennek megfelelően
Pedagógiai Szakszolgálat	Előadások, vizsgálatok, fejlesztések	alkalmanként
Sportcentrum	Rendezvényeken való részvétel	Alkalmanként
Napsugár Gyermekház	Foglalkozásokon való részvétel, kiállítások látogatása	Negyedévenként
Gyermekjóléti Szolgálat	Előadások, Közös konzultációk	Alkalmanként

## Felhasznált irodalom

1. Az óvodai nevelés országos alapprogramja / a Kormány 137 / 1996 /VIII.28 / rendelete
2. Porkolábné Dr. Balogh Katalin: Komplex prevenciós Óvodai Program- 1997.
3. Mérei Ferenc -V. Binét Ágnes: Gyermeklélektan Bp. 1978.
4. Nagy Jenőné: Helyzetelemzés, önmeghatározás, döntés OKKER Bp. 1997.
5. Nagy Jenőné: Óvodatükör "Óvodai nevelés a művészetek eszközeivel " sorozat 4. száma
6. Kovács György- Bakosi Éva: Játék az óvodában Debrecen 1995.
7. Az Óvodai Nevelés Programja Országos Pedagógiai Intézet, 1989
8. Körmöczi Katilin: Óvodapedagógiai kislexikon Bp. 2005

## Mellékletek

### Melléklet 1.

#### „Út a Kiváló Gyermekszigetek felé!” – szakmai innováció a Szolnok Városi Óvodákban

TÁMOP-3.1.11-12/2-2012-0077



2.2. A gyermekek személyiségfejlődésének nyomon követését segítő módszerek, eszközök.  
.....**Hiba! A könyvjelző nem létezik.**  
Kommunikációs helyzetek kezelése a Kacsza úti Tagintézményben. ..**Hiba! A könyvjelző nem létezik.**

Szülő – pedagógus, Pedagógus- gyerek, Gyerek – gyerek között.

**Hiba! A könyvjelző nem létezik.**

7. Egyéni differenciált fejlesztési módszerek.....**Hiba! A könyvjelző nem létezik.**

8. Integrált nevelés feltételrendszere. ....**Hiba! A könyvjelző nem létezik.**

11. Óvoda-iskola átmenet diagnosztikai módszerei; óvoda-iskola átmenetet segítő egyéb intézkedések; óvoda-iskola közötti együttműködés új területei.....**Hiba! A könyvjelző nem létezik.**

12. Intézmények közötti új horizontális kapcsolatok kiépítése .....**Hiba! A könyvjelző nem létezik.**

Partneri együttműködés hiánya. ....**Hiba! A könyvjelző nem létezik.**

13. Egységen belül történő tudásátadás módszertana, eljárása. ....**Hiba! A könyvjelző nem létezik.**

Egységen belül történő tudásátadás a Kacsza úti Tagintézményben. IKT eszközök hiánya

**Hiba! A könyvjelző nem létezik.**



**Melléklet 2.**  
**Pályázatok**

A pályázat megnevezése	Feladat	Felelős	Határidő
Út a Kiváló Gyermekszigetek felé!” – szakmai innováció a Szolnok Városi Óvodákban TÁMOP-3.1.11—12/2-2012-0077	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Pedagógus továbbképzések megvalósítása (30 órás, akkreditált).</li> <li>2. Jó gyakorlatok adaptálása és disszeminálása.</li> <li>3. Szervezet-fejlesztés, szakmai innovációk eredményeinek beépítése az intézmény szakmai dokumentumaiba.</li> <li>4. Eszközbeszerzés, beruházás (tornaterem), játszó udvarok.</li> <li>5. A tagintézmények Pedagógiai Programrészei alapján óvodai rendezvények megvalósításának támogatása.</li> </ol>	-2012/2013	-2014-2019.
A fenntartás feladatai:	<ul style="list-style-type: none"> <li>• A kialakított óvodai programok, hagyományok, rendezvények megtartása.</li> <li>• Eszközök használatának biztosítása, karbantartása. A beépült pedagógiai „jó gyakorlatok” működtetése a pedagógiai munkában.</li> </ul>	2016/2017.	19 feladat ellátási hely
TÁMOP 3.4.4./B/08/1 „Szabad utat a tehetségnek!	Tehetségsegítő hálózat kiépítése Szolnok Megyei Jogú Városban és térségében az intézmények közötti együttműködés kialakításával	2010 – 2015.	2015-2020.
A fenntartás feladatai:	A 2.3.3. fejezetben tervezett	2015/2016.	19 feladat

	feladatok		ellátási hely
<p>TÁMOP-3.4.2. A/11-2-2012.-0009  „Sziget, amely befogad”- Az inkluzív ellátás együttműködő, egymásra épülő modellje Szolnokon</p> <p>Fenntartás kezdete:  2014.06.30.  Fenntartás vége:  2019.06.30.</p>	<p>1.Sajátos nevelési igényű gyermekek integrált nevelése megvalósul.  2.Egyéni fejlesztési tervek készítése.  3.Óvoda-iskola átmenetet segítő, intézmények közötti együttműködés megvalósítása  4.Beszerzett eszközök használatának biztosítása, karbantartása</p>		<p>17 feladat  ellátási hely</p>

# A Kneipp módszer alkalmazása a Szolnok Városi Óvodák Kacsa úti Tagintézményében

Készítette: A Szolnok Városi Óvodák  
Kacsa úti Tagintézményének nevelőtestülete

Bemutakozás	0
Mi is az a Kneipp- módszer?	1
Miért jó mezítláb járni? .....	2
Így sétáljunk a Kneipp ösvényen! .....	2
Mi történik séta közben? .....	3
A módszer elemeinek beépülése nevelőmunkánkba	3
1. Mozgás - Mozgásterápia .....	3
2. Környezeti nevelés – <i>Phytoterápia</i> .....	5
3. Egészséges életmódra nevelés – <i>Dietetika</i> .....	7
4. Tapasztalat- és élményszerzés – <i>Hydroterápia</i> .....	8
5. Szocializáció - Testi- lelki egyensúly .....	8
Eddig elért eredményeink:	9
Távlati céljaink:	10
Felhasznált irodalom:	11
Mellékletek	12
Hetirend.....	12
Napirend.....	12
Illóolajok .....	12
Receptgyűjtemény.....	12
Érzékelő játékok.....	12
Lábtorna gyűjtemény .....	12
A Kneipp módszerre épülő 2018. évi Egészségkép terve .....	12

## **Bemutakozás**

Óvodánk a Szolnok Városi Óvodák tagintézményeként Szolnok város egyik kertes övezetében, a Pletykafaluban három vegyes életkorú csoporttal működik. Nevelőmunkák során kiemelt figyelmet fordítunk a mozgás megszerettetésére, emellett a környezeti nevelésre.

**Célunk és feladatunk:** az egészséges életmód; a környezettudatos szemlélet iránti igény; a természethez fűződő pozitív érzelmi viszony megalapozása, erősítése.

**Hitvallásunk:** A környezeti nevelés fontosságát, személyiségformáló, szokásalakító szerepét tekintjük nevelésünk vezérfonalának és a tevékenységeket (játék, vers, mese, ének-zene, énekes játék, rajzolás, mintázás, mozgás stb.) erre fűzzük fel. Így lesz komplex egész nevelésünk, mellyel megalapozzuk az óvodába járó gyerekek környezeti tapasztalatait, melyek később ismeretté, majd egész életre szóló tudássá alakulnak.

Arculatunk másik meghatározó eleme a mozgás. A gyermekek mindennapi életéhez, játékához, mozgásához szükséges eszközök rendelkezésre állnak. Udvari játékaink, a fás, pázsitos és betonozott területek jól biztosítják a gyermekek számára minden évszakban és időjárásban a szabad levegőn történő mozgás lehetőségét, a gyermekek mozgásfejlődését.

Fontos feladatunknak tekintjük, hogy a gyermekek minél több időt töltsenek a szabad levegőn, részt vegyenek az udvari munkálatokban, óvodánk megújuló folyamataiban. Mindhárom csoport rendelkezik komposztládával, magaságyással, a gyermekeink örömmel kapcsolódnak be ezek fenntartásába. Közös feladatunk a csoportos fák, a virágok, illetve a gyógy- és fűszernövények gondozása.

A friss levegő, a gondoskodás, a közös munka remek lehetőséget nyújt az ismeretbővítésre, a mozgásra, mindemellett a szociális képességek fejlesztésére, erősítésére. A komplexitás érdekében szerettünk volna minél több kapcsolódási pontot kialakítani a mozgás megszerettetése, az egészséges életmód alakítása és környezeti nevelésünk feladati között. Így született az elgondolás, hogy óvodánk udvarán megépítsünk egy Kneipp ösvényt - mezítlábas taposópályát -, ezzel párhuzamosan pedig megújítsuk, bővítsük gyógy- és fűszernövényeink skáláját.

## **Mi is az a Kneipp- módszer?**

Sebastian Kneipp (1821-1897), német pap tapasztalatai alapján kidolgozta egyedi, saját egészségmegőrző módszerét. Úgy gondolta, hogy az ember egészsége szorosan összefügg a természeti elemek használatával. Filozófiájának 5 alappilére van, melyek szervesen egymásra épülnek:

- phytoterápia „Ha valaki egy tucat gyógynövényt és azok hatását ismeri, végtelenül sok betegséget képes megelőzni.“ /Sebastian Kneipp/
- hidroterápia - váltott hőmérsékletű fürdő, borogatás, gőzfürdő, pakolás
- diétetika- kiegyensúlyozott, egészséges, rostokban és vitaminokban gazdag táplálkozás, megfelelő folyadékbevitel friss víz és gyógytea formájában
- mozgásterápia- rendszeres mozgás mellett a stressz levezetésére /pl.: úszás, torna, tánc, gyaloglás/
- testi- lelki egyensúly

**Kneipp ösvény:** olyan gyalogspálya, melyet különböző struktúrájú anyagokkal töltenek fel a (pl. kövek, toboz, moha, fakéreg), olykor vízmedence közbeiktatásával, melyen, ha mezítláb végighaladunk a talpukat érő szokatlan ingerek stimulálják, felfrissítik a szervezet működését. A taposóösvény környezetét általában gyógy- és fűszernövényekkel ültetik be.

### ***Miért jó mezítláb járni?***

Séta közben a talpat folyamatosan éri a levegő, ezáltal a vérkeringés élénkebbé válik, felfrissül a szervezet.

Emellett:

- megerősíti a lábboltozatot
- fokozza az egyensúlyérzetet
- alkalmas izomerősítésre és izomnyújtásra
- szabályozza, serkenti a vérkeringést
- a talpi reflexponton keresztül hat a belső szervekre
- javítja az anyagcserét, emésztést
- jótékony hatással van felső légúti problémákra, mellkasi és alhasi megbetegedésekre, az érrendszerre és az idegrendszerre

### ***Így sétáljunk a Kneipp ösvényen!***

- A taposó különböző anyagjain sétálva felfrissül lábunk és egész testünk.
- Lassan sétáljunk, minden egyes lépést meggondolva.

- Séta közben amennyire csak lehet, maradjunk csendben, figyeljünk magunkra.
- Koncentráljunk talpunkra, ahogy hozzáérnek a különböző felületek.
- Lassan emeljük lábunkat, gondolatainkat hangoljuk össze a talpunkkal érzékelt felületekkel.
- Lélegezzünk mélyeket, hagyjuk, hogy az érzetek érzelmeket váltsanak ki belőlünk.

### ***Mi történik séta közben?***

- Érzékfejlesztés: Ahogy a talp a különböző felületekkel érintkezik egymás után, az emlékeket és érzelmeket a felszínre emeli tudatalattinkból.
- Elősegíti és gyorsítja a méregtelenítési folyamatokat.
- Mechanikai ingerkeltés által felszabadítja az energiapályákat.
- Tapintásérzék- fejlesztés, ami által növekszik érzékenységünk.
- Vérkeringés- serkentés, amely által felfrissülnek alsó végtagjaink erei, egészen a csípőnkig.

### **A módszer elemeinek beépülése nevelőmunkánkba**

A módszer alapos áttanulmányozása után az 5 alappillér mentén közös pontokat kerestünk a pedagógiai programrészünkben megfogalmazott céljainkkal és feladatainkkal. A gyakorlatban történő kipróbálása ezek után következett.

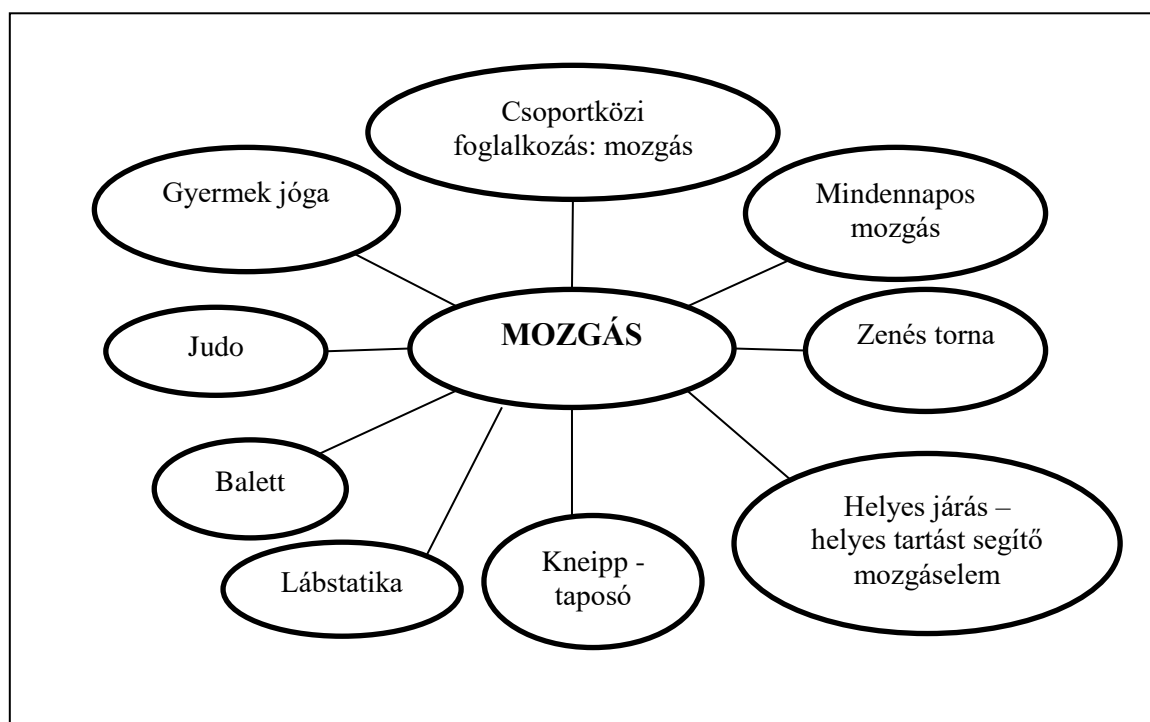
## ***1. Mozgás - Mozgásterápia***

**Cél:** A gyermekek őrizték meg természetes mozgásigényüket, legyen minél több tapasztalatuk a mozgás változatos lehetőségeiről, szívesen és sokat mozogjanak.

**Feladat:** Megfelelő idő és hely biztosítása a mozgásra; változatos mozgási lehetőségek felkínálása, azok folyamatos bővítése.

Előnyben részesítjük a szabad levegőn történő mozgást, azonban rossz idő esetén mindhárom csoport számára elérhető a felszerelt tornaterem, ahol a stressz oldás mellett kielégíthető a gyermekek mozgásigénye.

A tervezett mozgás és a mindennapos mozgás mellett igyekszünk minél több mozgási lehetőséget biztosítani gyermekeink számára.



Bekerült napirendünkbe /lásd.: Melléklet/ a **Helyes járás- helyes tartást** segítő mozgáselem. Csoportjainkban kialakításra került az ehhez szükséges lépegető pálya, majd ehhez kapcsolódóan továbbfejlesztésként beépítésre került a **lábstatika**.

Az óvoda- család kapcsolat erősítése kapcsán erre vonatkozóan **célunk**: A szülők bevonása, megsegítése a gyermekek egészséges lábboltozatának kialakításában. Saját készítésű, szülők számára is elérhető gyűjtemény segítségével biztosítjuk az otthoni gyakorlási lehetőséget.

Régi vágyunk volt egy **Kneipp ösvény** kialakítása udvarunkon, melyet sikerült megvalósítanunk. Kiemelt figyelmet fordítottunk arra, hogy kizárólag természetes anyagokból készüljön, udvarunk egyik kellemes, nyugodt kis szegletében. A beltéri, mobil érzékelő pálya és az udvari taposó ösvényünk együttesen egész évben biztosítja a gyermekek számára a különböző struktúrájú anyagokon történő mezítlábas sétát, hozzájárulva ezáltal a komplex mozgásfejlődésükhöz és egészségmegőrzésükhöz.

A beltéri mobil érzékelő pályát a gyermekek a nap folyamán kedvük szerint használhatják a megbeszélte szabályok szerint. Az elemeket játékukba szabadon felhasználhatják, beépíthetik, így játék közben kötöttségek nélkül, megváltozott helyzetben masszírozhatják talpukat. A gyermekek ezt rendkívül élvezik, és kreatív megoldásokkal teszik a sétát változatossá, érdekessé. Legyen az egy tó melletti sétány, vagy a medve barlang köré épített ösvény, máris új és izgalmas játék.

A taposón való séta lényege, hogy ezt csendesesen és lassan végezzük. Természetesen ezt meg kell szoknia a gyermeknek, hogy érezze a hatását. Nagyszerű megoldás, ha a taposón való járás,

séta közben megfelelő tempójú és ritmusú dalokat énekelgetünk, esetleg mondókázunk. Így a gyermek mozgása az adott dalhoz, mondókához igazodik, ezáltal elmélyül benne a lassú séta tempója, közben fejlődik hallása, ritmusérzéke. A későbbiekbe, mikor kialakul bennük a lassú séta iránti igény, már egy halk relaxációs zene, vagy az óvodapedagógus meséje, lágy hangja kísérheti őket útukon, s közben fejlődik fantáziájuk.

A Kneipp módszer alapján a melegebb idő beköszöntével, amikor csak lehetőség nyílik rá, szorgalmazzuk a *harmatos fűben járást*. Ez 5- 10 percet jelent, a gyermek azonban ez idő alatt új ismeretekhez jut környezetéről egy teljesen másfajta érzékelés mentén, egyúttal felélénkül szervezete, ahogy a meleg kis lába a langyos fűvel érintkezik. Másik érdekes és kedvelt tevékenység a gyermekek számára a *nedves kavicsstaposás*, mely ugyancsak 5- 10 percet vesz igénybe, viszont a játékos séta a reflexzónákon keresztül aktiválja a belső szervek működését.

Szívesen kapcsoljuk össze a *zenét a mozgással*, hiszen külön - külön is hozzájárulnak a lelki egyensúly felállításához, együtt azonban olyan élményt nyújt a gyermek számára, amiben megnyugodhat és kinyílnak, igazán önmaga lehet, s mindeközben fejlődik kifejezőkészsége, kreativitása.

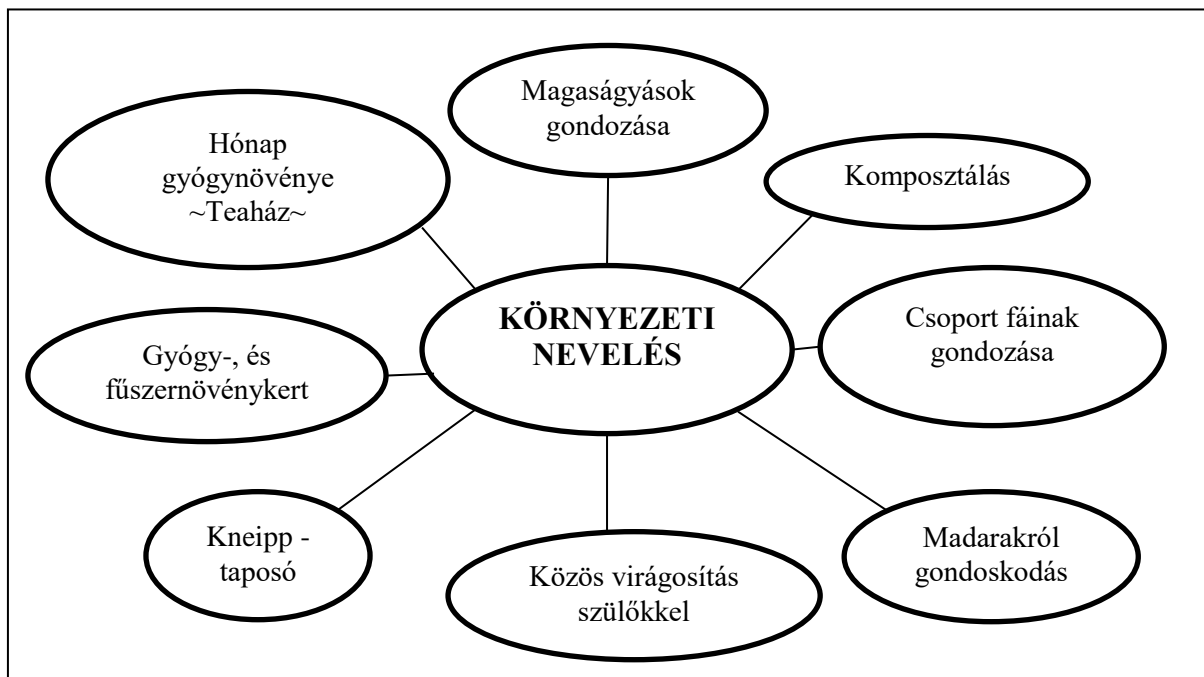
Naplezáráskor előszeretettel végzünk közösen légző- és jóga gyakorlatokat, ezáltal a gyermekeknek lehetőséget biztosítunk a megnyugvásra, elcsendesedésre. Tapasztalatunk azt mutatja, hogy a gyermekek kedvelik és igénylik ezt a fajta mozgásformát, szívesen vesznek részt benne. Az udvari életet, játékot így kevésbé feszült érzéssel kezdhetik meg, sokkal kevesebb baleset fordul elő.

Óvodánkban lehetőséget biztosítunk fakultatív mozgási lehetőségekre is. Heti egy- egy alkalommal délutánonként *Judo, Balett* és *Gyermek jóga* foglalkozásnak adunk helyet. Havi egy alkalommal a szülőket is várjuk egy közös szülő- gyermek jógára.

## **2. Környezeti nevelés – Phytoterápia**

**Cél:** Ismerjék meg a gyógy- és fűszernövényeket, a szervezetre gyakorolt jótékony hatásukat.

**Feladat:** Gyógy- és fűszernövénykert kialakítása, folyamatos gondozása, bővítése.



Óvodánk arculatához a gyógy- és fűszernövénykert kialakítása és gondozása testhezálló feladatnak bizonyult. Már korábban is nagy figyelmet fordítottunk arra, hogy a dísnövények mellett jótékony hatású növényekkel is gazdagítsuk óvodánk udvarát. A gyermekek örömmel vesznek részt a magaságyság, a csoportos fák és a gyógynövénykert gondozásában. Komposztládánk tudatos alkalmazásával törekszünk természetes tápanyaggal hozzájárulni növényeink egészséges fejlődéséhez.

A gondozási munkálatok mellett lehetőséget biztosítunk a gyermekeink számára az érzékelés útján történő ismeretbővítésre. Játékos módon (saját készítésű illatszások, memóriajáték, érzékelő játékok) megismertetjük velük a gyógynövényeket, fűszernövényeket, azok jellegzetes illatát, ízét, színét, felhasználásuk módját, a szervezetre gyakorolt jótékony hatásukat. Elkészítettünk egy szárítót, így ezek a növények egész évben rendelkezésünkre állnak, emellett a gyermekek megismerik azok eltarthatóságának praktikáit. Szívesen vesznek részt a gyermekek a „szüretben“, majd az azt követő teakészítésben és a kóstolásban.

Egy hónapban egy gyógynövényre fókuszálunk, így az ismereteknek van ideje leülepedni.

A hónap gyógynövénye	
<b>November</b>	csipkebogyó
<b>December</b>	kamilla
<b>Január</b>	hársfa
<b>Február</b>	kakukkfű
<b>Március</b>	citromfű

<b>Április</b>	menta
<b>Május</b>	levendula

Szerdánként az adott hónap gyógynövényéből készült teát kóstolhatják meg a gyermekek. Ezek az ízek szokatlanok, sokszor kifejezetten elutasításra ösztönzik a gyermeket. A tapasztalatunk viszont azt mutatja, hogy a jó példa, a gondozási folyamatokba történő rendszeres bevonás, a vizsgálódás, ízlelgetés befogadóbbá teszik a gyermeket az új kipróbálására, idővel elfogadására, mindeközben pedig lassan elmélyülnek bennük ezek az egészségmegőrzéshez fontos új ismeretek.

Mindezzel párhuzamosan másik fontos **célunk**, hogy a szülők is megismerjék ezeket a gyógynövényeket, egészségjavító hatásukat. Ennek érdekében a faliújságon minden hónapban láthatóvá tesszük a számukra az adott hónap gyógynövényét, azok jótékony hatását; bevonjuk a családokat a gyűjtésbe, illetve szerda délutánonként teával kínáljuk a gyermekükért érkezőket. Elkészítettünk egy saját *Gyógy- és fűszernövény gyűjteményt (lásd.: Melléklet)*, melyben egybefűzve megtalálhatóak az év során feldolgozásra kerülő növények.

### **3. Egészséges életmódra nevelés – Dietetika**

*„Minden nap egy alma, az orvost távol tartja.“*

**Cél:** Ismerjék meg az egészségmegőrzéshez elengedhetetlen alapokat.

**Feladat:** Az egészséges táplálkozás iránti igény megalapozása; az egészségmegőrzéshez szükséges ismeretek elmélyítése.

Nagy figyelmet fordítunk a megfelelő és folyamatos folyadékbevitelre víz és tea formájában. Figyelünk arra, hogy lehetőleg cukor helyett mézzel és citrommal ízesítsük a teát. Szerdánként gyógytea kóstolót tartunk, közben megismertetjük a gyermekekkel ízüket, hatásukat.

A Szanda Konyha - mely óvodánk gyermekei számára biztosítja az egészséges ellátást - a minta menza program alapján állítja össze az étlapot, így gyermekeink egészséges, változatos, tápanyagokban gazdag ételeket fogyaszthatnak.

További **célunk** a szülőkből az egészségtudatosság megalapozása, erősítése. Ennek érdekében minden szerdán zöldség- és gyümölcsnapot tartunk. A szülők szorgalmának, és főzőkonyháknak köszönhetően minden napra jut a gyermekeknek friss vitaminforrás, külön öröm, hogy egyre többször jutunk biogyümölcsökhöz, zöldséghez. Megnyitottunk egy egészséges receptgyűjteményt, melyet folyamatosan bővítünk az otthon kipróbált receptekkel.

#### ***4. Tapasztalat- és élményszerzés – Hydroterápia***

**Cél:** Ismerjék meg a víz fontosságát életünkben, törekedjenek annak megóvására, takarékosagra.

**Feladat:** Megfelelő idő és hely biztosítása a vizsgálódásokra, kísérletezésekre, próbálgatásra, tapasztalatgyűjtésre.

Óvodai nevelőmunkánk tervezését és megvalósítását a Kompetencia alapú óvodai nevelési programhoz hasonlóan a négy fő elem köré - tűz, víz, föld, levegő - építjük. Igyekszünk ehhez kapcsolódóan minél több élmény- és tapasztalatszerzési lehetőséget biztosítani a gyermekek számára.

Gyermekeink jól tudják, hogy a víz egyik életető elemünk. Megtanítjuk őket a víz „szeretetére“, megóvására, a takarékosagra. A víz, mint egyik fő témakör kiváló lehetőséget nyújt a játékos kísérletezésre, vizsgálódásra, ezáltal az ismeretbővítésre. A hideg- meleg reláció minden témakörnél jelen van, újra és újra előtérbe kerül. A *Víz* témánál kiemelt figyelmet fordítunk arra, hogy a gyermekek saját bőrükön - arc, kézfej, lábfej - tapasztalhassák meg a hideg és meleg víz váltakozásának jótékony hatását. Ehhez folyamatosan bővítjük eszköztárunkat.

##### ***A Kneipp és a víz kapcsolata:***

Sebastian Kneipp azt vallotta, hogy a víznél hatásosabb gyógymód nincs, csak meg kell találni az egyénhez legjobban illőt. Többnyire mindenhol a Kneipp- taposót alkalmazzák, ahol a kövekre engedett hideg vagy meleg vízen sétálhatunk, esetleg belemárthatjuk karjainkat. Ez stimulálja a szervezetet, élettani reakciókat vált ki.

Ennek szellemében száraz Kneipp- taposónkat nedves taposóval bővítettük. A kis „medencékben” váltakozva hidegebb-melegebb hőmérsékletű vízben, illetve különböző méretű kavicsokon sétálhatnak a gyermekek, miközben megtapasztalhatják a víz frissítő erejét. Emellett időjárástól függően szorgalmazzuk a harmatos fűben járást, amely szintén hasonló érzetet, hatást vált ki.

**Célunk,** hogy a szülők is megismerjék a nedves taposónk üdítő hatását. Ennek érdekében nyílt nap keretében bemutatjuk számukra használatát.

#### ***5. Szocializáció - Testi- lelki egyensúly***

A Szolnok Városi Óvodákban, így tagintézményünkben is kiemelt figyelmet fordítunk az érzelmi nevelésre, szocializációra. Napjainkban egyre több az egyéni bánásmódot igénylő

gyermek (hátrányos helyzet, SNI, BTMN), emellett gyakori az agresszió megjelenése, esetleg a túlzott zárkózottság. Fontos számunkra, hogy egy érzelmi biztonságot nyújtó közegben tölthessék napjaikat a gyermekek, illetve hogy a szülők is érezzék, nálunk jó kezekben van csemetéjük.

**Célunk**, hogy a hozzánk gyermekek érezzék jól magukat, szívesen járjanak óvodába, magabiztossá, érzelmileg gazdaggá, kiegyensúlyozottá váljanak.

**Feladat:** Kiemelt figyelmet fordítunk arra, hogy biztosítsuk gyermekeink számára a személyi állandóságot, folyamatosan erősítjük bennük az összetartozás érzését. Pedagógusaink elfogadó, odaforduló, szeretetteljes attitűdjének; a sokszínű élmény- és tapasztalatszerzéseknek köszönhetően a hozzánk járó gyermekek bizalommal fordulnak egymáshoz és a felnőttekhez egyaránt, nyitottak, fogékonyak és érdeklődőek a külvilág dolgai iránt. Mindezek mellett lelki egyensúlyukat többek között relaxációs gyakorlatokkal, jógával, szocializációs játékokkal, drámajátékokkal, a csoportbáb állandó kedves jelenlétével, csendkörrel igyekszünk megtámogatni. Kialakítottunk egy Só-kuckót is, ahová a gyermekekkel elvonulhatunk mesét hallgatni, anyanyelvi játékokat játszani vagy csak egy kicsit felüdülni, relaxálni.

Az óvoda- család kapcsolat erősítése kapcsán célunk és üzenetünk a szülők felé:

*A rohanó világból álljunk meg egy percre!*

Mit teszünk?

- Minden hónap első szerdáján Tea-házunkba invitáljuk a szülőket, ahol meghitt hangulatban, csendes és nyugodt környezetben beszélgethetünk, cserélhetünk egészségmegőrzési praktikákat, tapasztalatokat, miközben saját készítésű gyógyteáinkat kóstolhatják.
- Időszakosan Baba-mama jóga bemutatót rendezünk
- Relaxációs gyakorlatokat mutatunk, miközben illóolajokkal ismertetjük meg a szülőket  
/lásd. Melléklet: Illóolajok gyermekeknek/

### **Eddig elért eredményeink:**

Eredményként tekintünk arra, hogy nevelőtestületünk minden tagja azonosulni tud a módszer sajátosságaival, és azt tudatosan beépítik a napi nevelőmunkájukba.

A gyermekek nyitottak, érdeklődőek, szívesen vesznek részt a tevékenységekben, játékokban és az eközben szerzett ismereteket, tapasztalatokat a későbbiekben alkalmazzák vagy továbbítják szüleik számára.

A szülők nyitottak, segítőkészek, támogató attitűdjükkel segítik munkánkat. Bevonhatóak, bekapcsolódnak a szervezett tevékenységekbe, saját készítésű eszközök összeállításába, gyűjtőmunkába.

A mentálhigiéniája javulásához hozzájárul, elősegíti.

### **Távlati céljaink:**

Egyik fontos célunk az eszközbővítés. Tervezzük:

- Mászófal kiépítését
- Kültéri és beltéri nagyméretű fejlesztő játékok beszerzését
- Tornaeszközök tárának bővítését
- Írisz eszközök beszerzését
- Babzsákfotelek beszerzését

Emellett a szülők, illetve a nevelőtestület számára előadás keretében szeretnénk biztosítani az ismeretbővítést, tapasztalatcserét mentálhigiéniás szakemberek felkérésével.

Kutatjuk továbbá a hasonló módszerekkel dolgozó óvodákat „testvér óvoda“ kapcsolat kialakítása céljából, az egymástól való tanulás érdekében.

Ezekhez feladatunk az anyagi támogatás megszerzése, ehhez kapcsolódó pályázatok felkutatása, megpályázása.

Legfőbb célunk a „Jó gyakorlattá“ válás. Ennek érdekében szeretnénk a módszerhez kapcsolódó továbbképzésekre eljutni, majd prezentálni az érdeklődők felé a módszer beépülésének gyakorlatát, tapasztalatait nevelőmunkánkba.

**Felhasznált irodalom:**

- Szolnok Városi Óvodák Pedagógiai Programja
- Szolnok Városi Óvodák Pedagógiai Programja, Kacsa úti Tagintézmény Programrésze
- Környezetvédelmi programunk a Kacsa úti Tagintézményben
- [https://hu.wikipedia.org/wiki/Sebastian\\_Kneipp](https://hu.wikipedia.org/wiki/Sebastian_Kneipp)

Mellékletek

*Hetirend*

*Napirend*

*Illóolajok*

*Receptgyűjtemény*

*Érzékelő játékok*

*Lábtorna gyűjtemény*

*A Kneipp módszerre épülő 2018. évi Egészségét terve*

**HETIREND**

	Tevékenység	Kneipp módszer beépülő elemei
--	-------------	-------------------------------

HÉTFŐ	<p>Ének, zene, énekes játék, gyermektánc</p> <p>- <b>Varázsceruza</b> (5-6-7 éves) gyerekek részére csoportközi foglalkozás</p> <p><b>Külső világ tevékeny megismerése /matematikai tap. szerzés/</b></p>	
KEDD	Verselés, mesélés	Jóga
SZERDA	<b>Külső világ tevékeny megismerése</b>	Gyümölcs- nap Gyógytea készítés, kóstolás
CSÜTÖRTÖK	<p><b>Mozgás</b></p> <p>- <b>Varázsceruza</b> (5-6-7 éves) gyerekek részére csoportközi foglalkozás</p>	Kneipp ösvényen járás Évszaknak megfelelően kültéri, illetve beltéri taposón
PÉNTEK	<p><b>Rajzolás, festés, mintázás, kézimunka</b></p> <p><b>Verselés, mesélés - dramatizálás</b></p>	

### NAPIREND

Tevékenység kezdete, és vége	Tevékenység megnevezése
06. 00 - 07. 30	Gyülekező, játék (összevontan a 3 csoport) a Süni csoportban

07. 30 - 08. 00	Napindítás a Pihe- puhába kuckóban „megérkeztem táblá”-ra képek felhelyezése, ceremóniák /halk zene, gyertya, csoportbáb, élménykönyv/ (beszélgető kör, személyes élmények meghallgatása, reggeli találkozás öröme)
08.00 - 09.00 08.15 - 09.00 09.15 - 09.40 10.00 - 10.30  09.30 - 10.00	Szabad játék, mozgás, közben Folyamatos tízórai, testápolás. Irányított tevékenység, tanulásszervezés (egyéni és mikro csoportos formában) Játék elrakás Naplezárás Társadalmi viselkedés / Fonémahallás fejlesztő játékok / Ritmus-, ritmikus játékok / Helyes járás – helyes tartás / Kneipp- taposón járás / Jóga és légzőgyakorlat  <b>Varázsceruza</b> gyerekek részére (5-6-7 éves) csoportközi foglalkozások (hétfőn Ének- zene; csütörtökön Mozgás; alkalmanként élményszerző tevékenységek külső helyszínen)
10. 30 - 11. 45	Mindennapos játékos mozgás (10 – 15') lehetőség szerint udvari helyszínen Kneipp- taposón járás Udvari játék, levegőzés, séták, helyszíni megfigyelések
11. 45 - 13. 00	Testápolás; Ebéd; Készülődés a pihenéshez
13. 00 - 15. 00	Mesehallgatás, Pihenés (halk zene, gyertya, szertartások) <b>Varázsceruza</b> gyerekek részére (5-6-7 éves) 2. félétől folyamatos ébresztés igény szerint
15. 00 - 17.00  16.30-tól	Ébresztés, testápolás, uzsonna, játék. Lehetőség szerint levegőzés, mozgás. Folyamatos hazabocsájtás Csoportösszevonás az ügyeletes csoportban: Süni csoport

## ILLÓOLAJOK

Az aromaterápiában illóolajokat alkalmaznak terápiás, gyógyító céllal. Felhasználásuk széleskörű; az ellazulás, pihenés, regenerálódás mellett egyes panaszok kezelése, megelőzése, kellemetlen, fájdalmas tünetek enyhítése az, amelyre ez a természetes gyógymód alkalmazható.

Az illóolajok alkalmazása:

Az illóolajok általában két úton juttathatók be a szervezetbe; belégzéssel, illetve bőrön keresztül felszívódva.

- Inhalálás - közvetlen belélegzés, vagy illóolajat tartalmazó gőz belégzése.
- Párolgatatás – elektromos-, vagy hagyományos kerámia párolgatókba cseppentve.

- Masszázs - ez a leggyakoribb és a leghatékonyabbnak tartott formája az aromaterápiás kezelésnek. Egy úgynevezett bázisolajhoz adnak pár csepp illóolajat, és ezzel végzik a kezelést.
- Fürdő – illóolajat tartalmazó vízben. A lábfürdő is hatásos lehet, például fagyás esetén.
- Borogatás – véraláfutások enyhítésére, a bőr és az izom regenerálására, illetve menstruációs fájdalmak enyhítésére kiváló.
- Bedörzsölés - nagyon kevés illóolaj alkalmazható közvetlenül a bőrre cseppentve, hígítatlanul ugyanis irritációt okozhatnak.

### **Gyakorlati alkalmazás:**

- – **párologatás:** 4-6 csepp az aromalámpába (nyugtató, hangulatjavító, felemelő hatású)
- – **frissítő fürdő:** 4-6 csepp egy evőkanálnyi mézben, tejben, tejszínben, növényi olajban vagy habfürdőben elkeverve, majd ezután a vízbe téve. Élénkít, ellazít, frissíti a fáradt izmokat.
- – **masszázs:** 2 evőkanál növényi olajba tegyünk 1 csepp illóolajat, keverjük el, és ezzel a vérkeringést fokozó hatású olajjal masszírozzuk meg a feszült, fájó izmokat, gyulladt, reumás testrészeinket.
- – **bedörzsölésre:** egy evőkanál hordozóolajba tegyünk 1 csepp orvosi zsálya olajat, keverjük el, és ezzel dörzsöljük be ízületi- és izomfájdalmaktól szenvedő testrészeinket.
- – **bőrápolásra:** egy evőkanál növényi olajba (vagy a szokásosan használt arcápolónkba) tegyünk 1 csepp olajat, keverjük el, és ebből masszírozzunk a bőrbe. Frissítő, puhító hatású, csökkenti a pattanásos bőr zsírosságát, és fertőtleníti.
- – **hajápoláshoz:** zsírosodásra hajlamos haj tisztításához tegyünk 2 csepp illóolajat annyi samponhoz, amennyit aktuális felhasználunk a hajmosáshoz. Nem csak a zsírosságot csökkenti, hanem a korpásodást is segít megelőzni.
- – **szájvíz készítéséhez:** 1 csepp illóolajat keverjünk el 1 dl desztillált vízben. Szájüregi gyulladások esetén ezzel öblögessünk. Használat előtt rázzuk fel. A leheletet is frissíti.

### Fontos szabályok:

- Soha nem szabad az illóolajokat belsőleg alkalmazni, kivéve ha azt képzett szakember irányításával és felügyelete mellett tesszük.
- Ne használjuk ugyanazt az illóolajat heteken keresztül megszakítás nélkül. A folyamatos használat irritációt válthat ki, illetve bizonyos anyagok felhalmozódását okozhatja a szervezetben.
- Bármely illóolaj használata előtt allergiatesztet kell végezni. Kis mennyiségű hígított olajat kell cseppenteni a bőrre, és figyelni, hogy a következő 24 órában nem jelentkeznek-e allergiás tünetek.
- Az olajokat sose használjuk hígítatlanul a bőrön. Létezik néhány kivétel, mint például a levendulaolaj, ezeket azonban csak szakember felügyelete mellett végezzük.

- Fontos megjegyezni, hogy mindenki másképpen reagálhat az illóolajokra, ami az egyik embernél javulást okoz, másnál lehet, hogy hatástalan, vagy éppen káros. Ezért bármely olaj használatánál nagyon körültekintőnek kell lenni.

- 1. Levendula** – az egyik legismertebb és legnépszerűbb illóolaj. Fejfájás, depresszió, nyugtalanság, álmatlanság, stressz és feszült idegállapot kezelésére alkalmazható. Izomhúzódás, rándulás, menstruációs görcsök esetén fájdalomcsillapító hatású. Enyhíti a hányingert és alkalmazható bőrsérülések – vágások, csipések, égések kezelésére.
- 2. Germán kamilla** (orvosi székfű) – népszerű és sokoldalú illóolaj, segít emésztési panaszok, kellemetlen [menstruációs](#) és klimaxos tünetek, bőrsérülések, gyulladás, égés (beleértve a napégést is), pattanások és kelések esetén.
- 3. Menta** – ez a jól ismert illóolaj az emésztési panaszok, a hányinger és a fejfájás hatásos ellenszere. Izomfájdalmak, hörghurut, arcüreggyulladás és utazás közbeni rosszulletés esetén is hatásos. Ezt az olajat csak mértékkel alkalmazzuk és 3 éven aluli gyermeknél ne használjuk.
- 4. Zsálya:** Az illóolaj antibakteriális, gyulladáscsökkentő, köhögéscsillapító, és izzadáscsökkentő hatású, de nem csak a testi problémákra, hanem a lelki világunkra és szellemi képességeinkre is pozitívan hat. Belélegzése javítja a kedélyállapotot és a kognitív teljesítményt. Légúti megbetegedés idején a zsályaolaj belélegzése segít a letapadt váladék feloldásában, és csillapítja a köhögést. Krónikus hörghurut esetén segíti a gyulladáscsökkentést, akár többféle illóolajjal kombinálva (borsmenta, zsálya, levendula, monarda – 2:1:1:2 arányban) inhalálva alkalmazva. Száj- és ínygyulladás esetén a belőle készült szájvíz csökkenti a gyulladást és fertőtlenítő hatású.  
Az orvosi zsálya illóolajat ne alkalmazzuk terhesség és magas vérnyomás esetén. Kisgyerekektől, csecsemőktől tartsuk elzártnak, mert az olaj véletlen lenyelése epilepsziás rohamot válthat ki. Az olaj enyhén toxikus, és bőrirritáló hatású lehet, használat előtt végezzünk bőrpróbát.
- 5. Citromfű:** Nyugtató, feszültségoldó hatásával a citromfű olaj az aromaterápia egyik gyöngyszeme. Belélegzése csökkenti a belső feszültséget, ezért jó hatással van a szívpanaszokra, és az idegi alapú gyomorbántalmakra is. Erős, friss, citromos illata otthonod légterein frissítésére is ideális. Felvidít, élénkít és energizál, ugyanakkor kimerültség, idegi megterhelés és stressz esetén nyugtató hatással is bír.
- 6. Rozmaring** – ez a népszerű fűszernövényből kinyert illóolaj emésztési problémák, felfúvódás és májproblémák esetén nyújt segítséget. Enyhülést hoz hörghurut esetén. Csökkenti a folyadékviszatartást és enyhíti a depressziót. Terhesség, magas vérnyomás és epilepszia esetén tartózkodni kell a használatától.
- 7. Kakukkfű** – újabb fűszernövény, melyet az aromaterápiában is alkalmaznak a felső légúti fertőzések és a köhögés kezelésére. Ezen kívül a bőrt érintő fertőzések, izületi

fájdalmak, fertőzés okozta hasmenés és felfúvódás esetén nyújt segítséget. Terhesség és magas vérnyomás esetén használata kerülendő.





# RECEPTGYŰJTEMÉNY



## ÉRZÉKELŐ JÁTÉKOK

### I. Vizuális észlelés

#### 1. Keresd a helyét! ( Nagobbak: 5-7 év)

Mit fejleszt: Vizuális észlelés, azonosítás, differenciálás, síkbeli tájékozódás, téri viszonyok, gondolkodás, figyelem koncentráció

Játékszabály: ...

Forr: Játshunk most együtt, fejlesztő játékok gyűjteménye. ( Keskeny és tsa. 2001) 6. o.

## 2. Mi bújt el a fa mögé? ( Kisebkek: 4-6)

Mit fejleszt: Alak- forma állandóság, emlékezet, megfigyelő képesség

Eszköz: A 3 Dipa, lamináló, olló, gyógynövényes képek, filc

Játékszabály: ...

Forr: Játszunk most együtt, fejlesztő játékok gyűjteménye. ( Keskeny és tsa. 2001) 6. o.

## II. Auditív észlelés

### 1. Hallod a párját?

Mit fejleszt: Auditív figyelem, koncentráció, emlékezet,

Életkor:5-7 év

### 2. Kisebkeknek: színek beazonosítása, vizuális észlelés, az érzékszervek összekapcsolódása.

Nekik nem kötjük be a szemét

Életkor: 3-4 év

Eszköz: Wc papír guriga, különböző anyagok, színes zsírpapír, befőttes gumi, kendő

Játékszabály: ...

## III.Tactilis észlelés

### 1. Babratábla

Mit fejleszt: Tactilis észlelés, vizuális emlékezet, koncentráció

Életkor: 5-7 év

Játékszabály: ...

### 2. Mi van a takaró alatt?

Mit fejleszt: Tactilis észlelés, vizuális emlékezet, koncentráció

Életkor: 3-4 év

Játékszabály...

## IV.Szaglás

### 1. Illólajokkal átitatott vatta szaglása, képpel való azonosítás

Mit fejleszt: Percepció, emlékezet, keresztcsatornák

Életkor: 4-7

### 2. Változat: Bekötött szemmel való azonosítása az illatnak.

## V. Ízérvék fejlesztés



Egészségét terve a Kacsza úti Tagintézményben a Kneipp- módszer jegyében

Tartalom	Tevékenység ismertetése	Részvevők köre	Szervezési feladat	Módszer	Eszköz
goló tizálás kel való edés	<b>Testi- lelki egyensúly</b> <u>Egészségét megnyitása:</u> - Éléményindító dramatizálás Címe: A répa  - Réparágcsálás mártogatással  - Táncház	gyermekek óvodai dolgozók	- Mese begyakorlása - Díszlet és kellékek elkészítése - Répa darabolása, mártogatás elkészítése - Zenei anyag összeállítása a tánc- házhoz	ráhangolódás érdeklődés felkeltése bemutatás előadás példamutatás beszélgetés	mese kellékei répa, mártogatós CD-lejátszó CD
kel való edés a hívás	- Játékra hívás – Totó - Egészséges ételek receptgyűjteményének közös bővítése	szülők óvodapedagógus ok	- Totó összeállítása, kiosztása családoknak - Totó- gyűjtő dobozok kihelyezése csoportonként - A már begyűjtött receptek összefűzése, a gyűjtemény folyamatos bővítése, közreadás	buzdítás érdeklődés felkeltése bevonás bemutatás beszélgetés magyarázat	totó totógyűjtő ládák receptgyűjtemé ny
kel való edés	<b>Dietetika</b> - Egészséges ételekkel ismerkedés - Ételkészítés /saláta, köretek, nassolnivaló/	gyermekek	- Hozzávalók begyűjtése, vásárlás - Ételek elkészítése	buzdítás érdeklődés felkeltése bevonás bemutatás beszélgetés magyarázat próbálkozás pozitív megerősítés	hozzávalók/ zöldség, gyümölcs tálak
kel való edés is, testedzés	<b>Dietetika / Mozgásterápia</b> - Ételkóstolás - Jóga	szülők gyermekek	- Tálalás, kóstoltatás - Teremrendezés - Folyamatos invitálás jógára	buzdítás érdeklődés felkeltése bevonás bemutatás beszélgetés magyarázat próbálkozás pozitív megerősítés	saláták, nassolni valók
növényekkel ismerkedés	<b>Fitoterápia</b> - Gyógytea készítése, kóstolás - Érzékelőjáték	gyermekek	- Gyógyteák előkészítése - Érzékelő zsákok előkészítése - Képek, gyógynövények előkészítése	buzdítás érdeklődés felkeltése bevonás bemutatás beszélgetés magyarázat	gyógynövénye k, illatszások, teák, poharak, fotók, leírások

				próbálkozás pozitív megerősítés	
növényekkel merkedés is, testedzés	<b>Fitoterápia/ Mozgásterápia</b> -Teaház- Gyógytea kóstolása -Beltéri Kneipp taposó kipróbálása -Lábtorna	szülők gyermekek	- Tálalás, kóstoltatás - Teremrendezés - Beltéri Kneipp-taposó bemutatása - Zenei anyag összeállítása - Folyamatos invitálás lábtornára	buzdítás érdeklődés felkeltése bevonás bemutatás beszélgetés magyarázat próbálkozás pozitív megerősítés	gyógynövények, illatszákok, teák, poharak, fotók, leírások, beltéri taposók
berri test	Főnövér látogatása a csoportokban	gyermekek	- Meghívás, időpont egyeztetés	ráhangelődés érdeklődés felkeltése bemutatás beszélgetés	bemutató eszközei
éghét zárása tek oglalása is, testedzés	<b>Testi- lelki egyensúly</b> - Egészségügyi vetélkedő Varázsceruzás gyermekeknek - Móka- torna a kisebbeknek	gyermekek	- Feladatok összeállítása - Eszközök előkészítése - Hely előkészítése	buzdítás érdeklődés felkeltése bevonás bemutatás beszélgetés magyarázat próbálkozás pozitív megerősítés versenyeztetés dicséret	vetélkedő eszközei zenei anyag
ezárása	Totó - sorsolás	szülők	- Ajándécsomag összeállítása - Sorsolás előkészítése - Ajándécsomag átadása	pozitív megerősítés dicséret	ajándécsomag

## **Melléklet**

### **Környezetvédelmi programunk a Kacsza úti Tagintézményben**

#### **Célunk:**

A szűkebb és tágabb környezet, lakóhelyünk felfedezése során a gyermekek pozitív érzelmi viszonyának megalapozása a természeti - emberi - tárgyi világ értékei iránt. A környezet megismerése közben a gyermekek mennyiségi, alaki, nagyságbeli, tér és síkbeli szemléletének alakítása. Környezeti kultúrára nevelés: amely magába foglalja a környezetekre vonatkozó ismeretek mellett, a környezetbarát életvitel megvalósítását biztosító tevékenységek széles skáláját.

#### **Feladat:**

A családok bevonása az óvodai tevékenységekbe, környezetbarát szemléletük formálása.

#### **Hitvallásunk:**

A környezeti nevelés fontosságát, személyiségformáló, szokásalakító szerepét tekintjük nevelésünk vezérfonalának és a tevékenységeket (játék, vers, mese, ének-zene, énekes játék, rajzolás, mintázás, mozgás stb.) mint egy gyöngyként erre fűzzük fel. Így lesz komplex egész nevelésünk, mellyel megalapozzuk az óvodába járó gyerekek környezeti tapasztalatait, melyek később ismeretté, majd egész életre szóló tudássá alakulnak.

### **I. Távlati céljaink**

Az eddig alkalmazott óvodai gyakorlatunk kibővítése környezetvédelemmel, szerves hulladékok újra hasznosításával, szelektív hulladékgyűjtéssel, óvoda kertjének, csoportfájának gondozásával, madárbarát-kert kialakításával.

Környezetbarát életvitelünkkel, környezettudatos szemlélet kialakítása óvodásainkban és családjaikban, mind ez a napi gyakorlatban érvényesüljön és természetessé váljon. Olyan környezetet hagyjunk magunk után melyet utódaink is élvezhetnek.

A környezeti értékek megbecsülése, hagyományok ápolása, őrzése, az erkölcsi értékek alakítása, az együtt munkálkodási képességek értékközvetítése, a személyiség gazdagítása.

## II. Környezeti program bemutatása:

### 1, A csoport fája.

#### A tevékenység

**Célja:** A gyermekek folyamatában meg tudják figyelni a fa fejlődését, az évszakok változásának hatását. Az összetartozás érzésének erősítése, azzal, hogy együtt választottuk ki és gondozzuk a mi fánkat.

**Feladata:** A fa gondozásával a növények szeretetére nevelés. Tudatosítani, hogy a növények is élnek, locsolással, elősegíthetjük pozitív fejlődésüket, a gyümölcs leszedésével hasznos munkát végzünk.

#### **Gyakorlati megvalósítása:**

Óvodai csoportjaink folyamatosan gondozzák a csoport fáikat.

. A mi fánk gondozásába alkalmanként a szülőket is bevonjuk, az ágak metszésébe, száraz ágak eltávolításába.

Az évszakok váltakozásával a növények is változnak, ezt a gyerekekkel nyomon tudjuk követni.

Ősszel a levelek színes pompáját láthatjuk, télen a „kopasz” pihenő fát, tavasszal a virágba borulását, nyáron a zöldellő, madaraknak is „otthont” adó árnyat.

### 2. Az óvoda kertje

#### A tevékenység

**Célja:** A gyerekek bevonása a közvetlen környezetünk gondozásába, amikor ők is aktív részesei a munkának, jobban átérzik annak fontosságát. A munka eredményét megbecsülik.

**Feladata:** A kerti szerszámokkal és a velük végezhető munkák megismertetése. Folyamatos munkavégzés fontosságának észrevétele.

**Gyakorlati megvalósítása:** 2011 őszén csoportonként felosztottuk az óvoda udvarát. Az udvart folyamatosan gondozzuk, gereblyézzük, gyomtalanítjuk, öntözzük, söprögetjük.

Az összegereblyézett száraz faleveleket nem csak a komposztálónkba gyűjtjük, hanem „avartanyát” is készítünk minden ősszel. Avartanya: téli telelő a bogarak, rovarok számára.

Folyamatosan végzik a csoportok saját udvarrészeik parkosítását, (tuják, fák ültetését) gondozását.

A saját kertjük ápolását.

Minden évben tavasszal a komposztálónkból az érett szerves hulladékot növényeink ültetésénél a talaj előkészítésénél hasznosítjuk. A csoportok kertjében megfigyeljük a növényeket, állatokat, azok fejlődését, életmódját. (pillangó, katicabogár, csiga, földigiliszta, hangya, bodobács)

### 3. Komposztálás

#### A tevékenység

**Célja:** Olyan pedagógiai folyamat kialakítása, melynek során képesek elsajátítani a szerves hulladékkal, komposztálással kapcsolatos ismereteket, szokásokat.

**Feladata:** A családok bevonása az óvodai tevékenységekbe.

**Gyakorlati megvalósítása:** Óvodánk udvarán komposztálót alakítottunk ki. Egész nevelőtestületünk elsajátította a komposztálás folyamatát.

A családokkal közösen, rendszeresen gyűjtjük a komposztálandó anyagot, melyet a gyerekekkel közösen helyezünk ki az udvari komposztálóba. (konyhai nyers növényi hulladék, vitamin nap)  
Az udvaron évszakonként előforduló szerves hulladékot (fű, levél, ágak) a gyerekekkel közösen aprítjuk fel és helyezzük a komposztálóba.

### 4. Szelektív hulladékgyűjtés

#### A tevékenység

**Célja:** Az óvodás gyermek környezet- és egészségtudatos nevelésének erősítése. A környezetünk védelme, az emberi tevékenységből eredő környezet terhelés és szennyezés kibocsátás csökkentése.

**Feladata:** A gyermekek megértsék a szelektív hulladékgyűjtés lényegét és megismerkedjenek a hulladékhasznosítás folyamataival. A szelektív hulladékgyűjtés már gyermekkorban váljon reflexé, később pedig tudatos magatartássá érjen.

**Gyakorlati megvalósítása:** Évente látogatást teszünk a gyerekekkel és a szülőkkel közösen a szelektív hulladékgyűjtő és válogató Újszászi úti telephelyére.

A csoportszobákban elhelyezésre kerültek a szelektív hulladékgyűjtés számára a megfelelő tárolók.

A Remondis óvodánk udvarára hulladékgyűjtő konténereket helyeztünk el, melyekbe a PET palackokat folyamatosan gyűjtjük. Ez a lehetőség aktívan bevonja a szülőket is a gyűjtő folyamatba.

### 5. Madárbarát-kert

#### A tevékenység

**Célja:** Célunk, a madárvédelem, a madarak világának megismertetése, gyönyörködtetés, lelki, szellemi felfrissülés.

**Feladata:** Olyan szokások, viselkedési formák és érdeklődések kialakítása, amelyek meghatározóak a természetes (ember által létrehozott) és környezettel való harmonikus kapcsolat kialakításában.

**Gyakorlati megvalósítása:** A szülőkkel és a gyerekekkel közös madáretetőket és madárodúkat készítettünk.

A gyerekek napközben is folyamatosan figyelemmel kísérik a madarak étkezési szokásait, mozgását. Az etetők feltöltése a gyerekekkel és a családokkal közösen történik. (napraforgó mag, szalonna, madárkalács)

**Gyakorlati megvalósítás során alkalmazott módszereink:**

- cselekvő közvetlen sok érzékszervet foglalkoztató tapasztalás
- megfigyelés
- kísérletezés
- közös, egymástól való tanulás

### **III. Elért eredményeink:**

A családokban is elindult egy környezettudatosabb tevékenység: a környezet óvásához, védelméhez kapcsolódóan.

Az óvodai csoportokban szívesen bekapcsolódnak a gyerekek, egyéni fejlettségükhöz, érdeklődésükhöz képest a környezetük gondozásában.

Érdeklődéssel fordulnak az új ismeretek felé.

A gyerekek minden napos viselkedéséből érzékelhető, környezeti kultúrájuk változása.

Nem dobják el a szemetet, gyűjtik a növényi részeket a komposztba, részt vesznek a kert, növények gondozásában.

Vigyáznak az apró állatokra.

### **IV. Záró gondolatok:**

A környezeti nevelésnek a valós életben kell gyökereznie. Helyi problémákra és azok megoldására természet, társadalmi jellemzők, megismerésére kell támaszkodnia. Ezek megoldása közben láttatja meg a globális összefüggéseket. A problémák egyedül nem megoldhatók, ezért a környezeti nevelés fontos célja, az együttműködésre nevelés, az egymásra figyelés, egymás elfogadása, a társadalomba való beilleszkedés képességének fejlesztése. Mivel a jövő ökológiai problémái előre sok esetben nem láthatóak, ezért fontos a problémamegoldó gondolkodás, kreativitás képességének kialakítása és a fejlesztése. Környezettudatos magatartás kialakítása, formálása, mindennapi feladataink közé tartozik.