

Hogyan éljünk egészségesen?

Négy hetes projekt

- innováció -



Készítette:

Horváth Jánosné
Madarászné Bognár Tímea

Aranykapu Óvoda
Jánossomorja
2010.



A projekt témaköre: Hogyan élünk egészségesen?

1. Testünk
2. Mozgás
3. Táplálkozás és fogápolás
4. Tisztálkodás - Öltözködés

A projekt előzményei:

- Óvodai Nevelési Programunkban nagy hangsúlyt fektetünk a napi rendszeres mozgásra, amely hozzásegít az egészséges test és életvitelünk kialakításához.
- Célul tűztük ki, hogy a változatos mozgási lehetőségek, öltözködés, táplálkozás, tisztálkodás biztosításával, élményszerző séták szervezésével ismertetjük meg az egészség megőrzésének fontosságát.
- A családod életvitelében bekövetkezett negatív változás tette szükségessé, hogy jobban odafigyeljünk az óvodában is az egészségünk védelmére. Mindezt tevékenységeken, tapasztalatszerzéseken, cselekvéseken, illetve ismeretnyújtó beszélgetéseken keresztül tesszük a gyermekek meglévő ismereteire, érdeklődésére építve.

A projekt célja:

- Ismerjék meg testüket, érzékszerveiket.
- Egészségtudatos életmód kialakítása.
- Tudjanak különbséget tenni egészséges és egészségtelen között.
- Ismerjék az egészségmegőrzés alapvető feltételeit (mozgás, öltözködés, táplálkozás, tisztálkodás és fogápolás).
- A gyermekeken keresztül a család egészségnevelése.

A projekthez kapcsolódó kompetencia területek fejlesztése

Erkölcsei és szociális kompetencia fejlesztése

- Az egészséges étkezési szokások kialakítása, mozgás, tisztálkodás, fogápolás fontosságának tudatosítása.
- A gyermekek egészséges életvitelének alakítása.
- A szülők bevonása az egyes tevékenységekbe, közös élmények szerzése, együttlét örömeinek átélése.
- Váljon igényükké a rendszeres mozgástevékenység, ezáltal fejlődjen testi-lelki-szociális képességeik.
- Ismerjék meg a védőnő munkáját.
- Az ápolt egészséges külső, gondozott haj, ép fogazat, szép ruha, a sportos izmos alkat, a gyümölcsök színei, formái, ...gyönyörködtetnek. Tudjanak különbséget tenni a szép és csúnya között.
- Figyeljenek környezetük rendjére, tisztaságára életkoruknak megfelelően.
- Érezzék a közös tevékenykedés örömeit.
- Egymásra figyelés, alkalmazkodás, egymás segítése a közös tevékenységek során.

Kommunikációs kompetencia fejlesztése:

- A gyermekek beszédkedvének kialakítása, fenntartása, kommunikációs képességek, készségek fejlesztése a mese és vers valamint a napi tevékenységek során.
- Testrészek megnevezése.
- Szókincsbővítés: gyümölcsök, zöldségfélék nevei.
- Élmények átadásakor önálló, egybefüggő élményelmondásra ösztönzés.
- A mesefeldolgozás során mesei szófordulatok használata.
- Mesei párbeszédekben a hangszín, hangerő segítségével tudja kifejezni érzelmeit.

Testi kompetencia fejlesztése:

- A mozgás, cselekvés, közvetlen tapasztalatszerzés készségeinek fejlesztése a játékon keresztül – ahol megjelenik az ismeret, a jártasság, a készség.
- Nagymozgások fejlesztése kocogás, futással.
- Zenére történő mozgással a harmonikus, mozgás fejlesztése.
- Vágással, ragasztással, rajzolással finim-motorika fejlesztés.
- Szem-kéz koordináció, alaklátás fejlesztése.



Értelmi képességek fejlesztése:

- Észlelés, figyelem, emlékezet fejlesztése, ok-okozati összefüggések felismerése, következtetések levonása, problémamegoldó képesség fejlesztése.
- Rész-egész viszonyának felismerése (testrészek-test viszonya)
- A gyermekek ismereteinek bővítése saját testükről.
- Súly, magasság mérésekkel sorrendiség kialakítása.
- Érzékszervek feladatainak tudatosítása, érzékelős játékkal.
- Tapasztalatok rendszerezése során ismeretbővítés.
- Matematikai tartalmak fejlesztése számlálással, viszonyítások eldöntésével, becsléssel.
- Ismereteik bővítése az egészség ételekről.

Erőforrások:

Humán erőforrás:

Óvodapedagógusok, dajka, gyerekek, védőnő, fogorvos és szülők.

Tárgyi erőforrás: számítógép, nyomtató, digitális fényképezőgép, gyümölcscentrifuga, vágódeszkák, kések, tálak, gyümölcsök, zöldségek.
Részletezve a táblázatban.

A projekt időkerete: 4 hét

A kisebb csoportok, mikro csoportok szervezésének elvei:

6-8 fős csoportokban tevékenykedünk, így jobban el tudunk mélyülni a témában, figyelembe véve az egyéni képességeket, érdeklődést.

A csoportok közötti tapasztalat cserével mindenki információt szerezhet az aktuális ismeretekről.



TÁMOP-3.1.4/08/2-2009-0255

Kompetencia alapú oktatás, egyenlő hozzáférés- innovatív intézményekben

1. Hét

Testünk

| Tevékenység | Feladat, tevékenység | Eszköz | Felelős | Közreműködő | Költség | Termék |
|--|--|---|---------|---|---------|---|
| Mozgás, mozgásos játékok | Kocogás, fogócskázás a parkban. Mozgással kísért ismert mondókák testrészeinkről, érzékszerveinkről pl.: Orrom, orrom, kedves orrom... Hej, Gyula, Gyula, Gyula...stb. Új mondóka Szabó Borbála Mozdulj rá! C. mondókagyűjtemény 14. oldal - Ujjaimat mutogatom..., - Hüvelyk ujjam korán kelt... | Gyermekkezek fényképezőgép | óvónők | Gyermekek, óvónők | _____ | Fénykép |
| Rajz, mintázás, kézimunka (Vizuális tevékenységek) | - Hiányzó testrészek, érzékszervek pótlása, körberajzolt emberformán, majd felöltöztetése színezéssel - Emberforma összeállítása (diff.) vagy - „Ez vagyok én”... emberrajz | Papírok, olló, zsírkréta, ceruza, papírragasztó, gyurmaragasztó fényképezőgép | Óvónők | Gyermekek, óvónők | _____ | Kézmunkák + Fényképek |
| Környezet tevékeny megismerése, Megszerettetése | - Testrészek, érzékszervek megnevezése - Súly, magasság mérés után a legalacsonyabb és a legmagasabb gyermek kiválasztása, körberajzolása csomagolópapírra - Hallás, látás vizsgálat (ismerkedés a védőnő munkájával) | Csomagoló papír, ceruza, zsírkréta fényképezőgép Védőnői eszközök | óvónők | Gyermekek Óvónők Dajka néni Védőnő JTV- munkatársa | _____ | Kézmunka + Fényképek a folyamatról Videofelvétel |
| Mese vers, dramatikus játékok | Várkonyi Katalin: Hapci... c. verssel projektindítás, ráhangolódás a témára | Ujjbáb, zsebkendő, kendő fényképezőgép | óvónők | Gyermekek, óvónők | _____ | Fénykép |
| Ének- énekes játékok, | - Lepke, lepke, szállj a tenyeremre... c. énekes játék - Koszorú, koszorú... egymás hangjának felismerése | Lepke ujjbáb, vagy csak az ujjak mozgatása, fejdísz fényképezőgép | óvónők | Gyermekek, óvónők | _____ | fénykép |
| Játéktevékenységek | - Csoportszobában található érzékelős játékok, bizalomjátékok gyakorlása | Fényképezőgép, játékeszközök | óvónők | Gyermekek, óvónők, dajka | _____ | fénykép |



2. Hét

Mozgás

| Tevékenység | Feladat tevékenység | Eszköz | Felelős | Közreműködő | Költség | Produktum |
|---|--|---|---------|--------------------------------|---------|---------------------------|
| Mozgás, mozgásos játékok | - Szabad játék a csoportban, szabadban (udvaron) változatos mozgásfejlesztő eszközökkel - közös mozgás zenére a többi csoport bevonásával - futóverseny szervezése | Karikák, labdák, roller, kerékpár egyensúlyérzéket fejl . teknős, lépegetők, zene a mozgáshoz fényképezőgép | óvónők | Gyerekek, óvónők dajka | _____ | Fénykép, |
| Rajz mintázás, kézimunka (vizuális tevékenységek) | „Így sportolok én”- rajz színes ceruzával - tablókészítés a gyűjtött képekből | Színes ceruza, rajzlap, ragasztó, olló, fényképezőgép | óvónők | Gyerekek, óvónők | _____ | Rajzok, fénykép |
| Környezet tevékeny megismerése megszerettetése | - beszélgetés a mozgás fontosságáról ki mit sportol otthon? - lábtorna, megbeszéljük miért fontos? - közös séta a szülőkkel az óvoda közvetlen környezetében | Gyűjtött képek, lábtornához: szalvéta, ceruza, papír Fényképezőgép, kamera | óvónők | Gyerekek, óvónők dajka, szülők | _____ | Fénykép Videó felvétel |
| Mese-vers, dramatikus játékok | A Három csibe ... c. mese dramatizálása, mozdulatokkal | Fejdísz (csibe), zene a dramatikus játékhoz | Óvónők | Gyerekek, óvónők | _____ | Fénykép |
| Ének-énekes Játékok | Benn a bárány, kinn a farkas... (körjáték) | Fejdísz, bárány, farkas | Óvónők | Gyerekek, óvónők, szülők | _____ | Fénykép |
| Játéktevékenységek | Építés kockából, pl. akadálypálya a mozgásos tevékenységekhez | kockák | óvónők | Gyerekek, óvónők | _____ | Fénykép |



3. Hét

Táplálkozás – Fogápolás

| Tevékenység | Feladat, tevékenység | Eszköz | Felelős | Közreműködő | Költség | Produktum |
|--|---|---|---------------------|---|-----------|---|
| Mozgás, mozgásos játékok | Kocogás..., szabad játék játszótéren Szabó Borbála Mozdulj rá! 6. oldal Éhes voltam-megettem..., utánnézéssel | Fényképezőgép | óvónők | Gyermekek, óvónők | _____ | Fénykép |
| Rajz, mintázás, kézimunka (Vizuális tevékenységek) | - Boltban... élményábrázolás vagy - A három csibe.. meseillusztráció vagy fonalcsibék készítése vagy - Kifűjt tojásból csibék barkácsolása | Fényképezőgép gyurmaragasztó, színes ceruzák, ollók, csibeformák, fehér, piros. fekete fonalak, kifűjt tojások filcek | óvónők | Gyermekek, óvónők | _____ | Kézmunkák + Fénykép |
| Környezet tevékeny megismerése, megszerettetése | - Az összegyűjtött képekből albumkészítés (mi egészséges, mi nem, miért?) - Egészséges ételek vásárlása, majd kóstolása a csoport többi tagjával közösen - Zöldség vagy gyümölcssaláta és lé készítése a szülők bevonásával, közös rágás, majd fogmosás | Fényképezőgép rajzlap, ragasztó, gyurmaragasztó bevásárló táskák, pénz Tálak, kések, poharak, szalvéták, gyümölcscentrifuga kamera | Óvónők Gyerekek, | Gyermekek, óvónők dajka néni Szülők JTV- munkatárs | 1000,- Ft | Kézmunkák Fénykép Videofelvétel |
| Mese vers, dramatikus játékok | A három csibe... dramatizálása | Fényképezőgép fejdíszek, meseszőnyeg | óvónők | Gyermekek óvónők | _____ | fénykép |
| Ének- énekes játékok, | - Kecske ment a kiskertbe... | Fényképezőgép, fejdísz | óvónők | Gyermekek óvónők | _____ | fénykép |
| Játék tevékenység | Babakonyhában főzés, vendéglátás, terítés, születésnap ünneplés, piknik | fényképezőgép | óvónők | Óvónők; gyerekek | _____ | Fénykép |



4. Hét

Tisztálkodás-öltözködés

| Tevékenység | Feladat, tevékenység | Eszköz | Felelős | Közreműködő | Költség | Produktum |
|---|--|--|---------|--------------------------------|---------|------------------------|
| Mozgás, mozgásos játékok | Pantomim-néma játék játszása Pl.: fürdés, kabát felvétele, témához kapcsolódó mozdulatok eljátszása. | | óvónők | Gyerekek, óvónők | _____ | fénykép |
| Rajz mintázás, kézimunka (vizuális tevékenységek) | - Öltöztető babák készítése, színezése, - ruhák díszítése ujjfestéssel (gyerekek képességeit figyelembe) | Karton, ruha-baba sablon Festék, színes ceruza, olló fényképezőgép | óvónők | Óvónők, gyerekek | _____ | Kész munkák fénykép |
| Környezet tevékeny megismerése megszerettetése | - beszélgetés a tisztálkodás, kézmosás, hajápolás, körömápolás fontosságáról (babafürdetés) - öltözködés:- milyen ruhát veszünk fel tavasszal? - öltözködés helyes sorrendje | Könyvek, gyűjtött képek, habfürdő a fürdetéshez, törölközők, babaruhák | óvónők | Óvónők, gyerekek Dajka néni | _____ | fénykép |
| Mese-vers, dramatikus játékok | „Ügyes vagyok, tiszta vagyok”- diafilm nézése Gyere XY.. megfürdetlek mondóka (Mozdulj rá c. könyv 6.old) | Baba, diafilm, vászon, diavetítő | óvónők | Óvónők, gyerekek | _____ | fénykép |
| Ének-énekes Játékok | Fehér liliomszál....c .játék | Gyerekek, mint szereplők | óvónők | Óvónők, gyerekek | _____ | fénykép |
| Játéktevékenységek | Babafürdetés, babaöltöztetés, tengerpart kialakítása-úszás, fürdés.... | Babák, kád, törölköző, babaruhák, kék anyag a tengernek | óvónők | Óvónők, gyerekek Dajka néni | _____ | fénykép |

Projektháló



Testünk

Mozgás

Táplálkozás + Fogápolás

**Tisztálkodás +
Öltözködés**

Tapasztalatok a „Testünk” hetéről 2010. márc. 16- 19.

TEVÉKENYSÉG: Vers

Projektindítás: Várkonyi Katalin „Hapci” c. verssel.

A vers tartalmát, humorát megragadva beszéltek meg az elkövetkezendő hetekben mivel foglalkozunk majd. Felismerték, hogy az Elefánt beteg lett, az orrát fújja ... miért?.

- „Mert beteg!” (Zsófi)
- „Mert nem öltözött föl és megfázott! „(Ábel)
- „Válogatós, és nem eszik gyümölcsöt!” (Tamara)
- „Mert nem vette fel a pulóverjét!” (Kristóf)

Indokként elhangzottak eddigi tapasztalataik, meglepően jó ismeretekkel rendelkeztek.

Kiemelkedő T. Tamara, B. Ábel, K. Armad, F. Emma, D. Lara, F. Zsófi, K. Ágoston válasza, a többi kisgyermek életkorának és az általam eddig tapasztalt képességeinek megfelelő ismeretről árulkodott.

A beszédkedv töretlen volt. Beszélgettünk arról, mitől és mikor szoktak megbetegedni, alkalmat kaptak saját élményük, tapasztalatuk elmondására.

Célul tűztük ki, hogy mi egészségesek szeretnénk maradni. Megbeszéltük, mit fogunk gyűjteni (könyvet, képeket, fényképeket) a testünkkel, a mozgással, táplálkozással, tisztálkodással, és öltözködéssel kapcsolatban. Közös kiraktuk a projektfalhoz a szülőknek szánt kiírást.

A vers annyira elnyerte tetszésüket, hogy a bábbal játékidőben mondogatták a mese szőnyegen (Sz. Alexa, D. Lara, K. Hanna) egymás után eljátszva, ahogy tőlem látták.



TEVÉKENYSÉG: Mozgás-mozgásos játék

Testrészek, érzékszervek megnevezése

Az eddig ismert mondókák felidézése mellett (Hej, Gyula,...,stb.) újakat is tanultunk testrészeinkről, érzékszerveinkről Szabó Borbála Mozdulj rá!- című gyűjteményének felhasználásával. A mozgással kísért mondókák megnyerték tetszésüket, kérték, hogy játsszuk még! Jól megfigyelhető volt a különböző és az azonos életkorú gyermekek eltérő értelmi, szociális, kommunikációs, testi, képessége, készsége is.

Az „igazi” nagycsoportosoknak (F. Emma, H. Klaudia, K. Armand) öröm volt ez a játék, hamar megjegyezték az egyszerű mondatokat, mozdulatokat, míg másoknak szintén nagycsoportos gyermekeknek problémát jelentett a szöveg és a mozdulatok egyeztetése (N. Renátó, P. Loretta, F. Bendegúz.)

Örömmel tapasztaltuk, hogy középsőseink, D. Lara, Sz. Alexa számára sem jelentett nehézséget ez tevékenységforma. Vidáman követték nagycsoportos társaikat a játékban. A kiscsoportosok is próbálkoztak többnyire kevés sikerrel, ezért sokszor játszottunk a nap és a hét folyamán. Őket inkább az együtt játszás öröme, a nevetés, a hangulat fogta meg.

Fejlett értelmi, kommunikációs, finommotorikus képességekkel rendelkező gyermekeink szívesen játszották az érzékelős észlelős játékokat, szembekötősdit, „sugdolózóst” tapintásosat egyaránt ezekben a napokban hetekben.

**TEVÉKENYSÉG: Környezet tevékeny megismerése és megszerettetése.****Érzékszerveink védelme, szűrővizsgálata
(ismerkedés a védőnő munkájával)**

A védőnő munkáját minden gyermek részben már ismerhette. Ezen a napon azt tűztük ki célul, hogy megismerkedjenek olyan fontos általa használatos eszközökkel, amiket eddig még nem, vagy csak néhányan láthattak. Fontos volt, hogy félelem nélkül tapasztalják meg ezek működését, használatát, hasznosságát. A fül, a szem, fontos érzékszerveink, a szívünk védelme érdekében, a vérnyomásunk ellenőrzését is fontosnak tartottuk. Mindezeket beszélgetve, közvetlen hangulatban teheték eddigi ismereteikre, emlékezetükre alapozva. (Videó is készült.)

Közben figyeltek a velük beszélgető felnőttre, egymásra, bátran kérdeztek a védőnőtől, lelkesen meséltek eddigi tapasztalataikról. /szociális képesség/
Használható ismeretanyaggal rendelkeztek nagycsoportosaink, amit későbbi játékaikba is beépítettek. A csoportunk többi tagja testének „gyarapodásával, növekedésével” foglalatzkodott az óvó néni és a dajka néni segítségével ez idő alatt. Összehasonlíthattuk ki a legmagasabb, legalacsonyabb, kik az ugyanolyan magasak stb.

Kiemelkedő volt T. Tamara, B. Ábel, K. Armand, K. Hanna, F. Emma ismerete, jónak és életkorának megfelelőnek mondható az összes többi gyermeké.



TEVÉKENYSÉG: Rajz, mintázás, kézimunka **Vizuális tevékenységek**

Az előző nap kiválasztott legmagasabb és legalacsonyabb gyereket rajzolhatták körül (csomagoló papíron, földön fekvő) ezen a napon, majd testrészeiket, érzékszerveiket, ruháikat színezték ki.

Akinek nem volt kedve, vagy kitartása, (rész egész viszonyát gyakorolva) állíthatott össze emberformát, vagy „ez vagyok én” rajzolhatta meg magát. Közben a szín, forma érzéke, finommotorikája, fejlődött. Nagyon hangulatos délelőttnek voltunk tanúi a kiválasztott kisgyermek megismeréséig hasonlítottak az alkotásokra. (Emma és Gergő) Pontosan megfigyelték a ruha színét, mintázatát, társuk szeme színét, mosolyát stb.

Érdekes, hogy a legmagasabb gyermeket Timi óvó segítségével Papp Loretta rajzolta körbe, a legalacsonyabb gyermeket már egyedül vállalta. Ez azért érdekes, mert ő bizonytalan, a tevékenységekben általában megerősítést váró kisgyermek. Aktív részt vállaltak még Emma, Ábel, Hanna, Bendegúz, a középsős Alexa, a kiscsoportos Ágoston az alak teljes kivitelezésben.

Gergőt a legalacsonyabb kisgyermekünket Loretta segítség nélkül rajzolta körül, gondosan figyelve minden részletet (ujjak közét, nadrág szárának szélességét stb.) Kíra (kiscsoportos), Alexa (középsős), Bendegúz, Emma, Hanna öltöztette föl, megtervezve, megosztva a feladatokat.

A következő napokban ismét kérték játékidőben a nagy csomagolólapokat és krétákat, filceket. Mindenkit lelkes alkotás közben találtak azok, akik csoportunkba látogattak. Fotók készültek!



TEVÉKENYSÉG: Ének- énekes játékok

Lepke ujjbáb, később csak az ujjak mozgatásával jó hangulatban gyakoroltuk a testrészek nevét egész nap. Minden kisgyermek átadta magát a játék, az együttjátszás, éneklés örömeinek. A koszorú... kezdetű dal lehetőséget adott arra, hogy mindenki felismerhesse társa hangját, megtapasztalja, hogy a látás, milyen fontos, mennyire hiányzik egy ilyen játékban is. A hallás csukott szemmel nagy koncentrációt igényel, még akkor is, ha minden nap halljuk egymás hangját.

A megfelelő hangmagasságban történő éneklésre törekvés fontos feladatunk. Megfigyelhettük, hogy amikor egyedül énekel a gyermek, nem mindig azt mondja, amit kell. Sok a félre hallás, elértés. Lehetőség van ilyenkor az egyéni javításra is, a helyes szöveg ismétlésével, kiejtésével. (Pl. Loretta, Kristóf, G. Hanna, Csenge)

Játéktevékenységek:

A héten előtérbe kerültek a csoportszobában található érzékelős játékok, bizalomjátékok egyaránt. Szívesen vettek részt minden kezdeményezésünkben, örömeikre szolgált, hogy újra és újra kérték ezeket a játékokat. Fényképek készültek erről is!



TAPASZTALATOK A MOZGÁS HETÉRŐL.

2010. 03. 22.-26

A második héten a mozgásra, mozgásos játékokra helyeztük a nagyobb figyelmet. Mint tudjuk a gyerekek kedvelt tevékenysége közé, tartozik a mozgás bármely fajtája. A mi óvodánkban is a hét minden napján lehetőséget biztosítunk a gyerekek napi mozgásigényének kielégítésére.

TEVÉKENYSÉG: Mozgás-mozgásos játék
Szabad játék a csoportban.

Olyan tornaszereket vittünk a csoportszobába, ami pl.: az egyensúlyérzéküket fejlesztette (lépegető béka), a kúszás-mászást segítő eszközt (alagút)- amiben mindenki megtalálhatta azt a mozgásformát, amit biztonságosan, a képességeihez mérten használni tudott.

Természetesen ezek a szerek a nap folyamán a gyerekek rendelkezésére álltak. Megfigyelhető volt, hogy a bátrabb gyerekek, és akiknek biztos egyensúlyérzékük van elsőnek, vették birtokba a békát (ők a nagycsoportosok, és a középsősök közül Sz. Alexa, D. Lara, a kicsik közül kiemelkedett F, Zsófia).

A többi kisgyerek az alagutat választotta, ahol megfigyelhettük, hogy ki hogyan mászik, kúszik, kinek milyen a mozgása. A középsős Sz. Daninak gondot okozott a mászás, látta, hogy neki nem úgy megy, mint társainak, így vele együtt másztunk a medve barlangba talpon, tenyéren, addig próbálkozott, amíg sikerrel járt, ennek nagyon örültünk, megtapsoltuk.

Később már a kicsik is kipróbálták a békát, segítséget kértek nagyobb társaiktól, a nagy fogta a kicsi kezét, és édesen irányította, hogy hogyan mozogjon. A szerek használatát a gyerekek beosztották maguk között, hogy ki meddig játszhat vele (türelemre nevelés).

Meseországban a Három csibét dramatizáltuk, itt is a mozgásra építettük a mesét- utánozták a csibéket, zenére mozogtak, röpdöstek, csapkodtak a szárnyaikkal... (tükör játék:-egy kisgyerek mutatta a mozgást a többi, utánozta). A játék végén megbeszéltük, hogy miért fontos a mozgás, a sport, és hogy ki mit sportol otthon.

A szabadban is lehetőségük volt a gyerekeknek a változatos mozgásformákra, biciklizhettek, ugróiskoláztak, rollereztek az udvaron, mindenki a saját képességeihez mérten választott a játékok közül.



TEVÉKENYSÉG: Rajz-mintázás: „Így sportolok én”- ceruzarajz
Tabló készítése a gyűjtött képekből.

A gyerekek választhattak a két tevékenység közül, két 6 fős csoportban dolgoztunk.

A rajzolás közben a gyerekek elmesélték, hogy mit sportolnak otthon, a munka közben kommunikációs képességük, szókincsbővítési lehetőségeket nyújtott a gyerekeknek. Megfigyelhető volt a finommozgásuk, a helyes –helytelen ceruzafogás. A koncentráció, kitartás is észrevehető volt. B. Ábel (nagycsop.) hamar elfáradt, ő lassabb társainál, pihent, és utána folytatta munkáját.

A tablóképzésnél is vegyes életkorú gyerekek vettek részt, akinek nem okozott gondot ollóval vágott, a kisebbek ragasztották a képet, volt köztük tervező, aki segített, hogy mit hova ragasszanak. A kész munkákat kiállítottuk a csoportba, elmondhatták, megbeszéltek egymás között ki mit készített, rajzolt. (figyelem, türelem, koncentráció fejlesztése)

Tízórai előtt a tornateremben zenére tornáztunk.(Nagy Jenőné: Mozcás zenére)
A járás, járásjátékok, gimnasztika része zenére (indulóra) történt, ahol fontos volt a figyelem, hiszen az óvó nénit figyelve kellett utánózni a gyakorlatokat. A zenére mozgásnál megfigyelhető volt, hogy kinek milyen a ritmusérzéke, ki mennyire tud egyenletesen járni. A járásjáték „Kalapcsere”- fontos volt, hogy a társa szemébe nézzen, amikor átadja a kalapot. A torna végén „Fantázia” játékot játszottunk. Jéghegyek voltunk, ami lassan - lassan elolvadt. Leültünk, és aki szerette volna elmondani, hogy mit érzett meghallgattuk. A nagyok teljesen beleélték magukat –hideget –félelmet - hóesést- egyre melegebb levegőt éreztek, de a kisebbek közül F. Zsófiika is ki tudta fejezni érzéseit, ő azt mondta „mászkok a hegyre”.

TEVÉKENYSÉG: Környezet tevékeny megszerettetése, Ének-énekes játék
Közös séta a szülőkkel, körjátékozás a közeli játszótéren.

Sétára és közös játéokra hívtuk a szülőket. A gyerekek izgatottan várták ezt a napot, hiszen a mai rohanó világban ritka, hogy a szülők együtt sétáljanak gyerekekkel, legtöbbször autóval jönnek az oviba. Sajnos kevés szülő tudott részt venni kötelezettségei miatt.

A játszótérre érve közösen körjátékot játszottunk (Benn a bárány...), öröm volt nézni, ahogy anya-gyerek kergetőzött, önfeledten játszott. A csemeték egy-egy puszival, öleléssel hálálták meg szüleiknek a közös játékot.

Lehetőségük volt a játszótéri játékok kipróbálására is. Mászókázhattak, hintázhattak, focizhattak. A séta végén a szülők megköszönték a lehetőséget, hogy eljöhettek, és együtt játszhattak velünk, és kérték, hogy legyen több ilyen alkalom is.

TEVÉKENYSÉG: Környezet tevékeny megszerettetése
Lábtorna

Beszélgünk a lábtorna fontosságáról, hogy mit tehetünk annak érdekében, hogy megelőzzük a lúdtalp kialakulását, a megfelelő cipőválasztásról is szó esett.

A torna játékos feladatokra épült, amit kicsik, nagyok egyaránt végre tudtak hajtani.

Rajzoltunk mondókra játszottunk lábujjainkkal. Megtapasztalhatták (B: Ábel azt mondta)- milyen nehéz azoknak az embereknek, akiknek nincs keze, csak a lábukra számíthatnak-fogadjunk el mindenkit olyannak amilyen (érzéseiket is kinyilvánították a gyerekek a torna közben).

Két csoportban, különféle szereken (létra, babzsák, és más kiegészítő) járva tapasztalhatták meg a talpukon a különbségeket, és el is mondhatták melyik szereken, mit éreztek. A végén zokni-babzsák dobó verseny volt, ki, amivel szeretett volna, azzal próbálkozhatott. A kiscsoportos K. Ágostonnak sikerült egyedül célba találnia, nagy taps volt a jutalma. Akinek nem sikerült ujjai közé fogni a zoknit (K. Bálint - kiscsoport) kezébe fogva dobta el - problémamegoldó képessége kiváló.

A tornáról videó felvétel készült.



TEVÉKENYSÉG: Mozgás-mozgásos játék
Futóverseny

Az utolsó napra terveztük a futóversenyt. Együtt futottak a fiúk és lányok. Nem a verseny volt a fontos, hanem, hogy mindenki részt vegyen és végigfussa a kijelölt távot. Megfigyelhető volt, hogy a jó mozgású gyerekek életkortól függetlenül a sor elején futottak. A többieket biztatni kellett, de kitartóan, lelkesen futották végig a távot. Mindenkit megtapsoltuk, és visszaérve az óvodába gyümölcscsel kínáltuk meg őket.

A napi játéktevékenységekben is megjelent a mozgás, akadálypályát építettek, székeket, kockákat használva. A tornaszerek (lépegető, béka, alagút) gyerekek rendelkezésére áll a csoportban, ha szükségük van, rá bármikor használhatják. Úgy érezzük sikeresnek bizonyult a hét, hiszen szülőket, gyerekeket egyaránt be tudtunk vonni a mozgásba-mozgásos, játékokba.



TAPSZTALATOK A TÁPLÁLKOZÁS-FOGÁPOLÁS HETÉRŐL

2010. március 29.- április 2.-ig

TEVÉKENYSÉG: Mozgás, mozgásos játékok

Néhányan az asztalnál nézegették a gyűjtőmunkánk során összegyűjtött könyveket. Sokat beszélgettünk, T. Tamara ismeretei az édesapja betegsége és sajnálatos halála miatt messze átlagon felüli volt. Most először beszélt nyíltan azokról a szomorú napokról, megrázó élményekről, amit beteg édesapjával töltött el. Érzelmileg túlfűtve mesélt az édesanyja megannyi próbálkozásáról, mit etettek, itattak meg vele, hogy meggyógyuljon. Közben ismertette társaival, hogy mit miért jó, ha megeszünk. (Egymás türelmes meghallgatása, beszédkedv fenntartása, ismeretek felidézése, emlékezet gondolkodás fejlesztése, új ismeretek stb. A legtöbb könyvet ő hozta, hogy tanulmányozzuk, hogyan maradhatunk egészségesek (egy teljes sorozatot, melyet egy iskolatáska méretű hátizsákban cipelt a hátán) D. Lara ismeretei szintén átlagon felüliek, mert az édesanyja természetgyógyászokkal áll kapcsolatban, ezenfelül élelmiszer üzletük is van. Így megannyi ismételtel gazdagította beszélgetésünket. A többi kisgyermek ismerte is jó volt, így könnyen folyt a beszélgetés közel 10-15 percen keresztül saját tapasztalatokat felidézve.

Míg a könyvet nézegettük, néhányan piknikeztek a meseszőnyegen, megterítették, babákat etettek, altattak stb.

Szabó Borbála Mozdulj rá! Gyűjteményéből az Éhes voltam... kezdetűt mondtam el, amikor tapasztaltam, hogy a játékkedv lankad a piknikezőknél. Annyira tetszett nekik, hogy még aznap megtanulta mindenki.

TEVÉKENYSÉG: Rajz, mintázás, kézimunka

Néhányan az emlékezet utáni élményábrázolást választották színes ceruzával. Németh Renátó és Erdős Csongor meglepően könnyedén, sok színt használva dolgozott, ami szerintem arról árulkodott, hogy a boltban valódi élményben volt részük. Részletesen megrajzolták a polcokat, dobozokat, közben gondolkodtak, hogy mi volt még mellette, előtte stb. Gondosan kiszínezték, közben beszélgettek.

A „három csibe meseillusztráció” vagy „fonal csibe” téma helyett a gyermekek a mese szereplőit, helyszíneit pálcika báb formájában készítették el.

Együtt dolgozott kicsi-nagy középsős egyaránt, megosztották egymás közt a feladatokat, eszközöket,(rajzoltak, vágtak, színezték, ragasztottak, díszítettek stb.) Emma, Lara, Alexa, Hanna, Tamara, Zsófi, Ábel végig követték az egész folyamatot, ellenőrizték minden elkészülőn. Kitalálták, hogy a csibe házakat mi különböztesse meg egymástól (kéményszíne!) Egész délelőttöt betöltötte a tevékenység, ugyanis „két szereposztás” készült, hogy sokan játszassák egy időben majd. Fotó készült róla.

TEVÉKENYSÉG: Környezet tevékeny megismerése, megszerettetése

A gyűjtőmunka során inkább könyvekkel segítették munkánkat a szülők, ezért megismertetem gyermekekkel a „Szív kincses ládát”, amiben nagyon jó képes társasjáték is található arról, hogy mely táplálék mire jó, mi az egészséges, egészségtelen, mit miért kell enni, miért nem ajánlatos fogyasztani. Sok ismerettel rendelkezünk ekkor már az egészséges és egészségtelen táplálékokról ezért is kedvelték annyira. 5-6 gyermek játszott együtt.

A szülők bevonásával gyümölcssalátát és gyümölcsöt készítettünk ezen a napon, közben ismeretet adtunk, kaptunk. A tevékenységet alapos kézmosás előzte meg, a szülők és az óvó néni hámozták a gyümölcsöt, a gyermekek deszkákon szeleteltek, (közben figyelni kellett arra, hogy mekkora darab legyen, ne essen le, ha megtelt a kis deszkája, tányérja, a közös nagy edénybe borította, ha kellett segítséget kért) folyamatosan cserélődtek, a szülők mellett a dajka néni is aktívan segítette munkánkat. Ha mást szeretett volna játszani, lehetősége volt, a csoportszoba játékaik rendelkezésre álltak. A délelőttöt, a megérdemelt evés, közös rágás, majd fogápolás zárta.

Minden kisgyermek aktívan tőle elvárható módon dolgozott. A szülők nagyon aktívak és fáradtak voltak, ennek ellenére szívesen jönnek máskor is! Mindezekről videó is készült.



TEVÉKENYSÉG: Mese-vers, dramatikus játék

Az elkészült pálcika bábokkal több alkalommal játszották, bábozták el a gyermekek a már jól ismert mesét. Kiemelkedő volt Hanna, Emma, Zsófi, Bendegúz, Csongor, Renátó játéka. A nagyokkal úgy játszottuk, hogy a helyszíneket felosztottuk. A kicsikkel egy-egy jelenetet próbáltam kidolgozni, pl. mit érezhetett a kiscsibe, amikor elküldte az anyukája, mit mondhattak egymásnak, mit esznek, isznak majd? Stb. Nagyon jól sikerült délelőtt volt, minden gyermeknek lehetősége volt játszani a bábokkal, kifejezhatték érzelmeiket, gondolataikat, mozgathatták a bábokat kedvükre. Meseországból visszaérkezve játszották a mesét játékidőben is. Fotók készültek.

TEVÉKENYSÉG: Énekes játék

A kecske van a kiskertbe... körjátékot élvezték nagyon. Az egyszerű párbeszédes részt nagyon könnyen megjegyezték, így hamar a játék öröme került előtérbe. Addig játszottuk, míg minden kisgyermek szerepelt. Az nap a mosdó harsogott az éneküktől.

Az egyszerű játékszabály elsajátítása nem okozott senkinek gondot

Ezen a héten kiemelten szerepelt a táplálkozás, terítés, születésnapozás, piknikezés, örömmel tapasztaltuk, hogy a megszerzett ismereteket beépítették játékaikba! Igyekeztek esztétikusan teríteni, zöldséget, gyümölcsöt enni, egymásnak és a babáknak is mondták, hogy jól rágd meg, mert...amit épp fontosnak tartottak. Étkezéseink során mindig megneveztük, hogy amit eszünk, az most egészséges, vagy nem. Megbeszéltük mivel tehetjük egészségessé pl. a zsíros kenyeret (paprika, paradicsom, snidling, retek, hagyma, uborka, sárgarépa stb. hozzáadásával) A kisgyermeknek nekik megfelelő szinten megjegyezték az egészséges és egészségtelen ételeket, nem keverik a szeretem és nem szeretemmel.



TAPASZTALATOK A TISZTÁLKODÁS, ÖLTÖZKÖDÉS HETÉRŐL: **2010. 04.06.-12.**

A gyerekek különböző higiénias szokásokkal érkeznek az óvodába. Nagyon fontosnak tartjuk, hogy a helyes tisztálkodási szokások kialakításában részt vegyünk mi óvónők és dajka nénik egyaránt. Ez a hét e két téma köré csoportosult.

TEVÉKENYSÉG: Mese

Környezet tevékeny megszerettetése

A projekt bevezetéseként az „Ügyes vagyok, tiszta vagyok”c diafilmet vetítettem le a gyerekeknek. A dia vetítése közben folyamatosan olyan problémahelyzetekkel találkozhattak a gyerekek, ami a tervezett témáról sok fontos információhoz juttatta őket. Felmérhető volt kinek milyen ismeretei vannak, milyenek a szokásaik. Meglepően oldották meg a felmerülő problémákat, F. Emma sok információval rendelkezett, és oktatta társait. A vetítés után nagyon odafigyeltek, hogy játék után, séta után szappannal mossanak kezet, és szárazra törölgék azt. Felhívtuk a gyerekek figyelmét, hogy mindig a saját jelükkel ellátott törölközőt, fésűt használják. A szabályok betartására odafigyelnek gyermekeink.

A mosdóban jelképek segítik a gyerekeket a helyes kézmosás sorrendjére. A nagyok segítették a kisebbeket, és figyelmeztették egymást, ha valamit nem jól tettek. K. Armand (nagycsop.) öt elég sokszor figyelmeztetnünk kell, hogy szappannal mosson kezet!

Nem csak a kézmosás fontosságáról esett szó, hanem a hajápolásról és körömápolásról is.

TEVÉKENYSÉG: Mozgás-mozgásos játék

Ezen a napon a mozgásos játékokba (fantáziajátékokban) felhasználva, beépítve, „pantomim” játékot játszottunk. Kértem a gyerekeket, hogy próbáljanak meg olyan mozdulatokat mutatni, ami a tisztálkodással, öltözködéssel kapcsolatos. F. Emma, B.Ábel (nagycsop.) nagy fejtörést okozó, fantáziával teli mozdulatokat mutatott, amit nehezen tudtunk kitalálni. A kisebbek inkább leutánozták társaikat, volt, akinek megsúgtam, mit próbáljon elmutatni, az ő jutalmuk is nagy taps volt, hiszen bátran ki mertek állni. Ebben a játékban lemérhető volt a gyerekek kreativitása, képzelete, fantáziája, türelme. Azok a gyerekek, akik nem vettek részt játékunkban, megfigyeltem, hogy játékidőben kisebb csoportot alkotva kapcsolódtak be társaikhoz.

TEVÉKENYSÉG: Rajz-mintázás, kézimunka

Öltöztető babák, színezés, babaruhafestés

A tevékenység előtt, meseországban beszélgettünk, hogy milyen évszak van, milyen ruhát hordunk ilyenkor. Megbeszéltük, hogy melyik testrészünkre mit veszünk fel. Ezután öltöztető babákat készíthettek a gyerekek. Képességeit figyelembe véve választhattak a lehetőségek közül. Színezéssel babát öltöztethettek, festhettek, az ügyesebbek kivágott emberfigurára ruhát tervezhettek. A kicsik babaruhát festettek ujjfestéssel.

A színezést inkább a középsősök választották, de volt kiscsoportos (N. Kíra, K. Kinga, F. Zsófi) aki saját elképzelése szerint díszítette a baba ruháját, és még elkészítette az ujjfestést is. A középsősök közül B.Kristófnak a színezés, díszítés is gondot okozott, folyamatos segítséget igényelt.

A nagy csoportosok, és a középsősök közül (Sz. Alexa, D. Lara) körberajzolták, kivágták a babaformákat, és ruhát terveztek rá. Az ollót bátran, rendeltetésnek megfelelően használták. Ízlésesen összeállított ruhákat terveztek, a munkálat során kikérték egymás véleményét, ötleteket adtak egymásnak.

A tevékenység közben folyamatosan kommunikáltak egymással a gyerekek, megfigyelhető volt a nyugodt együttes munka öröme.



TEVÉKENYSÉG: Környezet tevékeny megismerése és megszerettetése
Babafürdetés

A gyerekek ezt a napot várták legjobban, hogy igazi vízzel babát fürdethessenek. A dajka néninkkel előkészítették a fürdéshez használatos eszközöket. A fürdetés kezdetén megbeszéltük, hogy kinek mi lesz a szerepe. Egy-két kiscsoportos levetkőztette a babákat, a ruhákat elvitték a mosodába, ahol kimosták. Mosás közben megfigyelhető volt, hogy kinek milyen tapasztalatai vannak. A kicsik a nagyokat utánozva kezükkel dörzsölték a ruhákat, és megbeszélték egymást között, hogy „anya” nem szokott otthon kézzel mosni, hanem gépbe teszi. A tiszta ruhát újabban három kisgyerek kiterítette, száradás után vasalták, helyére tették. Ezzel a munkával párhuzamosan zajlott a babafürdetés. Igazi tusfürdőt használtunk. A mosdatás közben megbeszéltük, hogy milyen sorrendben kell mosakodni, minden hajlatot jól meg kell mosni. A fürdetés, közben elmondtam a gyerekeknek a „Gyere Nóri, megfürdetlek”-c. mondókát, ami segítette őket, hogy melyik testrészt kell megmosni. Ügyeltek arra, hogy a víz ne menjen a baba szemébe, mert az nem jó érzés - jegyezte meg F. Zsófia. A délelőtti folyamán áradt a nyugalom a csoportban. Kisebb csoportokban mindenki tevékenykedett. A lányok befogták a fiúkat is, hogy öltöztessék fel a babákat, sőt B. Kristóf önként jelentkezett, hogy elaltatja a babát. Nagyon meglepett bennünket, amikor elmondta az altatós mondókát is, amit tőlünk hallanak csendes pihenő alatt. Sikeresnek bizonyult ez a délelőtti, hiszen nagyon sok információhoz juttatta a gyerekeket, együttes munkára készítette az egész csoportot.

TEVÉKENYSÉG: Ének-énekes játékok
Környezet tevékeny megszerettetése

Közös sétára indultunk a gyerekekkel. Az öltözködésnél jelképek segítik a gyerekeket a helyes szokásrendszer elsajátításában. Ennek ellenére K. Armandot (nagy csoport) mindig figyelmeztetni kell, hogy milyen ruhaneműt kell először felvenni, levenni. Kértük a gyerekeket, hogy jelezzék, ha fáznak, vagy melegük van, és annak megfelelően öltözzenek fel.

Sétánk a játszótérre vezetett, ahol körjátékot játszottunk-fehér liliomszál c. játékot. Mozdulatokkal kellett az énekes-játékot eljátszani. Fejlesztette figyelmüket, türelmüket. Ebben a körjátékban inkább a középső és nagycsoportosok vettek részt, a kicsik figyelték játékukat.

A következő napon ők kezdeményezték a körjátékot, erről fotó is készült.

A játéktevékenységüket is körülölelte a téma. Játékidőben strandot építettek fel leplek felhasználásával, és odavarázsolták a nyarat a csoportszobába. Babát fürdettek, öltöztettek. Az öltözködés, tisztálkodáshoz kapcsolódó könyveket nézegettünk, és beszélgettünk az adott témáról.

Úgy gondoljuk, hogy amellet, hogy a gyerekek sok új információt szereztek a négy hét alatt, tudnak közösen kis csoportokban együttjátszani, segítik, elfogadják társukat olyannak amilyen.

A Szülőktől pozitív visszajelzéseket kaptunk, köszönik, hogy több napot is eltölthettek gyermekükkel, jól érezték magukat a közös programokon. Tervünk között szerepel, hogy jövőre több alkalommal is lehetőséget biztosítunk, hogy szülő-gyerek együtt tevékenykedhessen.