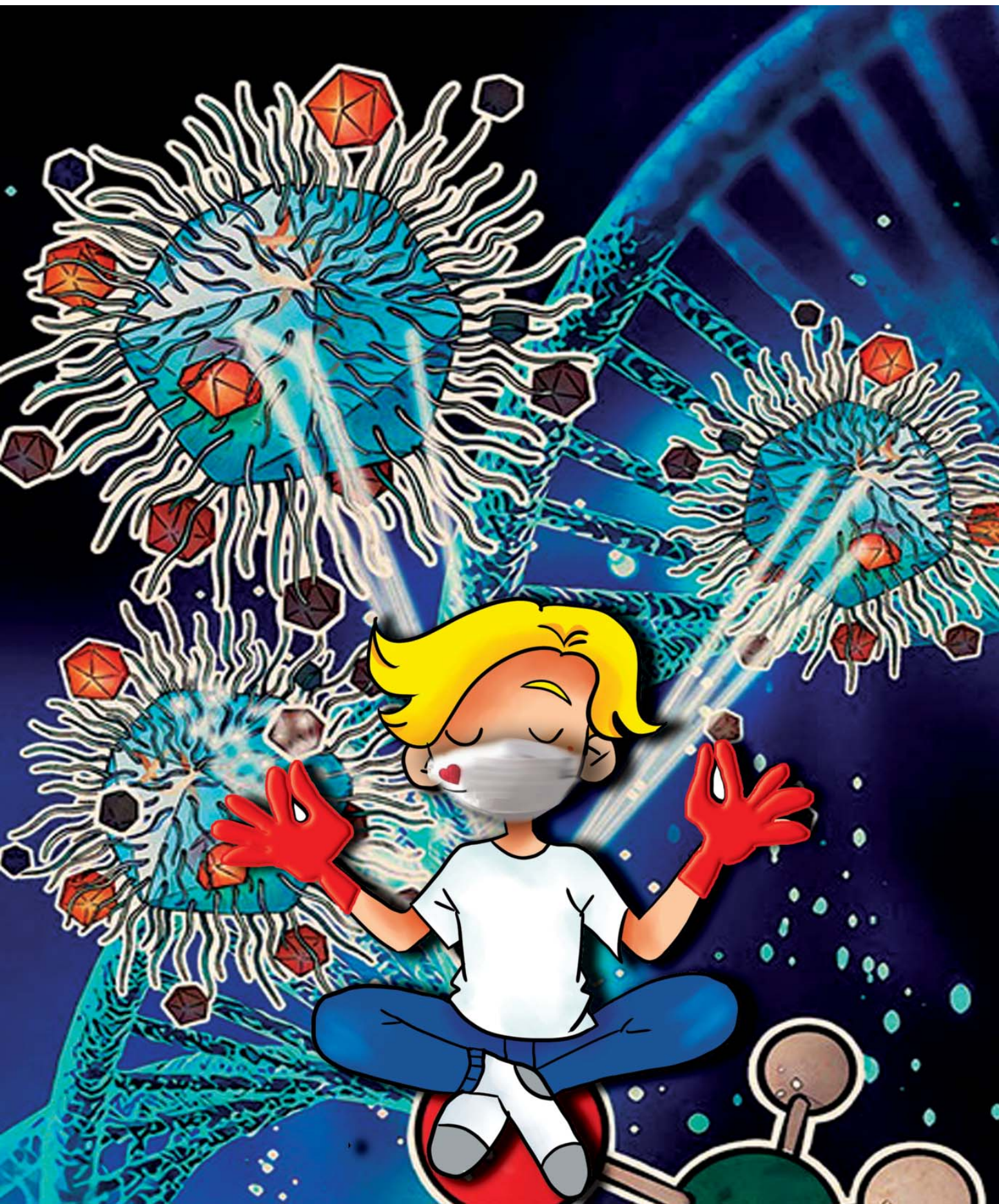


DRAGOLJU PČE

✿ FOLYÓIRAT ÓVODÁSOKNAK ✿ 4. SZÁM ✿ II. ÉV ✿ 2020. ÁPRILIS ✿



Tanácsok a szülőknek

AKADÁLYOZZUK MEG A CSEPPFERTŐZÉST OTTHONAINKBAN

Higiéncia és fertőtlenítés

Rendkívül fontos, hogy rendszeresen elvégezzük a fertőtlenítést azokban a helyiségekben, amelyekben a család tartózkodik (padlók, bútorfelületek fertőtlenítése). Erre a leghatékonyabb az alkohol alapú fertőtlenítőszer (a 60% -nál erősebb). Asepsollal és alkoholos ecettel fertőtleníthetjük a: kilincseket, a telefonokat, a kapcsolókat, a távirányítókat, a számítógép billentyűzetét, az egeret,...

A helyiségek szellőztetését is rendszeresen el kell végezni, azaz háromszor-négyszer naponta nyissuk ki az ablakokat, ajtókat öt-öt percre, hogy friss levegő kerüljön a szobáinkba.

Sűrűn mossunk kezet langyos folyó víz alatt, szappannal (ehhez minden szappan megfelelő), egy-egy kézmosás időtartama legyen húsz-harminc másodperc. Amíg a gyermekük kezét mossák, mondókázhatnak, dalolhatnak együtt. Amennyiben valaki a családtagok közül megfázott, telefonon jelentkezzenek orvosuknál, köhögéskor, tüsszögéskor zsebkezdőt használjanak, ha pedig nincs nálunk zsebkezdő, akkor a könyékbejébe köhögjünk, tüsszögünk. A használt papírzsebkezdőt azonnal el kell dobni a szemétkosárba, és kezet kell mosni.

A plüss játékokat egy időre el kell zárni a gyermekektől, mert a fertőzések forrásai lehetnek. Síma felületű játékszerekkel játszanak a gyermekek a járványveszély idején, mert ezeket könnyen lehet fertőtleníteni asepsollal vagy más fertőtlenítővel.

Táplálkozás

Mindenkinek legyen saját evőeszköze, csészéje, pohara. Javasoljuk a csirkehúsleves, a párolt friss főzelékféléket, a friss salátákat, savanyított salátákat, citrusféléket: friss narancsot, mandarint a kicsiknek, az idősebbeknek a citromot, grapefruitot. Minél több folyadékot, mézzel édesített langyos teát kell fogyasztani. (a propolisz is ajánlott, amennyiben nem allergiás)

Mellőzni kell:

Az üzletekben vásárolható

gyári termékeket, mint például a sós és édes csemegét, a sült gyors ételeket.

A főzelékfélék főzéshez való előkészítése kezdődjön a főzelékfélék mosásával és tíz-tizenöt percig tartó szóda-bikarbónás vagy ecetes vízben való áztatással, mert így semlegesíthetjük a növényvédőszeret, amelyeket a termelő használt.

Figyeljünk a gyermek igényeinek megfelelő rendszeres testmozgásra és alváásra. Alkalmazkodjunk kellőképpen a rendkívüli helyzethez.

Az intézményben dolgozó egészségügyi nővérek

**A KÉZMOSÁS
AZ EGÉSZSÉGED VÉDELMEBEN**

MOSS KEZET!

ELŐTT

- KÖHÖGÉS, TÜSSZENTÉS
- USTA-AZ ORR ÉS AJAK ÉRINTÉSE UTÁN
- FŐZÉS
- ILLEMHELY HASZNÁLÁSA

UTÁN

- SZEMÉTKI-HORDÁS
- BUSZOZÁS, UTAZÁS
- KÉZFOGÁS
- JÁTSZÁS
- ÉTKEZÉS

HOGYAN KELL KEZET MOSNI

- 1 SZAPPAN**
- 2 DÖRZSÖLÉS**
- 3 ÖBLÍTÉS**
- 4 TÖRLÉS**

unicef



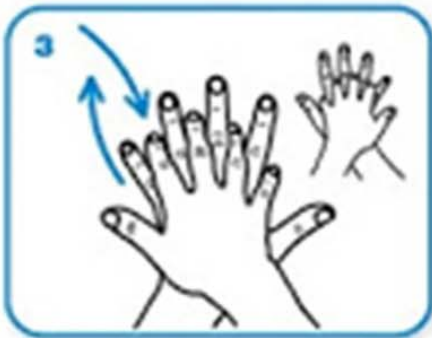
Vizezd meg a kezedet!



Szappanozd be a tenyered!



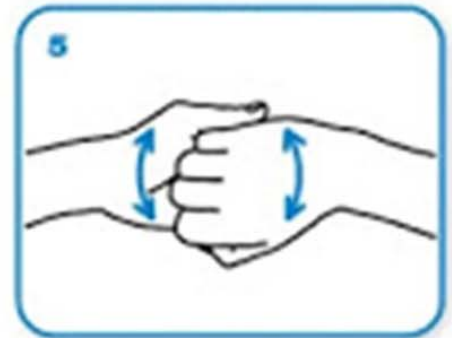
Körkörös mozdulatokkal dörzsöld a tenyered!



A jobb tenyereddel dörzsöld a bal kezedet, majd ujjaidal dörzsöld a bal kezéd ujjai között és fordítva!



Ujjaid keresztezésével



Hajlítsd be a az ujjaidat és kívülről is dörzsöld őket!



A jobb tenyérrel dörzsöld körkörös mozdulatokkal a bal hüvelykujjadat, majd ugyanúgy a jobb hüvelykujjadat is mosd meg a bal tenyereddel.



Körkörös mozdulatokkal dörzsöld a jobb kéz ujjait a bal tenyéren és fordítva!



Öblítsd le a kezéd folyó vízzel!



Jól szárítsd meg a kezéd kéztörölő papírral vagy törölközővel!



Törölközővel zárd el a csapot!



... a kezéd így tiszta lesz.

A logopédus rovata

AZ OLVASÁSTANULÁSHOZ SZÜKSÉGES JÁRTASSÁGOK

Analízis - szavak hangokra bontása, szintézis- szavak építése hangokból-kitartóan, rendszeres gyakorlással, ismétléssel

A gyermeknek iskolába indulás előtt tudnia kellene elvégezni a beszédhangok analízisét és szintézisét. A jártasság a beszédhang-analízis vagy elemzés és szintézis illetve összetevés elvégzésében azt jelenti, hogy hangokra tudja bontani a szavakat, illetve szavakat tud építeni a beszédhangokból. Ezen készség fejlődése öt és fél éves kortól kezdődik, az olvasástanuláshoz szükséges jártasságok egyike.

Kedves szülők, most olyan feladatokat ajánlunk, amelyek segíteni fognak gyermeküknek a szóban forgó jártasságok kialakításában, az analízis és szintézis jártasságának kialakításában. Egy érdekes utazás lehetőségét kínáljuk a betűk, szavak, mondatok birodalmában. Csak engedjük szárnyalni képzeletünket, azonkívül nagyon fontos a kitartás, a rendszeres gyakorlás és a folyamatos ismétlés, hogy a gyermek megtanulja megkülönböztetni a beszédhangokat, kialakítsa a fonematikus hallását. A fejlődés üteme a gyermekeknél különböző, nem szabad csüggednünk, ha mondjuk lassabb ütemben szerzi meg ezt az elemző-összetevő jártasságot.

Nincs előre meghatározott szabály annak kapcsán, hogy hogyan kell ehhez a jártassághoz eljuttatni a gyermeket, mi most olyan feladatokat javasolunk, amelyek biztosan a segítségére lesznek:

- Általban **a szó elején levő hang** felismerésével kell kezdeni.
- **Rövid**, a gyermek számára **ismert szavakat** válasszunk.
- **Magánhangzókkal kezdjük**, a szó elején magánhangzó legyen, mert könnyebben és hosszabban is tudjuk ejteni őket.
- Használjuk **a m, n, f, s, zs, sz, z, r, ...** hangokat, mert hosszabban is lehet ejteni őket, így könnyebben észlelik ezeket a hangokat a gyermekek.
- Amikor a gyermek már jól meg tudja különböztetni a beszédhangokat a szó elején, akkor megkezdhetjük **a szó végén levő beszédhangok** felismerésének gyakorlását.
- Legyünk **kitartóak, türelmesek**, hagyjunk időt a gyermeknek, hogy a saját egyéni tempójával haladjon.
- Legyen ez a játékos gyakorlás mindig jó szórakozás, mert **játék közben könnyebb a tanulás.**

Djukičin Dunja logopédus

SZÜKSÉGÁLLAPOT IDEJÉN

*Egész nap itthon vagyunk,
a házból ki sem mozdulhatunk,
nem mehetek óvodába,
apu sem megy munkába.
Nem tudom, hogy mi történt,
reggeltől estig bújjuk a tévét,
rossz híreket mondanak,
a szüleim meg aggódnak.
Én pedig játszani szeretnék,
hiszen olyan szép kék az ég,
zöldell a fű, illatos a kert,
szólít a hintám, szólít a kikelet.
Betegségtől védenek,
kézmosásra intenek,
mézzel, gyümölcsrel tömnek,
mindent fertőtlenítenek.
Én meg a játéokra gondolok,
a tétlenséggel dacolok.
-Anyu, apu, játsszunk együtt,
hisz engem már a guta megüt!*

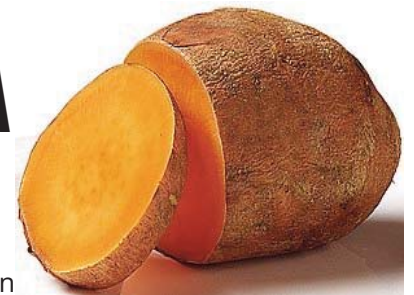
*Apu, anyu velem játszik,
anyu mesél, zongorázik,
apu fut, és velem labdázik,
ugrándozik és velem hintázik...
Így már sokkal szebb a napunk,
mindannyian együtt vagyunk,
a házból ki sem mozdulhatunk,
és mégis milyen boldogok vagyunk.*

Savanović Erzsébet

TÁPLÁLKOZZ EGÉSZSÉGESEN!

MI AZ ÉDESBURGONYA VAGY BATÁTA?

Az édesburgonya nem burgonya, csak nagyon hasonlít a burgonyához. Hosszúak alakú gumó, az íze a sárgarépa és burgonya ízére emlékeztet, édesedkés. Nagyon egészséges, sok hasznos tápanyagot tartalmaz. Több finom étel készíthető belőle.



Gyárfás Endre:

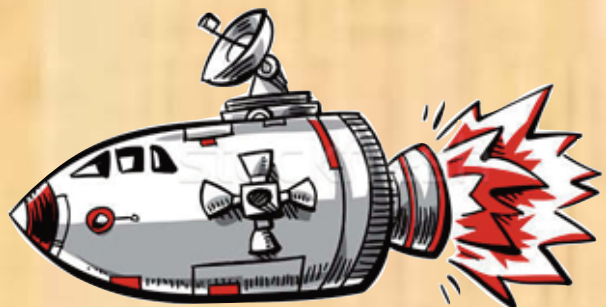
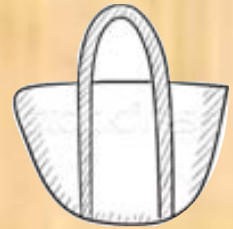
Sorakozó

Nahát! Alig, hogy kilépek,
jönnek felém a zöldségek;
tálam előtt sorban állnak,
s jelentkeznek – salátának.
– Fejes vagyok – szól az egyik –,
remélem, hogy velem kezdik.
Másodiknak ki jön sorra?
A nagyorrú, bős uborka.
A paprika máris mérges:
– Engedjenek az edényhez!
Szól a paradicsom: – Nekem
a tál közepén a helyem.
– Itt állok már hetek óta –
füllent nagyot a káposzta.
– Burgonya úr, mit tülekszik?
azt sem tudja, hogy mi lesz itt!
Tolonganak békétlenül,
de mindenki sorra kerül,
s beválnak – nem katonának,
csupán vegyes salátának.

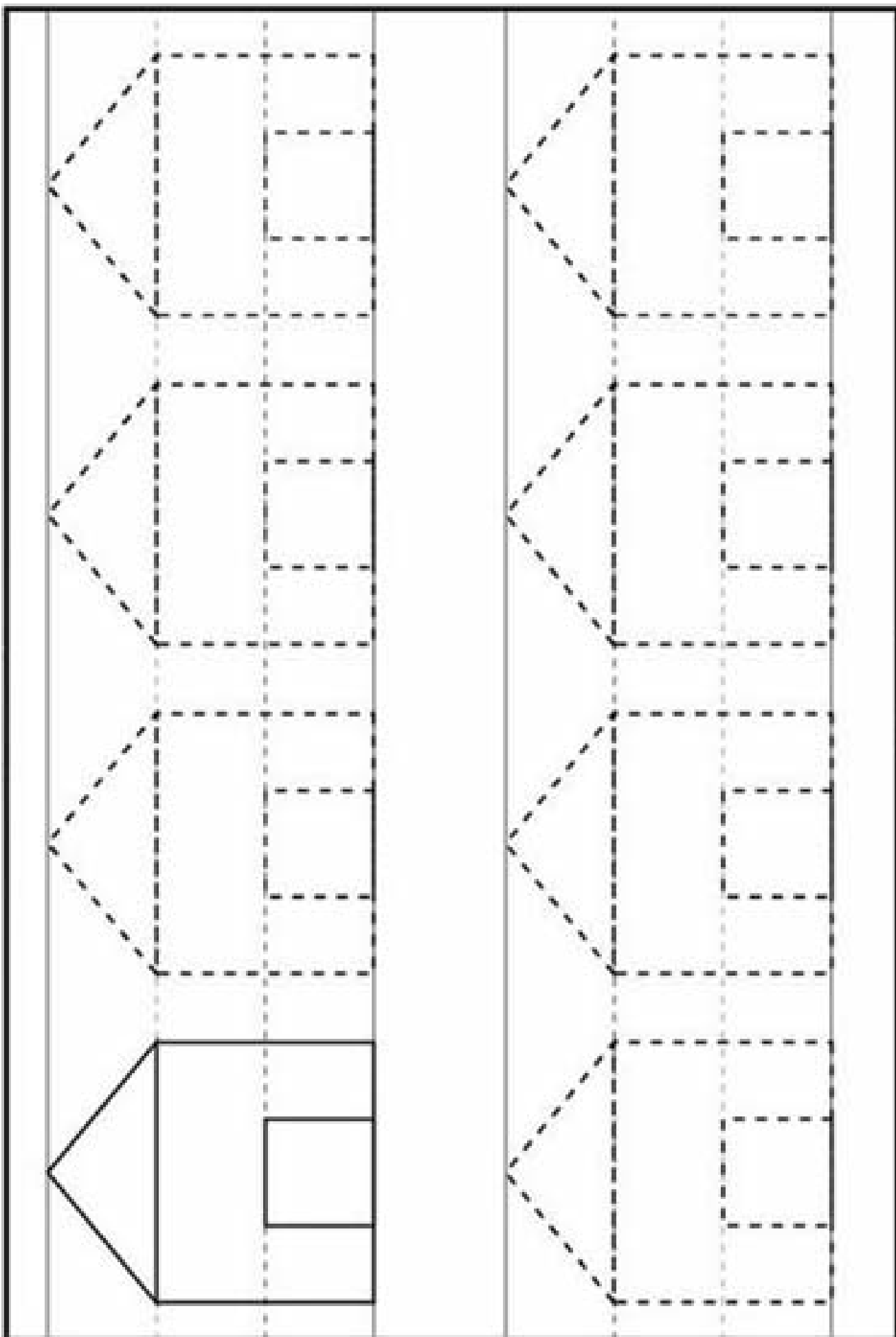
Segítség Dragoljupčenak megoldani a feladatot!

Mondd ki a képen látható dolgok nevét, majd mondd ki a kezdőhangokat! A képen látható tárgyak kezdőhangját jelölő betűt találd meg a **BETŰORSZÁG** szóban, és kösd össze a képet a megfelelő betűvel!

BETŰORSZÁG



Rajzold meg a megkezdett házakat, és színezd ki őket tetszés szerint!



Emlékeztető
felnőtteknek

A CSODÁK HELYE

A mostani rendkívüli helyzetben a a szülők a gyerekekkel sokkal több időt töltenek együtt, mint a szükséghelyzet előtt. A betegségtől, a vírusfertőzéstől való félelem kihat mindannyiunkra, de küzdenünk kell a jó hangulatunk megőrzéséért, különösen gyermekeink miatt. Otthonunk most is, ebben a nehéz helyzetben is a csodák helye lehet, ahol gyermekeinkkel nagyon sok szép és felejthetetlen élményt élhetünk meg, feltétel nélküli szeretetet nyújtva egymásnak. A csodaszer ami segíhet ebben a rendkívüli helyzetben a nevetés, az ölelés, kölcsönös megértés, a közös aktivitások, a közös munka.

A gyerekek számára most is a játék a legfontosabb. A gyerekek számára a játék sokkal többet jelent, mint holmi móka. A gyerekek játszva fejlesztik képzelőtehetségüket, valamint feltérképezik a körülöttük működő viszonyokat, játszva vizsgálják és ismerik meg a körülöttük levő világot.

Egy gyerek általában a szülőkkel, a felnőttekkel, később a társaikkal való interakció segítségével tapasztalja meg a világot. Külön erőfeszítéseket kell tennünk annak érdekében, hogy különböző szituációkat tudjunk kialakítani, melyekkel támogatni tudjuk a gyerek jóllétét és tevékenységét, amelyek egyben mozgatórugói tanulásának és egyéni fejlődésének is.

Rendezzünk be a gyermeknek egy kis sarkot, vagy szobát, ahol önfeledten játszhat, ahol lehetősége lesz a legfontosabb igénye kielégítésére, a játékokra, hogy ilyen zárt körülmények között is fejleszteni tudják képességeiket minden téren.

Szánjunk időt a közös olvasáshoz, meséljünk meséket. A mesék időtlen művészi alkotások, amelyek nemcsak a gyerekekhez állnak közel, hanem a felnőttekhez is egyaránt. Amitől a mesék pedig igen különlegesek az az, hogy egy meséből min-

denki más tanulságot vonhat le magának. A meseélményünk függ a pillanatnyi hangulatunktól, a leki állapotunktól, valamint a jelenlegi szükségleteinktől, érdeklődéseinktől és életkorunktól is. A mese mégis mindig jó hatással van ránk.

Saját színházat csinálhatunk. Ez lehet bábszínház vagy árnykszínház. Az improvizált fehér vászon ami átfedi két széksünetet, remek segédeszköz lehet árnykszínházunknak. A színház lehet babákkal teli (közönség helyett), a színészeink lehetnek például: anya, apa, testvér, nagymama vagy nagypapa. Készítsünk jelmezeket és díszletet ruhákból vagy más anyagokból, otthonunkban található anyagokból. A színdarab legyen közös produkció, szituációs játék, amit együtt tervezünk meg és játszunk el.

Az otthoni színházban mindenkinek részt kell vennie, mindenkinek legyen szerepe, hogy közösen jól mulassunk és tanuljunk.

A zene nem szorítható korlátok közé, nincsenek nyelvi vagy életkori határai, zenével akárhova elutazhatunk, általa megismerhetünk sok más országot, megemlékezhetünk sok eseményről. Jó hatással van mindannyiunkra a közös ének, és a közös zenélés is, amennyiben erre lehetősége van a családnak.

A pillanatnyi helyzet nem könnyű, ezért mindannyiunknak törekedni kell az egészséges légkör megteremtésére, amelyben mindannyian biztonságban érezhetjük magunkat, amelyben könnyebben átvészeltethetjük ezt a nehéz időszakot. A család melege, a játék, a tanulás, a közös aktivitások mindenképpen a gyerekek legfontosabb és legértékesebb szükségleteik közé tartoznak a gondtalan időkben is, de most is, amikor minannyiunknak nehéz.

Őzike Óvoda

Mi az immunrendszer?

Stefan S.

* Amikor medve vitaminokat adsz nekem, hogy egészséges legyek.

Iva

* Az immunrendszer mikor eszel zöldséget és gyümölcsöt, a szervezet megerősödik és védekezni tud a baktériumoktól és vírusoktól.

Damjan

* Hát... nem tudom.

Nina

* Amikor egészséges vagy, eszel gyümölcsöt és egészségesen táplálkolsz. Engem anyukám úgy mentett meg a láztól, hogy smoothie-t csinált nekem hogy megerősítse az immunrendszerem.

Bojana

* Az immunrendszer szirup.

Petar

* Az immunrendszer az vitamin.

Mi a fertőtlenítés?

Stefan S.

* Amikor a nagy pálinkával törli a laptopot.

Nenad

* A fertőtlenítés az, amikor takarítod a házat és a kilincseket, főleg most amikor vírus van.

Stefan

* Most tanultuk meg...

Nina

* Fertőtlenítés amikor domesztosszal mosod a wc kagylót, amikor anya alkohollal spricceli a házat, amikor spray-t rakok a kezemre.

Bojana

* Amikor fogorvoshoz mész.

Petar

* Fűdő takarítása.

Bore

* Amikor kezet mosunk.

Mi az izoláció?

Nenad

* Az izoláció az, amikor egész nap otthon ülsz, senki sem jön hozzád és te sem mehetsz vendégségbe.

Iva

* Az izoláció az amikor csak otthon és az udvarban vagyunk, amikor nem barátkozunk a barátainkkal és nem alhatunk a nagypánál és nagymamánál.

Damjan

* Az ott van ahol a nagy alszik és én oda nem mehetek.

Nina

* Az izoláció az, amikor le vagyunk tartóztatva nyolc óra után és sokáig nem jövünk haza. Amikor nem szabad sehova se menni, a szomszédhoz sem, azért mert itt van a vírus.

Bojana

* Az izoláció egy szkener amely a csontjaimat nézi át.

Mila

* Apa aki, nem mehet sehova.

Petar

* Amikor Matija (testvérem) egyedül csinálja a házit.



Számolás

A gyerek fejlődésében nagyon fontos tényező, a számlálás képességének fejlesztése. Eme fejlesztési útvonal négy fejlesztési szakaszból áll:

1. Az első szakaszban a gyerek mozgatással - tárgyak mozgatásával számol. A tárgyak nem lehetnek statikusak.

2. A második szakaszban a gyerek tárgyak érintésével számol, nem muszály mozgatnia őket, képeket is lehet használni a számláláshoz.

3. Ebben a szakaszban a gyerekek már elég csak a tárgyra való mutatás, nem szükséges az érintés.

4. A negyedik szakaszra az a jellemző, hogy a gyerek szemlélés közben számol.


A számok fogalmának elsajátításában, avagy számolni tanuláskor a következő módszereket használjuk: a fejlődés elején a demonstratív, illusztratív és beszélégető módszerekre alapozunk, valamint a nagycsoportos (iskola előkészítő) gyerekeknél gyakran használjuk a kutató és problémamegoldó módszereket. A didaktikai eszközöknek vonzónak és sokoldalúnak kell lenni, hogy motiválják a gyerekeket és felkeltsék érdeklődéseiket. Különféle játékokat tudunk szervezni annak érdekében, hogy motiváljuk a gyereket és gyorsabban elsajátítsák a számok fogalmát és ez által megtanuljanak számolni.

TANULJUK A SZÁMOKAT

1 

|||||

|||

2 

2222

22

3 

3333

33

4 


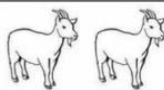

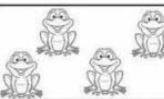





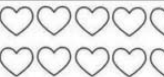
4444

44

5 

5555

55

	1	1	1	1	1
	2	2	2	2	2
	3	3	3	3	3
	4	4	4	4	4
	5	5	5	5	5
	6	6	6	6	6
	7	7	7	7	7
	8	8	8	8	8
	9	9	9	9	9
	10	10	10	10	10

Kösd össze a számot a megfelelő képpel!

1



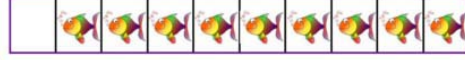
2



3



4



5



6



7



8



9



10



Minden halmazmba rajzolj megfelelő számú elemet!

The image displays a matching exercise. In the center, there are ten horizontal bars, each containing a different number of black dots: 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, and 10. On either side of these bars are two empty ovals. Lines connect each bar to one of the ovals, indicating that the number of dots in the bar corresponds to the number of elements to be drawn in the oval. The background is a gradient of blue and purple.

Képzőművészeti játék

TULIPÁN ÉS PUTYPANG VILLALENYOMATOKBÓL

A tavasz a természet ébredésének ideje, és ez az évszak ihletdús napokat kínál a művészelkeknek. Tavasszal a gyermekek is örömmel alkotnak, hatással van rájuk a természetben észlelhető változások, az élénk színek, a nap-sütés, a kék égbolt, a zöldellő fű, a sok szép virág. Íme egy ötlet, hogyan készíthetnek egy tavaszköszöntő festményt gyermekükkel együtt.

Tavaszi festés Dragoljupčevel

Szükséges anyag: villa, papír, tempera



PITYPANG



TULIPÁNOK



Ötletek húsvéti kosár készítéséhez

ÜDVÖZLŐLAPOK ÉS KISKOSARAK



Csak némi kezűgyesség és egy kis képze-
lőerő kell a húsvéti üdvözlőlapok és a
húsvéti kiskosarak elkészítéséhez.

HÚSVÉTI ÜDVÖZLŐLAP

Szükséges anyag: papír, burgonya,
tempera. Tetszés szerint mintákat kell
faragni a félbevágott burgonyába, külön-
böző színű temperával kell megkenni a
krumpli faragott felületét, és lenyoma-
tokat kell készíteni a lapon. Az üdvözlő-
lapot díszíthetjük még papírfüvel vagy más
módon, tetszés szerint.

HÚSVÉTI KISKOSÁR

A képen látható módon készíthetők el
a kiskosarak, amelybe egy-egy húsvéti
tojást rakhatunk.



ANTONIO VIVALDI

(Velece, 1675. év körül, Bécs 1741. július 28.)

Antonio Vivaldi olasz barokk kori zeneszerző, hegedűs és pedagógus volt. **Jochan Sebastian Bach** és **Hendel** mellett a barokk korban nagy népszerűségnek örvendett. Vivaldi, a kiváló hegedűművész nevéhez fűződik a hegedűverseny is. Édesapja **Giovanni Battista Vivaldi** a velencei Szent Márk-székesegyház hegedűse volt, valószínűleg ő tanította a fiát hegedülni. Antonio cseballón és más hangszereken is játszott, zeneműveket írt. **Antonio Vivaldit** a szülei papnak szánták, egyházi ulmányait tizenöt évesen kezdte meg. A zeneszerzőt 1703-ban szentelték áldozópappá, de papi hivatását nem sokáig gyakorolta, saját elmondása szerint egészségi állapota nem tette lehetővé, hogy rendszeresen misézzen.

Antonio Vivaldi huszonötéves korában kezdett zenetanárként-hegedűtanárként dolgozni. Ekkor írta

meg a legismertebb szerzeményeit. Tehetséges zenészek csatlakoztak zenekarához, zenekara mutatta be új szerzeményeit, mint az egyházi zeneműveket, kúrsuműveket, ... rövid időn belül nagy hírnévre tett szert egész Európában, számos országban vendégszerepelt szerzeményeivel, 1716-ban zeneigazgatónak nevezték ki.

Élete folyamán annyi szerzeményt írt, amennyit egy zeneszerző sem addig. Ötven operát, negyven kúrsuművet, száz zenekarra szánt művet, és ötszáz hangversenyt több hangszerre. A legismertebb művei közé tartozik: **A négy évszak** (ősz, tél, tavasz, nyár) című műve, **a D-dúr gitár- hangverseny**, **a C-dúr trombita hangverseny**, **a Hegedűszonáta**, **a Glória oratórium**, **a Két gondolkára írt g-moll hangverseny**, ... és még számos remekmű.



ÁRNYÉKOK

Kösd össze a hangszert az árnyékával!



Feladat:

KÉSZÍTS HANGSZERT

Az itt feltüntetett linkekre kattintva ötleteket láthatnak, hogyan készíthető egyszerű hangszer a gyermekeknek.

<https://www.youtube.com/watch?v=BWJALMLziQQ>
(gitár, csörgő)

<https://www.youtube.com/watch?v=ONHM5JtacKU>
(a dob)

<https://www.youtube.com/watch?v=C6mGpHbh89Q>
(trombita)

<https://www.youtube.com/watch?v=KxQQJja9XVM>
(xilofon)



*** **Feladat:** Hallgasd meg Vivaldi művéből a Tavasz című részt, majd rajzold le ami eszedbe jut a szerzemény hallgatása közben. A következő linkre kattintva meghallgathatod ezt a művet.

https://www.youtube.com/watch?v=l-dYnttdgl0&feature=emb_title

Feladat: Énekeld el szüleiddel, nagyszüleiddel a dalt!



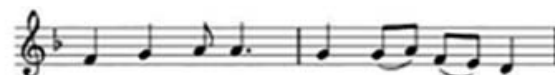
Tavaszi szél vizet áraszt



Ta - va - szí szél vi - zet á - raszt,



vi - rá - gom, vi - rá - gom.



Min - den ma dár tár - sat vá - laszt,



vi - rá - gom, vi - rá - gom.



Hát én immár kit válasszak,
virágom, virágom?
Hát én immár kit válasszak,
virágom, virágom?

Te engemet s én tégedet,
virágom, virágom.
Te engemet s én tégedet,
virágom, virágom.

Készíts tavaszi rajzot!





ZENEHALLGATÁS



ZENEMŰ: _____

ZENESZERZŐ: _____

RAJZOLD LE AZT A HANGSZERT AMELY A MEGHALLGATOTT ZENEMŰBEN MESZÓLALT!

RAJZOLD LE MIRE GONDOLTÁL A ZENEMŰ HALLGATÁSA KÖZBEN!



ÁPOLJUK TESTÜNKET ÉS LELKÜNKET

A rendszeres testmozgás hozzájárul az izmok és csontok fejlődéséhez, szabályos testtartáshoz, ösztönzi a mozgáskoordinációt, erősíti immunrendszerünket, valamint jótékony hatással van a szívre, véráramlásra és a légzésre.

Otthon, egy kis térben, mindig meg tudunk csinálni egy pár bemelegítő és test alakító gyakorlatot. Ezek a gyakorlatok után jól fogják érezni magukat, tudva azt, hogy valami jót tettek testük érdekében.

Nyitott ablak mellett, amíg tiszta levegőt lélegzünk, gyakorlatokat fogunk végezni egy szék segítségével.

Tanács: Ezek a gyakorlatok otthon is kivitelezhetőek.

Hula hop átugrálása

A hula hoptot helyezük a földre. A gyerek ugorjon be egy lábba, majd ugyanezzel a lábbal ugorjon ki, azután lábváltás következik.

Egy lábon való ugrálás és állás

A gyerek ugráljon öt másodpercig az egyik, majd a másik lábán. Fontos, hogy ne ugráljon gyorsan, hanem lazán, vezérelni tudja saját testét ugrás közben. Ez után megpróbálhat egy lábon állni minél hosszabb ideig, akár versenyztethetjük a jobb és a bal lábunkat.

Árny

A gyerekek feladata az, hogy az önkéntes árnyékává váljon, amíg önkéntes szokásos mindennapi dolgokat végez otthonukban.

Tegyünk úgy, mintha...

A játék lényege, hogy „Úgy tegyünk mintha...” a megadott állatok lennénk, tehát mozogjunk úgy, és a megfelelő állatok hangját is utánozzuk. Valamint felváltva mindenki kipróbálhatja a játékvezetést és a játékos szerepét is. Mókás tud ám lenni ez a játék főleg ha kígyót, rákot, kacsát, vágató lovat, stb. utánozunk.

Végezetül itt egy versenyjáték, amely nagyon jó a mozgáskoordináció fejlesztéséhez:

A játék neve **„Érintés számokra”**

Minden számra 1-10 egyik testrészünket kell megérinteni.

Példa: 1-fej, 2-has, 3-popsi, 4-térd, 5-orr, 6-fül, 7-vállak, 8-szem, 9-lábbujjak, 10-ugrás. Egy gyerek vagy a felnőtt tetszőlegesen mondja a számokat (nem feltétlenül sorrendben), a többiek érintgetik a testrészeit, aki elhibázza, kiesik a játékból.

A nyertes a következő játékvezető aki a számokat sorolja.

NYÚJTJUK A NYAKIZMAINKAT 1

Széken ülünk, kezek a test mellett, mozgatjuk a fejünket jobbra-balra, fel-le.



18-20
mozgás
18-20
mozgás

**VÁLLAINK ERŐSÍTÉSE** 2

A széken ülve, kitarjuk karjainkat, oldalsó köröket írunk velük egyik, majd a másik irányban.



18-20
mozgás
18-20
mozgás

**NYÚJTSUK HÁTIZMAINKAT** 3

Széken ülünk, kezek a tarkón, végezzünk forduljunk jobbra és balra, a csípő marad rögzítve.



18-20
mozgás
18-20
mozgás

**OLDALSÓ HÁT ÉS HASIZMAINK NYÚJTÁSA (erősítése)** 4

Széken ülve, törzsünkkel jobbra és balra fordulunk, úgy hogy közben az ellenkező karunkat emeljük a fejünk fölé.



18-20
mozgás
18-20
mozgás

**ERŐSÍTJÜK HASIZMAINKAT** 5

Széken ülünk, ferdén előre hajolunk törzsünkkel mégpedig úgy, hogy az ellenkező térdünk és könyökünk érintsék egymást. (pl. jobb könyék, bal térd)



18-20
mozgás
18-20
mozgás

**ERŐSÍTÜNK HASUNKAT ÉS HÁTUNKAT** 6

A szék szélén ülünk, kezünkkel támaszkodunk a széken, majd megemeljük csípőnket.



18-20
mozgás
18-20
mozgás

**NYÚJTSUK LÁBIZMAINKAT, ERŐSÍTJÜK HAS ÉS HÁTIZMAINKAT** 7

Széken ülünk, kitért karokkal, felváltva emeljük a nyújtott jobb és bal lábunkat, és amikor a lábunk a magasban van, kezünkkel tapsolunk egyet alatta.



18-20
mozgás
18-20
mozgás

**ERŐSÍTJÜK A VÁLLUNKAT ÉS KEZÜNKET** 8

A széken ülünk, a kezünk ökölbe szorítva, majd felváltva nyújtjuk ki kezünket (bokszolást, ökölvívást utánozunk).



18-20
mozgás
18-20
mozgás

**ERŐSÍTJÜK LÁB ÉS HASIZMAINKAT, FEJLESSZÜK KONDICIÓNKAT (aerobik kapacitásunkat)** 9

A szék mögé állunk, kezünk a szék támláján, helyben futunk magasra emelt térdekkel.

LÁBIZMAINK ERŐSÍTÉSE 10

A szék mögé állunk kisterpeszben, kezük a szék támláján, majd guggolásokat végzünk.

ERŐSÍTJÜK A LÁB KÜLSŐ IZMAIT 11

A szék mögé állunk, kezek a szék támláján, lábainkat felváltva vízszintesen oldalra emeljük.

FEJLESSZÜK AEROBIK KÉPESSÉGEINKET ÉS ERŐSÍTÜNK LÁBAINKAT 12

A szék mellé állunk, lazán futunk a szék körül, vagy egy lábon ugráva írunk kört a szék körül.

ERŐSÍTJÜK ÉS NYÚJTJUK LÁBIZMAINKAT 13

A szék elé állunk, kezünket az ülőlapra helyezzük, az egyensúlyunkat helyezzük az egyik lábáról a másikra guggolás közben.

HÁTIZMAINK ERŐSÍTÉSE 14

A szék mögé állunk, mindkét kezünk a szék támláján van nyújtva majd, az ellenkező kezét és lábat emeljük a magasba. (jobb kéz, bal láb).

ERŐSÍTJÜK LÁBIZMAINKAT 15

A szék elé állunk, kezünket az ülőlapra tesszük majd, nyújtott lábakkal ugrálunk.

HÁTIZMAINK ÉS VÁLLIZMAINK NYÚJTÁSA 16

A szék mögé állunk, kezünket a szék támlájára helyezzük, törzsünkkel előre hajolunk hogy törzsünk és lábaink 90° szöget alkosson, kis mozdulatokkal előre hajolunk törzsünkkel.

ÖKOLÓGIAI SAROK

SZEMÉLYES HIGIÉNYIA

Még egyszer elismételjük, hogyan kell helyesen kezdet mosni. A környezetvédelmi ismeretek alapjai közé tartozik a személyes higiénia megismerése és alkalmazása.

A következő linkre kattintva énekelheted a Kézmosó verset.

<https://www.atempo.sk/adattar/klip-dal/dal/item/362-kezmoso-vers-az-ordogfioka-es-a-tunder-reszlet.html>

KÉZMOSÓ VERS



Szappanozd be a kezed!



Dörzsöld a tenyered!



Kulcsold össze az ujjaid!



A tenyerddel dörzsöld a másik kézfejet felső részét!



Dörzsöld a kezed összefogott ujjakkal!



A tenyereddel mosd meg a másik kezed hüvelykujját!



Az ujjaiddal körkörös mozdulatokkal dörzsöld a tenyered!



Alaposan mosd le a szappant!



Jól töröld meg a kezedet!

Cukros, ragacsos, tapadós, maszatos, cukros, ragacsos, tapadós, maszatos ez a kicsi tappancs. Hozd hát ide most, nos hát gyere most, adom is a szappant.

Hékás-békás, fogd meg már, csúszós kis hal, megréfál. Mosd meg gyorsan, egy-két-hááá! Juji, juji de cikis, kicsúszik a szappan, hopp, már esik is ide-oda pattan, hopp, már esik is, ide-oda pattan.

Hékás-békás nem megmondtam, nosza, gyerünk, csípd el, kapd el gyorsan! Mosd meg gyorsan, egy-két-hááá! Mosd meg gyorsan, egy-két-hááá! Folyik is a víz rá egy-két-háá, juji, milyen tiszta egy-két háá!

(Szabó T. Anna verse alapján)

MACKÓ ÓVODA

Mi az immunitás?

Bogosav (4) * Az citrom...

Marko(5) * Az a szem körüli valami.

Sredoje (4) * Test és tablették az egészséges testnek.

Milica (3,5) * Az olyas valami, amit én szoktam inni, szörp (orvosság)



Bojana(6) * Az egészséges táplálkozás.

Mit jelent a dezinfekció, fertőtlenítés?

Bogosav (4) * Az szappant jelent.

Sredoje (4) * Az a spré, amit apa vett, és amivel permetezni szoktunk.

Dávid (4) * Amikor anyu mindent megtöröl, én pedig kezdet mosok.

Bojana(6) * Takarítás a házban.

Mi az izoláció?

Bogosav (4) * A ház.

Marko (5) * Az valami az autóval kapcsolatos.

Dávid(4) * Amikor apa styroport ragaszt a ház falára.

Bojana(6) * Amikor otthon ülsz a családdal.

KÉSZÍTSD EL ÖNÁLLÓAN

JÓKEDVÜEN A JÓ HANGULATÉRT

Néhány javaslatot adunk ahhoz, hogy mivel tudnátok díszíteni szobákat.

Hozzávalók: papír vagy karton, oho ragasztó, filctollak, fogpiszkálók, krepp papír, pisztácia héj, magvak (bab, kukorica, napraforgó,...) és jókedv.



Méhecske óvoda

Zöld színű babakocsit ajándékozok (téli és nyári felszereléssel) a támlát vízszintes helyzetbe lehet állítani, a babáknak megfelelő (*Ivana mamája*)



Kedves gyerekek,

a szüleitekkel együtt válasszátok ki azokat a dolgokat, játékokat, ruhaneműket, amelyeket oda szertnétek ajándékozni valakinek, vagy beszéljétek meg mire lenne szükségetek. A szülők töltsék ki a SZELVÉNYT, Ti pedig adjátok át az óvónőtoknek.

Katicabogár óvoda, Kisorosz**Ajándékozunk:**

Ruhafélét, felsőt, alsóinget, pamut pólókat, melegítőt, pizsamát, sapkát, télikabátot, csizmát, szandált, kötött szobacipőt, régi Winnie the Pooh szőnyeget, fiús játékokat, kislányban való ágyneműt, babatakarót, lányos játékokat, esernyőt, babakocsit, plüss játékokat.

Kolibri óvoda**Ajándékozunk:**

Kétéves kislányoknak való ajándék ruhaneműt, ami a Kolibri óvodában van.

Elcserélem és ajándékozom a **fiús** ruhaneműt 0-3 éveseknek. **060 506 7880**

Szánkót kérünk. **063 625 358**

SZELVÉNY**AJÁNDÉKOZOK- KÉREK****ÓVODA**

Aranyhalacska Óvoda, Tiszahegyes**Ajándékozunk:**

Fiús szobacipő, 27-es nagyságú (Sider-Man képpel)
 Fiús sportcipő-magas szárú, Rang márkájú 28-es nagyságú, szürke,
 Fiús sportcipő-magas szárú, Rang márkájú 29-es nagyságú, fekete,
 Jeans mellény kislányoknak, M nagyságú
 Fiús felső, Nike márkájú 8-as kék,
 Sí-nadrág kislányoknak nadrágtartóval -110/116 (4-6 évesnek), rózsaszínű,
 Fiús sportcipő- Nike márkájú, 21-es nagyságú,
 Csizma kislányoknak, 27-es nagyságú, lila

Montessori A SZEMÉLYISÉG ALAPJAI

Maria Montessori szerint a gyermek jellemének alapjai már a gyermekkor első szakaszában körvonalazódnak. A születésunktól hatéves korunkig tartó időszak a legfontosabb időszak a jellemünk kialakulásának tekintetében.

Maria Montessori azt vallotta, hogy a jellemünket a természetünk határozza meg. A gyermek a legfiatalabb korban még nem ismeri az erkölcsi értékeket, ezért szükséges őket támogatni a jó és a rossz megkülönböztetésében. A gyermekre nagy hatással van a környezete, szívesként szívja magába a környezetében megélt tapasztalatokat, viselkedésével utánozza a felnőttek viselkedését. Ezért szükséges a gyermeket mentesíteni a kedvezőtlen környezeti hatásoktól.

„Figyeljünk a jelenre, hogy építeni tudjuk a jövőt.”

(Maria Montessori)

A JÁTÉK A GYERMEKEKÉ, A FELELŐSSÉG A FENŐTTEKÉ

Kedves gyerekek, játsszatok a kedvenc játékszereitekkel, rajzoljatok, kézimunkázzatok, táncoljatok, énekeljétek, de minden tevékenység után, mossatok alaposan kezet!

Mi felnőttek pedig gondoskodunk a vírus elleni védelemről.

1. Lehetőség

A Montessori ének hallgatása közben mossátok a kezeiteket. Ezt a dalt a Montessori Óvoda óvodásai és óvónői szerezték és énekelik. Énekeljétek ti is velük.

2. Lehetőség

A Montessori ének hallgatása közben készíthettek szüleitek segítségével ütő- hangszereket, készíthettek tetszés szerinti korreográfiát a dalra és táncolhattok.

<https://youtu.be/sk1m-4YTE6k>

Jó szórakozást kívánunk!



ÜTŐS HANGSZEREK

