

2022/'23.

1. SZÁM



Napsugár

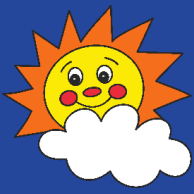
-

Vadvirág Krónika

Kedves Szülők!

Újságunkban informálódhatnak óvodánk aktualitásairól, valamint ötleteket, cikkeket olvashatnak a gyermeki léttel és a gyermekneveléssel kapcsolatosan.





Napsugár – Vadvirág Krónika

Kedves Szülők és Gyerekek!

Szeretettel köszöntök minden kedves Gyermeket és Szülőt, köztük az óvodánkba újonnan érkező Gyermeket és Szüleiket!

Megkezdjük a 2022/23-es nevelési évet, ami különlegesnek ígérkezik az alábbi okból kifolyólag:

Remélhetőleg a pandémiás időszakot magunk mögött hagyva, a szülők felé nyitott programokkal tudunk újra ebben a nevelési évben működni.

Óvodánk jellemzőit és dokumentumait [honlapunkon](#) olvashatják.

Örömmel tudatom, hogy óvodánk Játékos Világ alapítványi számlájára a NAV az SZJA 2021. évi 1%-ok felajánlásából 568.000 Ft-ot utalt. Köszönöm felajánlásait, és kérem, ha tehetik, továbbra is támogassák alapítványunkat.

Az alapítványba tavaly befolyt összegből a gyermekek fejlesztésére, oktatására az alábbiakat vásároltuk:

2022 őszén 375.000 Ft (csoportonként 25.000 FT) értékben vásároltunk játékokat, könyveket.

Bízom benne, hogy együttműködésünkkel folyamatosan erősítjük a család - óvoda partneri kapcsolatát.

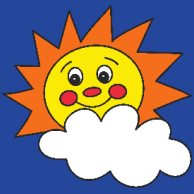
Köszönöm a nevelőtestületünk felé megnyilvánuló bizalmukat és segítségüket!

A legjobb tudásunkkal, magas színvonalú pedagógiai munkánkkal igyekszünk megszolgálni, hogy a legföltettebb kincsüket, a gyermeküket ránk bízzák.

Tisztelettel:

Skrek Dóra
intézményvezető





A nevelés nélküli munkanapok rendje:

A nevelés nélküli napokon szülői igény alapján a gyermekeket a Mátyásföldi Fecskefészek vagy a Sashalmi Manoda óvodájában fogadják. A nevelési évben 5 nevelés nélküli szakmai napot tervezünk:

- 2022. október 15. szombat
- 2022. december 2. péntek
- 2023. március 6. hétfő
- 2023. június 19. hétfő
- 2023. augusztus 25. péntek

A tervezett nyári zárás időpontjai:

Az óvoda a fenntartó jóváhagyása szerint nyáron 4 hetes időtartamban zárva tart, melyről a szülőket legkésőbb február 15-ig értesítjük.

A nyári zárás ideje alatt, szülői igény alapján, a gyermekeket a nyitva tartó telephelyünk óvodájában fogadjuk.

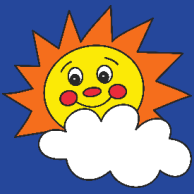
Ünnepnapok (munkaszüneti napok) időpontjai:

- Nemzeti ünnep: október 23.
- Mindenszentek: november 1.
- Karácsony: december 24-26.
- Újév: január 1.
- Nemzeti ünnep: március 15.
- Húsvét: április 10-13.
- Munka ünnepe: május 1.
- Pünkösd: június 1.
- Nemzeti ünnep: augusztus 20.

Ünnepek:

- Márton-nap: november 11.
- Barkácsdélután: december 1.
- Mikulás: december 5-9.
- Karácsony/ Advent: december 12-16.
- Medvehét: Jan. 30-febr. 3





Zöld napok:

- Autómentes világnap, mobilitási hét: szeptember 19-23.
- Állatok világnapja: október 4.
- Egészségnap: november 21–25.

Mobilitás hete az óvodában:

Tartalmasan megvalósult a Mobilitás hete 2022. 09.19-22. között.

Minden csoport az életkori sajátosságait figyelembe véve elmélyült a témában.

Kiscsoportosaink leginkább a gyalogos közlekedéssel és annak szabályaival ismerkedtek meg.

Gyönyörű udvarunkon KRESZ pályát alakítottunk ki az óvodába járó gyermekeink számára.

Itt megtapasztalhatták, gyakorolhatták a gyalogos és biciklis közlekedés szabályait.

Kis- és középső csoportos gyermekeink gyalogosan teljesítették a pályát, mintha biciklivel lennének.

Nagycsoportosaink saját biciklivel, rollerrel vagy az ovis futóbiciklivel hajtották végre a KRESZ pályát.

Középső- és nagycsoportosaink az óvoda környékén sétáltak és jártasságot szereztek a gyalogos közlekedéssel kapcsolatban.

Gyakorolhatták a lámpás gyalogosátkelőhelyen való átkelés és a lámpa nélküli gyalogosátkelőhely

használatát. Sétáink során az útvonalunkon előforduló KRESZ táblák

jelentéséről is beszélgettünk. Megfigyeltük az utcán közlekedő bicikliseket is.

Az út részei: járda; úttest.

Átkelés az úttesten: Melyik mód a legbiztonságosabb? A gyalogos hol kelhet át biztonságosan az úttesten? (lámpás gyalogátkelőhely; kijelölt gyalogátkelőhely)

Az átkelés sorrendje:

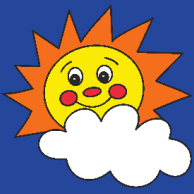
1. A járdaszegélynél meg kell állni! De mindig egy nagy lépéssel beljebb kell állni a járdaszegélytől.

2. A forgalom mindkét irányába többször figyelmesen körül kell nézni! Helyes sorrend: balra – jobbra – balra. Ha egyirányú utcában mész át, akkor figyelj meg, melyik irányból jönnek az autók! Ettől függ, hogy melyik irányba kell nézned az egyirányú utcában. Hallgasd a gépkocsik és más, feléd közelítő járművek zaját is!

3. Meg kell várni, míg a járművek megállnak!

4. Fel kell venni a szemkontaktust az autó vezetőjével, hogy meggyőződhess arról, hogy a vezető érzékeli az átkelési szándékot!





Napsugár – Vadvirág Krónika

5. Egyenes vonalban kell átmenni! Nem szabad futni!”

Matematikai tapasztalatszerzésre közlekedéssel kapcsolatos játéktevékenységet biztosítottunk gyermekeink számára: A biciklik, rollerek színeit, nagyságbeli eltéréseit, formáit felismerték, különböző módon csoportosították azokat. Nagycsoportosaink a jelzőtáblákat szín, forma és jelentés szerint csoportosították. Természetesen minden csoport életkori sajátosságainak megfelelő szinten és mértékben tevékenykedett.

A mobilitás hete kereteiben megismerkedhettek a témához kapcsolódó versekkel, mesékkel is.

A rajzolással, festéssel és egyéb technikával készült vizuális tevékenységek témájában is a gyalogos és biciklis közlekedés állt a középpontban.

Új játéktevékenységekre is adtunk lehetőséget gyermekeinknek közlekedéssel kapcsolatos témakörökben. Az építő-konstruáló játékokba az általuk készített jelzőtáblákat felhasználták. Új közlekedéstáblás memóriajátékkal bővítettük játékpalettánkat.

Úgy érezzük, sikeresen teljesítettük heti célkitűzéseinket, amit egy kisfiú és apukája beszélgetése is jól mutat:

Kisfiú: -Papa! Holnap jöjjünk biciklivel oviba!

Apa: -Miért? Nem is szeretsz annyira biciklizni.

Kisfiú: -Azért, mert szeretnék a környezetre vigyázni!

Ennél pozitívabb visszacsatolásra nincs is szükségünk.

Köszönjük a szülők együttműködését a Mobilitás hetében, hogy lehetővé tették gyermekeik számára a környezettudatos közlekedés megtapasztalását.

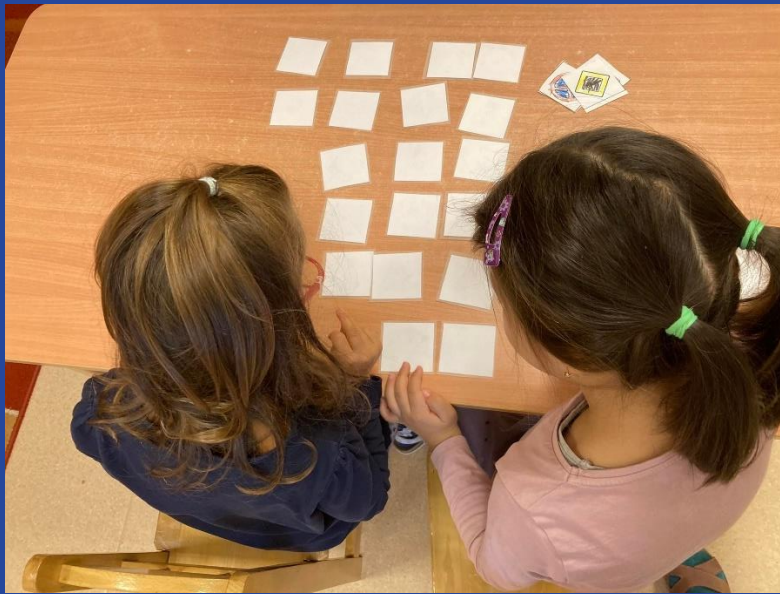
Bízunk abban, hogy a jövőben is sikerül egyre többször ennek tudatában közlekedniük!

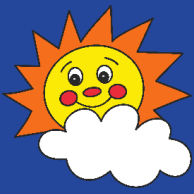
Máténé Wolf Mária
óvodapedagógus





Napsugár – Vadvirág Krónika





Állatok világnapja:

október 4.



Zöld Óvoda:

Tagóvodánk 2013-ban nyerte el, majd 2016-ban és 2019-ben sikeresen újíttotta meg a „Zöld Óvoda” címet. Globális célunk az „Örökös Zöld Óvoda” cím elnyerése, ennek érdekében szeptemberben leadtuk pályázatunkat.





Madármentés a Lándzsa utcai óvodában

Óvodánkban minden évben megtartjuk az Állatok Világnapját.

Beszélgetünk az állatok szeretetéről, élőhelyükről, táplálkozásukról, testi jellemzőikről, kicsinyeikről, és arról is, hogy az embernek nagy a felelőssége abban, hogy gondoskodik róluk, ne csak a hasznukat élvezze.

A gondoskodás lehetőségeit mindig átbeszéljük, és amit tudunk gyakorlatban is megteszünk az óvoda udvar állat lakóival, pl. madáreleség télen a madáretetőbe.

A nagycsoportosoknak Pócsi Ágnes Madárbarát Ovi foglalkozásokat tart rendszeresen, amit nagyon szeretnek a gyermekek.

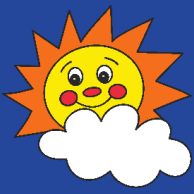
Most nyáron lehetőségünk volt a gyakorlatban is részt venni egy madármentésben a Lándzsa utcai tagóvodában.

Egy forró, nyári késő délután jelezték az udvaron a gyermekek, hogy egy harkály beszorult a két fa közé. Dávid Kriszti dadus nénivel odamentünk, és Kriszti egy bátor mozdulattal kiszabadította a sérült madarat, aki el szeretett volna repülni, de csak a következő fa tövéig sikerült szegénynek.

Ott erőtlenül próbálkozott felrepülni a fára, de nem sikerült. A fa tövében, mozdulatlanul volt, látszott, hogy nem tud helyet változtatni. Féltünk volna egyedül hagyni óvodazárás után, mert a macskák megtámadhatták volna éjszaka.

Elérkezett az ideje a gyakorlatban is „élesben” az állatmentésnek.





Napsugár – Vadvirág Krónika

Felhívtam Pócsi Ágit, aki a jelzésemre azonnal elindult, és segített.

Embersége, állatok iránti felelőssége példamutató volt. Kislányával együtt, munkaidőn kívül, azonnal elindult, 15 percen belül megérkezett. Ezúton is köszönjük az azonnali segítséget!

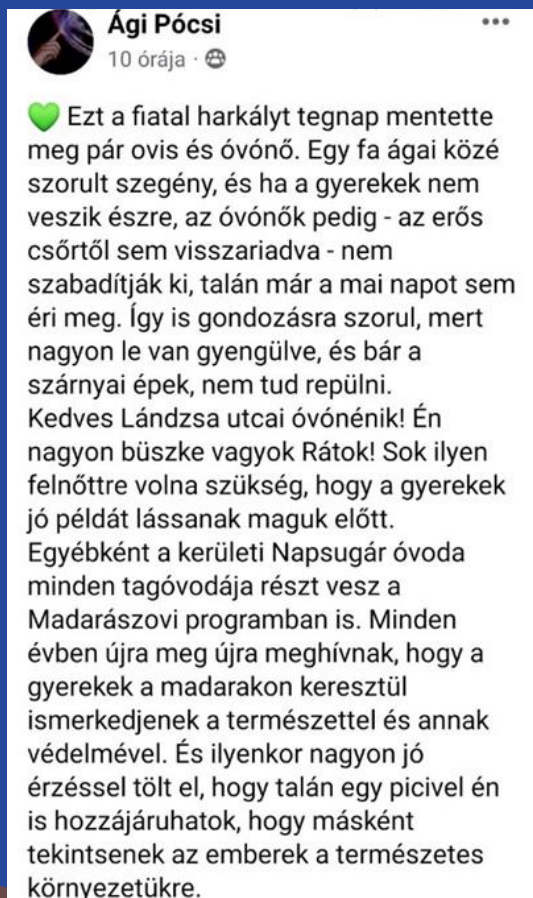
Megérkezésekor a sérült fakopáncsot együtt elláttuk, itattuk az ott lévő gyerekekkel, ami nagy élmény volt mindannyiunk számára.

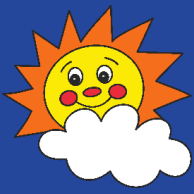
Boldogok voltunk, a szívünk megtelt szeretettel, hogy segíthettünk a kismadár megmentésében.

Fogadjanak szeretettel tőlünk néhány képet, és Pócsi Ágnes hozzájárulásával a megjelent posztot, amiben leírja, hogy az óvoda után mi történt a kis fakopáccsal.

Vajda Marianna

óvodapedagógus és Madárbarát ovis kapcsolattartó



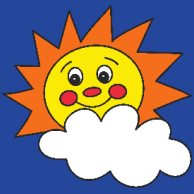


A történet vége:

„Miután hazahoztam, két napig megfigyelés alatt tartottam, hátha magától regenerálódik, és el lehet engedni. Külső sérülése nem volt, jó étvággal evett, de nem tudott repülni. Két nap után sajnos nem változott a helyzet, így elvittem a Szentendrei Kisállatkert állatorvosához, Évihez, aki megvizsgálta. A vizsgálat alapján arra következtetett, hogy talán a gerince sérült, és egy humán gyógyszert adott neki, amit vízbe keverve, szájon át kellett neki adni. Ezt ott az állatkertben kapta meg, és tovább figyelték. Egy szép napon viszont a nyitott ajtajú ketrec várta a gondozókat, mert harkályunk gyógyultnak nyilvánította magát és miután kinyitotta az ajtót, elrepült.”

Pócsi Ágnes
környezeti nevelő (MME)





Kati néni bemutatkozik

Üdvözlöm a kedves olvasókat.

Márton Katalin Éva vagyok. Az ELTE Tanító- és Óvóképző Főiskolai karán szereztem meg óvodapedagógusi, valamint szakvizsgás környezeti nevelő óvodapedagógusi diplomámat. Diplomamunkámat a Néphagyományőrző Óvodai Programból, a Budakeszi Vadasparkból, a Madárbarát Óvodai Programból készítettem.

9 éve dolgozom óvodapedagógusként. Az évek alatt sokféle gyermekkel, szülővel találkoztam. A mai, folyamatosan változó világ elvárásaihoz igyekeztem rugalmasan alkalmazkodni. Sokféle változatos, érdekes és hasznos továbbképzésen vettem részt.

Súlyos problémának tartom a mai gyermekeknél a mozgásszegény életmódot és a megkésett beszédfejlődésből adódó beszédproblémákat.

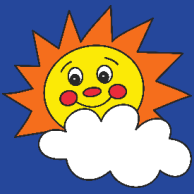
Az SNI gyermekek sajátosságainak megismerése, egyúttal hatékony óvodai integrációjának megvalósítása érdekében végeztem R.T.-nél az ELTE-BGGYK-n „Méhzümmögés, dühroham” akkreditált továbbképzést. Ezt a tudást megszerezve, majd pedagógiai munkámban alkalmazva, sikeresebbnek éreztem magam integrálás és tehetséggondozás területeken.

A környezeti nevelés mellett szívesen alkotok, barkácsolok. Szabadidőmben gyakran sétálok, kirándulok.

A Napsugár Óvoda Nevelőtestületéhez nyáron csatlakoztam, szeptember óta pedig a Margaréta kiscsoportosok óvónője vagyok, Szilvi néni mellett.

Márton Katalin Éva
óvodapedagógus





Ilyen bámulatos módon fejlesztik a gyerekeket a mondókák, ritmusok és a zene

„A ritmusok, dallamok iránti vonzalom az ember alapvető tulajdonsága. A kicsi babák számára különösen jó játék a közös mondókázás: a testi közelség öröme, anya és apa szórakoztató előadása ütemes ritmusokkal és szójátékokkal, mindez vizuális elemekkel fűszerezve - minden érzékszervet lehengerlő élményt nyújt a babának.

Ám ennél sokkal többről is van szó: a vidám családi szórakozás közben hihetetlenül sok módon fejleszti a gyermeket a folyamat.

Ősi vonzalom a zene iránt

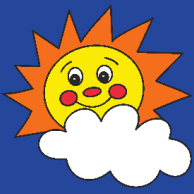
Az ember zene, ritmus iránti vonzalma az anyaméhben belüli élményekre vezethető vissza. A magzat tökéletesen, hangosan hallja anyja szívverését - a bent töltött hosszú hónapok alatt nagyjából 20 milliószor hangzik el ugyanaz a ritmus. Emellé folyamatos mozgás is társul – ahogy az anya mozog, úgy ringatózik a magzatvízben a baba is. Az egyenletes, ritmikus hangzás és az ütemre való ringás összhatásának élményéből pedig kialakul a zene iránti vonzalom, a tánc iránti késztetés.

Ennek fényében érthető, miért nyugtatja meg már az egészen kicsi babákat is a ritmikusság, a zene, az énekkel egybekötött ringatás.

A ritmust a vérünkben érezzük: ha meghalljuk, testi hatásokat képes kiváltani belőlünk. Az ismétlődő ütemeket hallva a légzésünk egyenletessé válik, vérnyomásunk csökken vagy emelkedik, az izmok elernyednek, közérzetünk javul, az érzelmek pedig aktiválódnak – beindul a képzeletünk és emlékezetünk.

A ritmus és a dallam ereje az agy fejlődését is képes befolyásolni. A ritmus megértését a bal agyféltek analizáló működése segíti elő, majd ugyanitt történik a rögzítés is. A kreativitásért felelős jobb agyféltek a dallam felismerését rögzíti, beindítja a zene által előcsalt emlékeket – és a képzelőerő működésbe lép. A ritmikusság és zene így a két agyféltekét egyszerre készteti aktivitásra, melynek következménye a beszéd és a harmonikus mozgás fejlődése, a szókincs bővülése.





A zeneiség gyökerei

A ritmikusság, dallam, egyforma hangok ismétlődése folyamatosan körülveszi az embert, valamint az emberi testben is jelen van. A ritmus és az ember elválaszthatatlan egységet alkot. Antropológiai vizsgálatok során arra a következtetésre jutottak, hogy az ember előbb kezdett el énekelni és táncolni, mint beszélni. A ma létező törzsi népek esetében is a közösségi programok alapja az ének, a tánc, a zenés rituálék.

Az emberi kommunikációban a hallásnak kiemelten fontos szerepe van. A hallás még a látásnál is megbízhatóbb képesség, mélyebb érzelmeket vált ki belőlünk és enyhíti az elválás, az elszigeteltség, a megsemmisüléstől való félelem szörnyű érzését.

A zene igen erős érzelmeket vált ki az emberből. Az éneklést, zenélést, ha szívből jön, az elsöprő öröm és felszabadulás érzése kísérheti. Fordítva is megtörténhet a dolog: ha valaki boldog, az öröm érzése éneklésre, dúdolgatásra készteti.

Hogyan működik az agyunk zenehallgatás közben?

Az emberek 95%-át a jobbkezesek teszik ki, az ő beszédfeldolgozó rendszerük a bal agyféltekében található (balkezeseknél ez pont fordítva van). A zene érzékelése, feldolgozása mindig a jobb agyféltekében történik. Ez a terület azonban a dal szövegét csak az énekkel együtt képes megjegyezni, az ének nélküli szöveg visszaadására nem képes, hiszen az a bal agyféltek feladata, ahogy a ritmusazonosítási képesség is.

A kutatások tehát világosan bebizonyították, hogy a zene, ritmikus mondóka feldolgozásához és élvezéséhez egyértelműen a két agyféltek összehangolt működésére van szükség.

A zene és a mondókák fejlesztő hatása a gyermekekre

1. A kicsi babák agyi fejlődésében igen fontos szerepe van a mondókáknak, zenének. Minél több inger éri az agyukat, annál hamarabb és erőteljesebben indul be a fejlődés. A kisbabák fejében az élmények, tapasztalatok hatására kezdenek el kialakulni az idegi összeköttetések.





Ezeken keresztül áramlanak később az információk, és minél több inger éri a babát, annál több ilyen összeköttetés fejlődik ki az agyában. Későbbi képességeit, intelligenciáját nagyban befolyásolhatja az, hogy hány ilyen idegi összeköttetés épült ki a kis fejében, baba korában.

2. A kicsik kommunikációs képességeinek fejlesztésében, így a társadalmi életükben is kiemelkedő szerepet játszik a későbbiekben. A gyermek akkor tud könnyen kapcsolatot létesíteni másokkal, ha jól ki tudja fejezni érzelmeit, beszéd közben helyesen alkalmazza a megtanult zenei eszközöket. Ezeket használva pontosan, színesen, érthető módon tudja másoknak közvetíteni az érzelmeit.

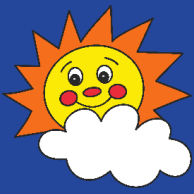
3. A mondókák megtanulása fejleszti a memorizálás képességét. A mondókák általában rövidek, egyedi hangzásuk, ritmusuk és ütemük van, így könnyebben megtanulhatóak, mint egy egyszerű, sima szöveg. Ahogy egyre több rövid mondókát tanul meg a gyermek, úgy fejlődik fokozatosan a memorizáló képessége, ez később az iskolában is hasznára lesz a hosszabb szövegek megjegyzésénél.

4. A mondókák, népies versikék kitűnően fejlesztik a gyerekek szókincsét is. Ahogy tanulják a nyelvet a kisebbek, gyakran a mondókákból vett szófordulatokat is elkezdik használni a beszédben. Később észlelik a különbséget is a beszélt nyelv és a mondókák népies világa között – egy idő után feltűnik nekik, hogy a mondókákban előfordulnak olyan kifejezések, szófordulatok, melyek a hétköznapi beszédben nem jelennek meg.

5. A zenei nevelés fejleszti a kreativitást. A Barkóczi-Pléh vizsgálatokban a kecskeméti Kodály-iskola tanulóit hasonlították össze a nem Kodály-módszerrel tanulókkal. Az éneket emelt óraszámú tanuló gyermekek kreatívabbá váltak, mint a „normál” tanrendű osztályokba járó, azaz keveset éneklő társaik.

6. Okosabb lesz a gyerek, ha zenét tanul. A legfrissebb tudományos kísérletek bizonyítják, hogy a zenetanulás pozitív változásokat okoz az agyban és fejleszti a gyerekek mentális képességeit. Sőt: gyógyír lehet a diszlexiára is.





7. A zenetanulás javíthat a gyermekek nyelvi és az olvasási készségén. A Northwestern Egyetem kutatói szerint a zenetanulás az idegműködés serkentésével javíthatja a gyermekek iskolai összpontosítását és memóriáját. A friss tanulmány azt mutatta ki, hogy a heti öt vagy több zeneóra megakadályozza az olvasási teljesítmény romlását.

A zene és a mondókák használata a beszédtanulásban

A logopédiás kezelések során is találkozhatunk egyszerű mondókákkal, dalokkal, melyek szintén a fejlődést segítik elő játékos formában. A zene segíti a gyermekeket a beszédtanulásban is. A logopédusok által összeállított játékos fejlesztő gyakorlatok között például megtaláljuk az éneklést is egy kis csavarral: amikor egy magánhangzóval kell végigénekelni a kicsiknek az adott dalt. Minden nyelvnek vannak zenei tulajdonságai, különböző érzelmeket fejezhetünk ki azáltal, ha eltérő dallamot adunk ugyanazoknak a szavaknak. Egy egyszerű kijelentést különböző hangsúllyal, dallammal előadva egészen más jelentést adhatunk az eredeti tartalomnak. Ezeket a különbségeket természetesen mindenki megérti, ám a kisgyerekeknek először meg kell tanulniuk – ezt mind a zenei különbségek felismerése és megjegyzése révén teszik.

A játék élménye

Az egy évesnél fiatalabb gyerekekre különösen fejlesztően hat a mondókák világa. Játékos formában ismerhetik meg a csodálatos anyanyelvet: az ismétlődő, monoton, ritmikus hangzást néhány élesen eltérő megszakítással felváltva mosolyt csalhatunk az arcukra – az ilyen hangsúlyos szófordulatok által a baba a meglepetés élményét éli át. Ha mindez vizuális élménnyel is párosul (pl. a kezünkkel mutogatjuk, amit mondunk, grimaszolunk, játékosan megcsipkedjük a babát, stb.), úgy igazán tartalmas szórakozással tudunk szolgálni gyermekünknek.

Óvodás- és kisiskolás korú gyermekeknél már összeköthetjük a mondókázást a rajzolással is.

Egy egyszerű mondókával, csupán testi eszközeinket használva felejthetetlen pillanatokot okozhatunk gyermekünknek. A szülők megnyugtató közelségében, ölükben ülve, mondókákat hallgatva olyan élményben lehet része a csöppségnek, melynek a drága, modern, fejlesztőjátékok a nyomába sem érnek.”

/Forrás: esaladinet/





Elképesztő módon fejleszti az agyat a zenehallgatás és a zenetanulás

„A zene gyógyír. Mindemellett pedig igazán jótékonyan hat a gyerekek fejlődésére is. A zenetanulás élmény és az önkifejezés egyik legősibb formája. Formálja, szépíti a lelket, hozzáad, segít megérteni és megértetni saját magunkat. Hatással van az érzelmek mellett az intelligenciaszintre, az szív működésre és még a vérnyomásra is. Mindezek a jellemzők kortól függetlenül jelen vannak a zenét élvezők életében. A zene kell. A gyerekeknel pedig különösen fontos a zenetanulás és zenehallgatás, mert aktiválja az agy fejlődésének azon részét, ami felelős a beszédképességért, nyelvi- és olvasási képességért.

Az agynak és a léleknek is fontos a zenét hallani

Már magzati korban, a tizenhatodik héttől, amikor a belső fül kialakul, elkezdnek hallani a kisbabák anyukájuk pocakjában. A terhesség második felében, a 24. hét után, amikor már teljesen tisztán hallanak minden apró zörejt a külvilágból, reagálnak is a hangokra. Az újszülöttek, a kutatások szerint, képesek emlékezni a pocakban töltött időszakra. Nem véletlen, ahogy reagálnak édesanyjuk, édesapjuk hangjára. Bizonyított, hogy biztonságérzetet nyújt nekik, ha olyan behatással találkoznak, amit már ismernek.

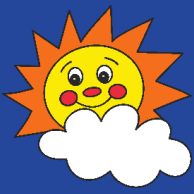
A direkt zenehallgatást már az első naptól kezdve bevezethetjük folyamatosan az életünkbe. Kezdetben érdemes a fokozatosság elvét követni és lágy ritmusú zenét hallgatni. Leginkább együtt, ügyelve arra, hogy ne ingereljük túl a babánkat.

A legjobb, ha olyan muzsikát választunk, amit jól ismerünk és énekelni is tudunk. A tapasztalatok szerint minden olyan közös zenehallgatás, amikor a szülő éneklő a magnóból szóló zenét, jobban megmarad, intenzívebben eljut a gyerekekhez is.

Az agynak és a léleknek is fontos a zenét hallani

A kutatások azt bizonyítják, hogy az énekléstől, zenehallgatástól és zenetanulástól magasabb lesz a gyerek érzelmi intelligenciaszintje. Ha a kezdeti időkben együtt élvezzük a hangok világát, akkor az szorosabb kötődést is eredményez. Hosszútávon megfigyelhető, hogy azok a babák, kisgyerekek, akik a zene bűvöletében nőnek fel, később sokkal együttműködőbbek lesznek az életben társas kapcsolataikban és logikusabbá válik gondolkodásuk is.





A zenetanulás, a -hallgatás után egy újabb fejlődési lépcsőfok. A szakértők szerint azok a gyerekek, akik megismerik a kottát és mélyebben belemerülnek a hangokba, jobban teljesítenek minden reál tantárgyban az iskolában. A szolfézs alapjai lényegében csak elsőre tűnnek bonyolultnak, ám a valóságban nem sokban különböznek egy-egy matematikai szabály alkalmazásától.

Nyilvánvaló, hogy a zenehallgatást sem szabad kötelező érvénnyel beiktatni a kicsik életébe. Kedvet kell hozzá csinálni. Ha kiskorban a gyerek azt látja, hogy a szülő élvezi mindazt, amit a zene ad, akkor ő saját maga fog bekapcsolódni. Az öröme tehát fontos szerepe van a zenehallgatásban és a zenetanulásban is.

Az agynak és a léleknek is fontos a zenét hallani

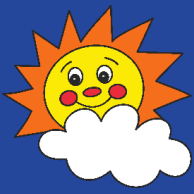
Egyes szakértői vélemények szerint a zenetanulást ennek az öröme a fokozására érdemes elkezdni minél hamarabb, ugyanis akik heti rendszerességgel zenélnek, pozitívan változik meg az agyfelépítésük, vastagabb lesz a két féltekét összekötő agyi struktúra, ami a gyors és pontos információáramlásért felelős.

A zenetanulás a memóriára is kedvezően hat és az olyan gyerekeknél, akinek problémájuk volt korábban a koncentrációval, nehezkesebb volt a felfogóképességük, azt tapasztalták, hogy minél régebb óta hallgatnak és tanulnak zenét, annál inkább javul az „állapotuk”.

Természetesen a passzív zenehallgatásnál sokkal eredményesebb, amikor hangszereken játszunk. A kettőt azonban célszerű nem elválasztani egymástól.”

/Forrás: [gyerekportal/](#)





Lehet, hogy hiperaktív a gyermekem?

Mennyire gyakori ma a hiperaktív gyermek, és mik a hiperaktivitás tünetei?

Nehéz pontos számot mondani, becslések szerint a gyerekek 10%-a érintett. A két fő tünet: a figyelem, a koncentráció fenntartásának nehézsége és a motoros nyugtalanság. Jellemző még a kontroll hiánya, a hirtelen, gondolkodás nélküli cselekvés, az impulzivitás, a szabályok elutasítása. Ezekre nagyrészt óvodás- vagy iskoláskorban derül fény, de már egészen kicsi korban is vannak jelei, például a feltűnő aktivitás és az óvatosság hiánya.

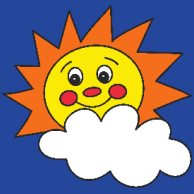
Hogyan lehet megkülönböztetni, hogy egy kisgyermek stresszes környezete hatására viselkedik-e furcsán, vagy valóban ADHD-val küzd?

Leginkább a tünetek állandóságában van különbség. Akinél az aktuális környezeti helyzet okozza a tüneteket, annak elmúlnak a tünetei, ha a szükségleteit kielégítheti (szülői figyelem, szeretet, mozgás). Ő valójában a környezetére reagál. Vagyis, ha a szülők változtatnak, a gyerek is változni fog. A hiperaktív – ADHD-s – gyerekeknél ez sajnos, nem ilyen egyszerű. Az ADHD vagy figyelemhiányos hiperaktivitás-zavar (attention deficit hyperactivity disorder) diagnózisát azonban csak az erre alkalmas szakmai stáb (pszichiáter, pszichológus, gyógypedagógus) állíthatja fel – megfelelő tesztek, felmérések és megfigyelések alapján. Ez sokszor nem könnyű, mert más zavarok, károsodások is állhatnak hasonló tünetek mögött (tanulási zavar, értelmi, érzékszervi károsodás).

Gyógyítható a hiperaktivitás?

Nem, minthogy ez nem betegség, inkább állapot. Léteznek gyógyszeres kezelési formái – szigorú szakorvosi kontroll mellett –, amelyek közvetlenül az idegrendszerre hatva csökkentik a tüneteket. Illetve alkalmazható kognitív viselkedésterápia, melynek célja, hogy a szakemberek a gyermeket életkorának megfelelő szinten megtanítsák együtt élni ezzel az állapottal, és segítsék abban, hogy képes legyen hatékonyan uralni megnyilvánulásait.





Fontos a szülők felkészítése, hogy ők is tudjanak segíteni a gyermeküknek. Már önmagában az nagy változást hozhat a reakciókban, ha a szülők megértik, hogy a gyermek nem azért nem várja ki a vacsora végét a széken ülve, mert nem akarja, hanem mert nem tudja, az idegrendszere „nem engedi”.

A tünetek a gyerek növekedésével általában csökkennek, felnőttkorra akár csak egészen enyhe formában maradnak fenn.

A **hiperaktív gyerek** című könyvében dr. Silvia Franz felhívja a figyelmet arra, hogy az édesanyák kialvatlansága, valamint a nagy stressz, ami egy hiperaktív gyermek nevelésével jár, ugyancsak nehezíti a helyzetet. A kimerült szülők kevésbé képesek konzekvensek maradni, ettől a gyermek bizonytalanná válik és súlyosbodhatnak a tünetei.

Mi segíthet a szülőknek kiszabadulni ebből az ördögi körből?

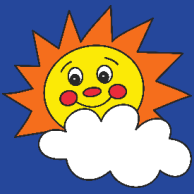
A különféle szülőcsoportok, amelyekben a szülők kicserélhetik tapasztalataikat, és célzott segítséget is kaphatnak a szakemberektől. Természetesen az ADHD-s gyereket nevelő szülőknek is nagyon fontos az énidő: a sporttevékenység, a séta a természetben, vagy bármi, ami feltöltheti őket. Hiszen, ha ők jól vannak, akkor megfelelően tudnak reagálni a gyermek viselkedésére. Sokat segíthet a támogató családi környezet, amely olykor tehermentesíteni tudja a szülőket.

Egyre korábban adjuk gyermekeink kezébe az okostelefont, a számítógépet, a televízió távirányítóját stb. –hogyan ez befolyásolja az ADHD-t?

Röviden: minden gyerekre nagyon rossz hatással vannak ezek a kütyük. Kicsit hosszabban: erősítik a hiperaktivitás tüneteit, hiszen a gyermek szervezete óriási ellentétet tapasztal azáltal, hogy az agy és az idegrendszer elárasztódik ingerekkel, mialatt a test teljesen passzív marad.

Ha túlterheljük a gyermek idegrendszerét, nem csoda, ha azután azt ki kell mozognia magából. Emellett a nem megfelelő tartalom nézése bizonyítottan növeli az agresszív viselkedést és az impulzivitást. A mai világban természetesen elengedhetetlen az okoseszközök használata, ezeket a gyerekek elől sem lehet teljesen elzárni, de nem mindegy, hogy mennyi idősen és mennyi időt tölthetnek el velük, továbbá, hogy mit csinálnak, mit nézhetnek rajtuk. Ez a szülő felelőssége!





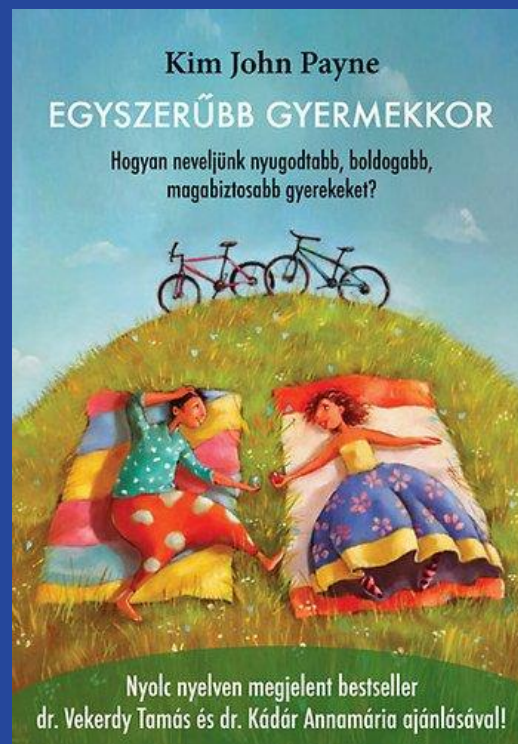
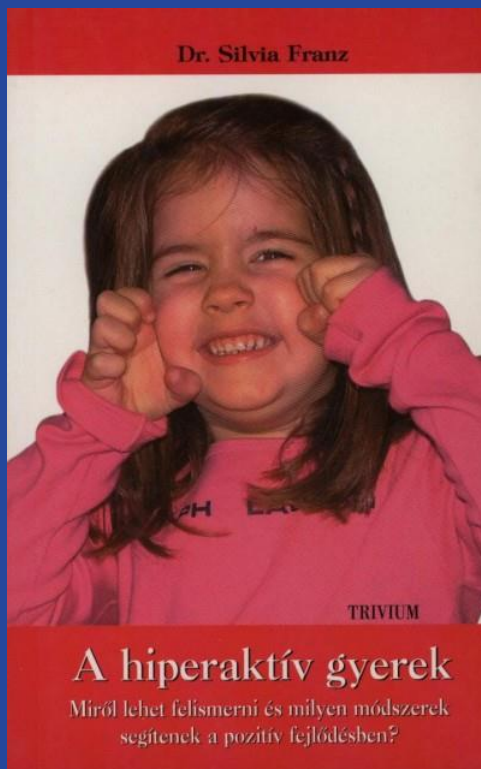
Napsugár – Vadvirág Krónika

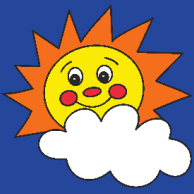
Kim John Payne **Egyszerűbb gyermekkor** című könyvében olvasható, hogy az állandó, nyugodt napi ritmus, a jóval kevesebb program és inger rengeteget tud segíteni a hiperaktivitással küzdő gyerekeknél.

Egyetértek vele?

Igen, hiszen valamennyire a hiperaktivitással küzdő gyermekek is reagálnak a környezetükre, még ha a tüneteik nem tűnnek is el. Jellemző rájuk, hogy amikor telítődtek – elfárad az idegrendszerük –, akkor pörögnek be még jobban, vagyis felerősödnek az ADHD-tünetek. Nagy aktivitásuk ellenére sem jó tehát, ha sok-sok programmal pakoljuk tele a hetüket – többféle sport, ovis angol, játszóház stb. –, ami lefárasztja őket. Nekik is szükségük van pihenőidőre.

Koltai Kinga
óvodapszichológus





Mit tehet a szülő, ha dübörög a dackorszak?

Az alábbi sorokban mutatok egy példát:

"Tegyük fel, hogy szellelbélelt kisasszonyunknak van egy kisöccse. Egy kisfiúcska, aki azon kívül, hogy igazán jóra való és vitéz lelkülettel megáldott harcos legény, de a fáradt napjainkban még pont nekünk valóan küzdőszellemű is. Nos, mint tudjuk, a hozzájuk hasonló hős kalandorok esténként nagyon nem szeretik levetni a harci díszeket, a kardot, a páncélt csak azért, mert mi ezt kérjük tőlük. Ezek a gyermekek abban a pillanatban, amikor elhangzik az anyai varázsmondat "Jön az alvás!" akkor egy szempillantás alatt változnak át vad tekintetű, vicsorgófogú és minden frekvencián morogni képes kistermetű oroszlánokká. És igen! Valódi élmény őket lefektetni.

Azon a bizonyos estén sem történik ez másképp, amiről most szó esik. Amikor is ott áll előttem esti szerelésében ez a gyermek, ami nyilván nem lehet más, mint a földi valóság elemei közül választott 32-es görkoresolya a 27-es lábacskaján és az elmaradhatatlan focimez. Meg a belső mágikus vitéz virtus. Totál kompakt ez a gyermek. Aki ezzel a belső - külső összhangjával együtt a mese után oda is gurul hozzám és megkérdi:

- Anyaaa, játszhatunk még egy kicsit a szobában? - és eme drága gyermek hősi hangjában lágyan rezdül meg a könyörgés összes színárnyalata. Mondjuk majdnem el is olvadok tőle, de szerencsémre már harcedzett anyja vagyok ennek a legénynek, így szelíden és határozottan válaszolok neki.

- Csibebogyóka, tudom, hogy szeretnél még játszani, de csatold le kérlek a lábbelid, mert jön az alvás.

- Aaaaaj! - dörren hirtelen vissza rám a most már oroszlánbőrbe bújt kis esti hős. Nem akarok aludniii! - folytatja vehemens kinyilatkoztatását a legény, és mindezt teszi olyan bizonyossággal, mint aki amúgy egyáltalán nem is fáradt.

Ahogy így áll harcias tekintettel előttem, én továbbra is állom a sarat. Szelíden és határozottan közlöm vele is a tényt:

- Megértem, Macika, és sajnálom, de jön az alvás. -néha magam is elcsodálkozom ezen a nagy higgadtságom.



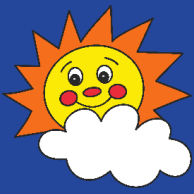


Napsugár – Vadvirág Krónika

De most pont nem érek rá magamra rácsodálkozni, mert ez a kis mazsola máris néz rám az elfancsalodott tekintetével és már látom is a száján..., görbül lefelé. Nagyon. És igen, a következő pillanatban már teli szájjal, szívet szaggató sírásba is fordul az a korábbi alig dobhártyaperzselő, oroszlánhangú üvöltés. Anyai szívem együttérző szeretettel nézi a gyermekét, aki ott áll előtte a csónak görkorcsolyában, fejhangon sírva. Szívszorító egy látvány, meg kell hagyni. De hős gyermeknek hős az anyja, és kitartásban jeleskedünk páran azért itthon. Közelebb megyek így ehhez a kismackóhoz. Leguggolok hozzá, megölelem, ölembe ültetem, és miközben óvatosan hozzálátok, hogy lecsatoljam négykerekű járgányának egyik tagját a lábáról, megkérdezem tőle:

- Édesem, mit gondolsz az alvásról? - mert közben rendezem is kicsit a gondolataim és eszembe jut, hogy valójában lehet itt van a kutya elásva.
- Féélek, hogy jönnek a szellemek! - aggódó arcán a hüppögés hangjával nyitja meg elméjét ez a pöttöm kisgombolyag.
- Értem. Mit gondolsz, miért jönnek a szellemek?
- Hogy elvigyenek! - válaszol teljes meggyőződéssel.
- Hm. Hová? - érdeklődve kérdezek vissza, miközben a másik lábbelit is lecsatolom.
- Egy barlangba, ahol sötét van. - folytatja rémült ábrázattal ijesztő gondolatai kivetítését ez a pár perce még önmagát mindenkit legyőzni képesnek érző apró hős. Mondjuk nem csodálom, elég rémisztő a sztorija, én is félnék ettől.
- Értem. És te mit szeretnél? - kérdezem őt hát tovább, csak hogy megtudjuk most már akkor tényleg, hová is tartunk épp ebben a teljes tudatosságban.
- Hogy legyen velem egy felnőtt! - és ő közli velem mély meggyőződéssel a belső hitét.
- Értem. Borsókám! Már ügyesen elalszol egyedül a szobádban. Ma is menni fog ez. - hangzik el a hős anyai mantrám, belülről, számon kifelé vissza ennek a legénynek, szintén teljes meggyőződéssel.
- De féélek! - és ismét ott vagyunk, ahonnan elindultunk. Alig lesz hosszú ez beszélgetés.
- Mit gondolsz, meg tudod magad védeni? - puhatolózok kicsikét, hová tűnt az ereje ilyen hirtelen ennek az aranygyermeknek.





Napsugár – Vadvirág Krónika

- Nem.
- Értem. Miért nem?
- Mert én kicsi vagyok, a szellemek meg nagyok. És láthatatlanok.
- Hm. Hát igen, ez így nehéz neked most. Tudod mit? Gondolkozzunk ezen akkor közösen, addig gyere, menjünk el pisilni még egy utolsót, hátha közben eszünkbe jut valami megoldás.
- Jó, de úgysem fog eszünkbe jutni semmi - vetíti előre édes Kincsem újabb aggodalmát, de tartom az irányt, és maradunk az eredeti témánál.
- Miért nem?
- Nem tudom. - válaszol lehangoltan, és közben már a kezét mossa.
- És mi a helyzet a kardoddal? Az hol van?
- Anyaaa, az túl kicsiiii! - torkollja le tudatlanságom ez a nagyon okos gyermek.
- Ez igaz.
- Ha nagyobb lenne, jó lenne! - csillan fel a remény benne és bennem is. Csak megoldjuk mi ezt a helyzetet, még ma.
- Mekkora gondolsz?
- Ami a plafonig ér.
- Az tényleg jó nagy.
- Igen. Az óriááási. - és gyermekem máris azt a lendületét árasztja magából, amit nem tudom, honnan gyűjtött be magában ennyi idő alatt.
- Honnan lehetne ilyen kardot szerezni most? - veszem fel a fonalat, hisz ez akkor tényleg izgalmas dolog.
- Nem tudom. De ez meg tudna védeni.
- Ez igaz. Gyere, Bogyóka, menjünk a szobába. - reményeim netovábbja gyűlt össze ebben a pár szóban
- Nem! - ami ettől a választól szerte is foszlott. Mondjuk szerencsémre csak egy pillanatra. Mert már fel vagyok készülve valami hasonlóra. Karomba veszem hát ezt a legényt, megölelem és úgy mondom neki tovább a belsőm.





Napsugár – Vadvirág Krónika

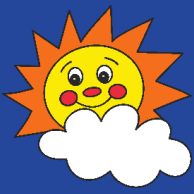
- Édesem, tudom, hogy ez most nehéz neked, de én itt vagyok neked, rám számíthatsz. Én meghallgatlak, és Bízok benned. Együtt bármit meg tudunk oldani, mi egy csapat vagyunk. - és anyából árad a flow meg a csí meg a #pure #love

- Nem vagyunk egy csapat! - és üvölti le hirtelen haraggal fejem összes hajszálát válaszában ez a flow-ban áradóan szeretett gyermek. És hogy véleményét nyomatékossítsa, kezével már próbálja is arcomat átrendezni. Ekkor szólok neki, hogyha lehet, gondolkozzon, mit csinál velem, mert arcplasztikát nem tervezek mostanság. Hála az égnek, ez a gyermek gondolkozik és inkább csak riogat a mancsával a kérésem után. Majd egyszer csak belefárad az egész riogató hadműveletébe, ernyedten rámdől, hosszan megöleljük egymást és engedi, hogy ágyába helyezzem piciny testét. Megpusztilom, ő visszapuszil, és a szeretlek után, amikor betakarom, már mondja is:

- Anya, a kardom láthatatlan és az égig ér."

Bárdos Mia
gyógypedagógus





Beszédfejlődés – nyelvfejlődés

A beszéd egy igen bonyolult idegrendszeri folyamat. Megfelelő fejlődéséhez három fontos tényező szükséges:

1. ép hallás
2. ép beszédszervek (jól működő)
3. beszélő környezet

Az ép beszédfejlődésnek szakaszai vannak és ezeken minden gyermek átmegy. Nagy egyéni különbségek lehetnek benne (van, aki már egy éves korában elkezd beszélni, de van, aki csak három évesen).

Az ép beszédfejlődés szakaszai:

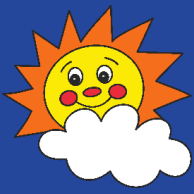
- kiáltások szakasza
- gagyogás időszaka
- a beszéd megértésének az időszaka
- a beszéd önálló fejlődési szakasza

Már születés előtt a hat hónapos magzat észleli és reagál anyanyelve hangzórendszerére, dallamára, ritmusára.

Az újszülöttnak a születés pillanatában hallatott sírása az első hangmegnyilvánulás, melynek jelentősége az egész fejlődésre döntő fontosságú. Ez a sírás akarattól független reflex, mely ha hosszabb ideig elmarad az agy elégtelen oxigénellátását okozza. Ennek maradandó idegrendszeri károsodás lehet a következménye. Az újszülött élénkebben reagál a beszédhangokra, mint egyéb zajforrásokra. Megkülönbözteti az anyanyelvét más idegen nyelvektől

Már a hatodik hét után kettős magánhangzókat ejt pl: oá, au. A második hónap után a pozitív érzéseit hangokkal fejezik ki.





Napsugár – Vadvirág Krónika

A csecsemőkor 3-6. hónapja a gagyogás első szakasza. A gagyogásban a magánhangzók és a mássalhangzók együttesen jelennek meg. A hangadásban önmagát utánozza, megjelennek a köszönőhangok. Ez már egy kapcsolatfenntartó kommunikáció lehet. A kisgyermek többnyire boldogságában gagyog. Ha a csecsemő magára hagyatottan nő fel, ha keveset és ridegen foglalkoznak vele alig fog gagyogni. Ennek a következménye megkésett beszédfejlődés és súlyos artikulációs zavar lehet.

A 6-9 hónapos kisgyermek képes a hangjuk alapján felismerni a beszélőket. Gagyogásában már csak az anyanyelve hangzórendszerét alkalmazza, mely egyre hosszabb és változatosabb. Képes gagyogással kommunikálni egy másik személlyel adott tárgyról.

A 9-12. hónap között az anyanyelvi észlelés és megértés is tovább fejlődik. Megjelennek az előszavak (ezeket a környezet értelmes szavaknak minősíti, de ezek még a gagyogás során véletlenszerűen megjelenő szavak). Előtérbe kerül a tárgyra mutató, ez az előfeltétele az első szavak megjelenésének. Mások utánzása is jellemzővé válik.

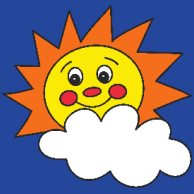
1 éves kor körül megjelennek az első szavak (5-10 szó), egyszavas mondatok. Reagál a nevére és már kb. 50 szót megért. Fontos a gesztus, a mimika, a hangsúly és a hanglejtés a beszédtanulás folyamatában.

1-1,5 éves korában a szókincs már 30-100 szó között mozog. Megjelennek a szókombinációk és a „távirati stílusú beszéd” (pl. Baba el.) Képes követni az egyszavas utasításokat. Rámutat a kért tárgyakra, testrészeire. Nemleges válasz esetén fejt csóválja

1,5-2,5 éves kor között „szókincsrobbanás” jellemző (100-200 szó). A beszédben megjelenik a raghasználat és a személyes névmások. „Mi ez”? korszak. Kérdésekre bólintással vagy fejrázással válaszol. Felismeri a megnevezett képeket. Megérti a személyes névmásokat. Képes kétféle utasítást megérteni és végrehajtani.

2,5-3 éves korban az aktív szókincs 900-1000 szó közé növekszik. Már három-négy szavas szó szerkezeteket is mond. Ez az élettani beszédhibák (pöszeség) és a nem folyamatos beszéd korszaka. Aktívan alkalmazza a megtanult nyelvtani szerkezeteket (hibák megjelenése pl: lókat). „Kulcsszó”-stratégiát alkalmaz a megértésben. Eldöntendő kérdésekkel igennel/nemmel válaszol. Az általános névmás (valaki) jelentésével is tisztában van.





Napsugár – Vadvirág Krónika

3-4 éves korban tovább növekszik a szókincs, 4-5 szavas mondatokat alkot, a beszéd folyékonyra válik, élményeket tud elmesélni, biztosan használja a többes számot és a tárgyasetet. „Miért”? korszak. Négy szint ismer fel. Ellentétekkel tisztában van. Kategóriák alapján mutat meg tárgyakat. Átvitt értelmű beszélgetéseket is egyre jobban megért. Finomodik a beszédészlelés, egyes hangokat könnyebben (a, o, u), másokat nehezebben (ö, ü) ismer fel.

4-5 éves korban összetett mondatokat alkot, képes elismételni a hallott történetet.

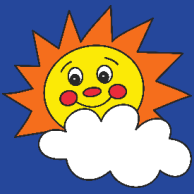
5 éves kor után a mássalhangzók rendszere a gyermekek többségénél kialakul, már korrekten produkálják azokat. Egyre kevésbé fordul elő a túláltalánosítás, pl. „kenyért” kenyeret helyett. Fejlődik a globális megértés. Az időbeliség fogalma kialakult. Képes követni az összetett verbális utasításokat.

6 éves korban a szókincs már 3000 szó. Kialakult a raghasználat. Anyanyelve hangzórendszerét képes tisztán artikulálva használni. Megjelenik a felnőtt nyelvi minta és az összes toldalékot megfelelően használja. Képes anyanyelve hangzórendszerének felismerésére, azonosítására. A szerialitás, a hangok egymásutánisága kerül előtérbe, vagyis a gyermek felismeri, hogy egy hang a hangsorban hol helyezkedik el.

A nyelv, a beszéd igen természetes, magától értetődőnek tűnő kommunikációs képessége az embernek. Csak mi tudjuk beszélt vagy írott nyelvi formában kifejezni igényeinket, szükségleteinket, érzelmeinket, hogy tájékoztassuk környezetünket állapotunkról, gondolatainkról, hogy ismeretekhez juthassunk, információt cseréljünk múlttól, jövőről, megtörtént vagy akár kitalált eseményekről. Mindezt a nyelv teszi lehetővé, amelyet meg kell tanulnunk érteni és létrehozni, hogy a kommunikáció eszközeként tudjuk használni. A nyelv tulajdonképpen egy megalkotott „második világ”, olyan rendszer, amely lehetővé teszi ebben a második világban, a fejünkben, hogy az első világról kommunikáljunk a beszélt nyelv (a beszéd), később pedig az írott nyelv segítségével is.

Csécsei Edit
logopédus





Őszi ötletelő

/Majsai Flóra – óvodapedagógus | Forrás: pinterest/

Kedves Szülők!

Ebben az évben a tök, mint őszi dekoráció kerül terítékre, ötleteket szolgálva a közös tevékenységre a gyerekekkel.

Ősszel a sok különböző termés gyűjtése mellett a gyerekeknek is gyakran elsőként jut az eszükbe a tök, mint őszi dolog.

Minél nagyobbak, vagy ha van nagyobb testvér, egyre inkább szereznek tudomást a Halloweenről és szokásairól. Ha már hazánkban ez nem jött még szokásba, a gyerekek ijesztgetését pedig amúgy sem tartjuk jó ötletnek; a közös tevékenységeket annál inkább. Gyönyörű dekorációt biztosíthat egy kidíszített/kifaragott tök, nem is szólva a közös délutáni/esti/hétfégi programról, ami minden szempontból jól tesz a gyermeknek.

Ehhez készültünk ötletekkel:

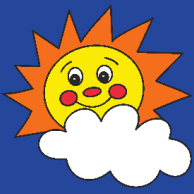
Első lépés minden tekintetben a megfelelő tök beszerzése. Érdeemes olyat választani, ami stabilan megáll a lábán, sima felületű, de a göcsörtösebb fajták is meg tudják ihletni az alkotót formájukkal, különlegességükkel, hogy az adott részt pont beleépítsük a végeredménybe.

Mielőtt nekikezdünk a munkának, érdemes megtisztítani a tököt, áttörölni egy nedves kendővel.

Tökfestés

Kisebb gyermekekkel érdemes inkább a tököt kifesteni, kidíszíteni, így nem kell attól tartanunk, hogy véletlenül megvágják magukat a gyerekek. Használhatunk a festésen kívül ragasztós módszert is: szemeket ragaszthatunk, répaorrot, papírból kivágott mintákat, magokat stb. Amennyiben a festést választjuk, érdemes akril festéket használni, hiszen ez lesz a legtartósabb. Ilyen esetben ügyeljünk arra, hogy a gyermekem legyen valamilyen kötény, festőpóló, mert ez a fajta festék nehezen jön ki a ruhából.





MELTED CRAYON PUMPKINS





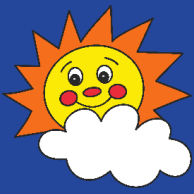
Tökf faragás

Ha faragni szeretnénk a tököt, minden esetben legyen jelen a szülő. Érdeemes egyszerűbb mintákkal kezdeni a tökf faragást. Egyenes vonalakat könnyebb faragni, így érdemes olyan arcot/mintát választani, ami egyenes vonalakból áll. Ilyenkor felrajzolhatjuk a mintát filctollal, vagy sablont is ragaszthatunk a tökre, amit körbevágunk. A gyerekek is segíthetnek, hiszen a felragasztott sablont hústüvel körbe tudják szurkálni, ezeket a lyukakat kitégítve már önmagában is szépen mutat a tök, de ha ki szeretnénk mindenféleképpen vágni, így könnyebb dolgunk lesz. Csinálhatjuk azt is, hogy a felnőttek kivájják a tököt, a gyerekek pedig onnantól díszítik, alakítják, például házikót készítenek belőle, ami nagyon mutatós tud lenni.

Ezek után/vagy előtt meg kell lékelni a tököt. Ezt általában a tetején szokták, levágják a felső részt, majd kanállal kiszedik a tök belsejét. A levágott rész nagyon jól mutat utána kalapként, háztetőként, stb. A kiszedett tökmagot meg is lehet piritani, megenni, vagy a madaraknak is oda lehet adni, sőt, el is lehet vetni.

A faragáshoz felnőttként éles, vékony pengéjű kést válassz, vagy sniccet, a kivágott darabokat belülről told ki. Az is bevált módszer tud lenni gyerekekkel, ha mézeskalácskiszúró-formával vágjuk ki a tököt.





Receptajánló – sütemények:



ALMÁS PITE

Gourmet Baba receptkártya

MI KELL HOZZÁ?

TÉSZTA:

- 350 GR LISZT
- 180 GR (NÖVÉNYI) MARGARIN
- 2 EK PORCUKOR
- 50 ML VÍZ

KRÉM:

- 50-60 DKG ALMA
- 1 VANÍLIÁS PUDING
- 100 ML VÍZ
- 1 EK NÁD CUKOR
- 1 MK FAHÉJ

CSINÁLJUK MEG!

A TÉSZTA HOZZÁVALÓIT KEVERJÜK JÓL ÖSSZE, VÁLASSZUK KETTÉ, AZ EGYIK FELÉT SODORJUK KI VÉKONYRA, ÉS HELYEZZÜK A TEPSIBE, A SZÉLEI VÁGJUK LE, MAJD TEGYÜK A MÁSIK TÉSZTÁVAL EGYÜTT A FAGYASZTÓBA, MÍG A KRÉM ELKÉSZÜL.

A KRÉMHEZ HÁMOZZUK MEG AZ ALMÁT A MAGHÁZAT VEGYÜK KI, RESZELJÜK LE, FŐZZÜK MEG AZ 1 EK CUKORRAL, ÉS A FAHÉJJAL MEG A VÍZZEL. HA KÉSZEN VAN, TURMIXOLJUK ÖSSZE, MAJD FORRALJUK MEG A ÚJRA, ÉS ADJUK HOZZÁ A PUDINGOT. A MARADÉK TÉSZTÁT IS NYÚJTUNK KI, ÉS TEGYÜK A TÉSZTA TETEJÉRE.

SÜSSÜK 180 FOKOS ELŐMELEGÍTETT SÜTŐBEN KB. 50 PERCIG

ELŐKÉSZÍTÉS: KB. 15 PERC
ELKÉSZÍTÉSI IDŐ: KB. 50 PERC

ŐSZI KÖRTEBROWNIE



1 20 x 20 cm-es

- 3 db pl. Vilmos érett, puha körte
- 2 db tojás
- 80 g barna cukor
- 125 g görög joghurt
- 50 g olívaolaj
- 25 ml tej
- 150 g liszt
- 0.5 csomag sütőpor
- 35 g kakaópor

Az őszi körtebrownie elkészítéséhez a körtéket meghámozzuk, a magokat és kemény részeket eltávolítjuk, a gyümölcshúst pedig egy botmixer segítségével pürésítjük. A tojásokat világosra habosítjuk a cukorral, hozzáadjuk a joghurtot, az olajat és a tejet, és alaposan elkeverjük. Hozzádolgozzuk a lisztet, a sütőport, illetve a kakaópor keverékét is, majd beletesszük a körtepépet, és jól elkeverjük a masszát. 180 fokra előmelegített sütőben, egy kb. 20 x 20 cm-es, sütőpapírral bélelt tepsiben, 20-25 percig sütjük (ha szeretnénk, hogy szaftosabb legyen, elég a 20 perc).

Őszi körtebrownie

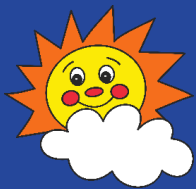
- Elkészítési idő: 20 perc
- Főzési idő: 30 perc
- Összesen: 50 perc

TIPP:

A gyerekek kedvenc sütije, mégis tele van gyümölcssel. Ha a körte ízét túl soknak érezzük, legközelebb nyugodtan használjunk kevesebbet belőle. A recept almával és bennel is működik.

/Forrás: [Almás pite](#); [Körtebrownie](#)/





Napsugár – Vadvirág Krónika

Napsugár - Vadvirág Krónika
2022. október

Szerkesztette:
Szatmári Vivien

Felelős:
Skrek Dóra

