



2023/2024

1. szám

# Napsugár - Vadvirág Krónika

**Kedves Szülők!**

*Újságunkban informálódhatnak óvodánk aktualitásairól, valamint  
ötleteket, cikkeket olvashatnak a gyermeki léttel és a  
gyermekneveléssel kapcsolatos*





# Napsugár - Vadvirág Krónika

## Kedves Szülők és Gyerekek!

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

Megkezdjük a 2023/24-es nevelési évet. Bízom benne, hogy ez mindenki számára örömteli, izgalmas élményekkel, programokkal teli év lesz, tele jobbnál jobb közös programokkal.

Tervezzük, hogy a középső és nagy csoportos gyerekeknek kirándulást szervezünk óvodánként különböző helyszíneken.

Az Erzsébet-ligeti Színházba Manó bérleteket váltottunk, amivel gyermekelőadásokra készülünk az iskolába készülő gyermekekkel, elősegítve esztétikai, művészeti nevelésüket.

Rendezvényeinkről az oviújság hasábjain bővebb információ található. A programokat a 16. kerületi Önkormányzat finanszírozza.

Óvodánk jellemzőit és a közeljövőben megújuló dokumentumait honlapunkon <https://napsugar.bp16.hu/> olvashatják.

Köszönjük felajánlásait a Játékos Világ alapítvány számlájára, és kérem, ha tehetik, továbbra is támogassák adójuk 1%-val azt.

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

Köszönöm a nevelőtestületünk felé megnyilvánuló bizalmukat. Változatlanul a legjobb tudásunkkal, magas színvonalú pedagógiai munkánkkal igyekszünk megszolgálni, hogy gyermeküket, a legféltettebb kincsüket ránk bízzák.

Skrek Dóra  
óvodavezető





## ÖRÖKÖS ZÖLDÓVODA



### Az Örökös zöld óvoda: Környezetvédelemmel a szívünkben

Örömmel szeretnénk bemutatni nektek az óvodánk egyik kiemelkedő kezdeményezését, az Örökös Zöld Óvodát. Az "örökös zöld" cím azt is jelenti, hogy az óvoda minden nap azért dolgozik, hogy a környezetünket és a Földünket megóvjuk és szépítsük.



### Zöld gondolkodás mindennap

Az Örökös Zöld Óvoda egy olyan hely, ahol a környezetvédelem és a fenntarthatóság fontos szerepet kapnak mindennapjainkban. Minden tevékenységünket úgy tervezzük, hogy kisebb legyen a környezeti terhelés. Azt tanítjuk a gyerekeknek, hogy tiszteljék a természetet, és tanuljanak arról, hogyan vigyázzanak rá.



### Kertészkedés és komposztálás

Az óvodánkban saját kis kertünk van, ahol növényeket ültetünk és gondozunk. Így megtanuljuk, hogyan kell gondoskodni a növényekről és hogyan működik a természetes életciklus. Emellett komposztálással is foglalkozunk, hogy az elhasznált ételmaradékokat ne csak kidobjuk, hanem újra hasznosítsuk és tápanyagként használjuk a kertben.





# Napsugár - Vadvirág Krónika

## Hulladékcsökkentés és újrahasznosítás

Az óvodánkban arra ösztönözzük a gyerekeket, hogy gondoskodjanak arról, hogy kevesebb hulladékot termeljenek. Újrahasznosítjuk a papírt, műanyagot és más anyagokat, és bemutatjuk nekik, hogyan lehet azokat kreatív módon újrahasznosítani.

## Zöld kirándulások és projektek

Az örökös zöld óvoda részt vesz zöld projektekben és kirándulásokon is. Például látogatunk olyan helyekre, ahol megismerhetjük a természet csodáit, és azt is, hogyan kell óvni azokat. Ezek a kirándulások és projektek lehetőséget adnak a gyerekeknek arra, hogy élvezettel tanuljanak a természet és a környezetvédelem fontosságáról.

## Az örökös zöld óvoda közössége

Az örökös zöld óvoda nem csak egy hely, hanem egy közösség, amelyben mindenki együtt dolgozik a környezetvédelemért és a fenntarthatóságért. Minden gyerek és szülő is fontos része ennek a közösségnek, és együtt tehetünk a környezetünkért.

Köszönjük, hogy velünk vagytok az Örökös Zöld Óvodában, és reméljük, hogy együtt még sokat tehetünk a környezetünkért és a Földünkért!





# Napsugár - Vadvirág Krónika

## HOGYAN LEHETÜNK ELÉG JÓ SEGÍTŐI GYERMEKEINK ÉRZELMI NEVELÉSÉNEK?

Nem válunk a gyermekek bizalmasává és érzelmi nevelésüket elég jó segítőivé azonnal. Néha a gyerekek olyan helyzeteket hozhatnak fel, amelyek kiválthatják a saját érzelmeinket hasonló helyzetekről. Ezeket a pillanatok fontos felismerni, mert felismerés nélkül nehezebbé tehetik a bizalom kialakításának folyamatát és a gyerekekkel való eredményes kapcsolatteremtést, ami azonban az elég jó segítségnyújtás alapja az érzelmi nevelés folyamatában. Tehát, mi történik, ha egy olyan helyzetre adott érzelmi reakciónk van, ami megnehezíti, hogy bele tudjunk érezni az adott gyermek/gyermekek érzelmeibe.

Kihívást a jelentő helyzetek esetén a hatékony megoldás 7 pontja:

1. Tegyük fel, a gyermek megüti egy társát. Az első dolog, hogy felismerjük, hogy nekünk, felnőtteknek saját érzelmi reakciónk van a helyzetre. Nem kell abban a pillanatban megértenünk, hogy honnan jönnek az érzéseink, vagy milyen emlék váltja ki. Elég, ha megértjük, hogy saját személyes reakciónk van.
2. Próbáljuk meg visszatartani a saját érzelmi reakciónkat. Nem figyelmen kívül hagyást jelent ez, csak először a gyermeknek való segítségnyújtás a cél, és ha az megvalósult hatékonyan, akkor utána vissza lehet térni a saját érzelmi szükségletekre. Néhányan hasznosnak találják a vizuális technikát, és a képi ábrázolást ezekben a helyzetekben. Például elképzelik, hogy érzelmeiket egy dobozba teszik, majd a dobozt egy időre egy szekrény polcára helyezik, hogy később visszatérhessenek hozzá, amikor már van rá idejük.
3. Utána, amikor például már eltettük a dobozba a saját szükségleteinket későbbre, kérdezzük meg magunkban: Mit érezhet a gyerek? És mire lenne most szüksége?
4. Tegyük a gyermek szükségleteit első helyre és próbáljuk meg az érzelmi nevelést alkalmazni.
5. Érzelmi nevelést támogató kommunikációs javaslatok a gyermek érzelmi állapotához való kapcsolódásra:
  - *Most biztosan nagyon tehetetlenül / reménytelenül / frusztráltan / boldogan, szomorúan / csalódottan / etc. lelkesen érezed magad.*
  - *Oh, hát ez tényleg borzalmasan hangzik.*
  - *Lehet most szomorú / vagy (érzelmeik közül beilleszteni) dühös vagy / voltál.*
  - *Bárcsak ne mentél volna át ezen.*
  - *El sem tudom képzelni, milyen szomorú lehetsz most.*
  - *Hát én is így éreznék a helyedben.*
  - *Ez engem is megijesztene.*
  - *Ez nagyon kellemetlen lehetett neked.*
  - *Lehet így éreztél magad, mintha elsüllyednél a padlón.*
  - *Ez bosszantó lehet/ett.*
  - *Nagyon zavarhat/ott ez téged.*
  - *Ez dühítően hangzik.*





# Napsugár - Vadvirág Krónika

- Ez nagyon ijesztően hangzik.
- Hú, hát ez nagyon sokkolónak hangzik.
- Ez nagyon izgalmas lehetett!
- Ez nagyon menő!
- Fantasztikusan hangzik!
- Ez milyen jóóóó!
- Most biztos nagyon lelkes vagy!

## 6. Határok felállítása, és a probléma megoldása

1. Szabjunk határokat a nem elfogadható viselkedésnek. Itt közöljük a gyermekkel kapcsolatos érzéseinket, Személyét és személyiségét ért minősítés nélkül. Tudatjuk a gyermekkel, mi az elfogadhatatlan, és mi elfogadható. Rövid egyszerű mondatokban elmagyarázzuk, hogyan érzünk és tisztázzuk az értékeinket, a szabályokat, és azt, ami az adott közösségre (család, játszótér, kisközösségek, etc.) vonatkozik.
2. Ne használjunk minősítést, kritikát, és más gyermekekkel való összehasonlítást a probléma megoldása közben.

## 7. Hogy zajlik ez a gyakorlatban? Szituációs példa:

Egy 6 éves kisfiú megüti egy másik gyermeket a játszótéren játék közben.

Kerüljük el: Laci, te nagyon rossz vagy! Menj a padra és ülj le!

Használjuk:

**Laci, mi nem ütjük egymást a játszótéren.**

(Tudatjuk a gyermekkel, mi az elfogadhatatlan.)

**Tudom, hogy mérges vagy,**

(Segítünk neki az érzelmének megnevezésével abban, hogy találkozzon önmagában az adott érzelem nevével, amit a testében érez.)

Fontos: Mivel a gyerekek még nem tudják sokáig megnevezni az érzelmeiket, csak átéljük őket, ezért hosszú ideig segítségre van szükségük arra, hogy a bennük zajló érzelmeiket megtanulják megnevezni.)

**De használj szavakat, ne a kezedet.**

(Rövid mondatban elmondjuk, mi a szabály akkor, ha valaki mérges.)

**Kérj elnézést a kisfiútól (kislánytól) és mondd el neki, miért vagy mérges.**

(Segítséget adunk a gyermeknek abban, hogy a kialakult helyzetet megfelelően tudja kezelni.)

Szilajné Bárdos Mia  
gyógypedagógus





# Napsugár - Vadvirág Krónika

## FEJLŐDIK A BESZÉD

"Mikor a gyerek gőgicsél,  
Isten tudja, mit beszél!  
Csak mosolyog és integet...  
Mit gondol? Mit mond? Mit nevet?"  
(Gárdonyi G.)

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. Mindezt a nyelv teszi lehetővé, amelyet meg kell tanulnunk érteni és létrehozni, hogy a kommunikáció eszközeként tudjuk használni.

Valóban a természet egyik csodája, hogy a gyerek hároméves korára képes birtokban venni az anyanyelvét (akár többet is!), megérti a hozzá intézett beszédet, és mag is létre tudja hozni beszélt formáját. Anyjával, a környezettel való eddigi kapcsolattartást, a testi kontaktust egyre inkább a szóbeli kommunikáció váltja fel.. A „Szeretlek!” vagy az „Ügyes vagy!” mondatok hasonló érzetet kelthetnek, mint egy ölelés vagy simogatás. A „Nem szeretlek!” a gyermekben valódi fájdalmat kelt, és úgy is éli meg, mint a valódi eltaszítottságot.

### *Hogy tanul meg beszélni?*

Napjainkban a kutatók egyetértenek abban, hogy a nyelvelsajátítás nem pusztán utánpótlás eredménye. A gyermek megfigyeli a környezetében beszélőket, elemzés alá veszi a kapott „inputot” (bevitt jeleket), azaz a nyelvi mintát, és próbálja felfedezni annak összetevőit, és szabályait, törvényszerűségeit. Így fedezzük fel anyanyelvünk beszédhangjait, amelyek építőelemei a szavaknak, a hozzájuk kapcsolódó képzőknek, jeleknek, ragoknak. Megtanuljuk a nyelvtant, azaz az elemeket egymáshoz kapcsolni, olyan szókapcsolatokat, mondatokat is létrehozni, amelyeket még senkitől sem hallottunk, mégis megfelelnek az anyanyelvünk szabályainak. Végül birtokba vesszük azt a tudást is, hogy lehet az anyanyelvünket legjobban úgy használni, hogy a környezetünkből kiválsuk a szándékaiknak megfelelő cselekvést. Rájövünk arra, hogy bizonyos szavak, szerkezetek jobban működnek, mint mások. Ha azt mondom: „Sétálunk, Papa?”, erre azt feleli: „Nem”, mert nagyon fáradt. Ha viszont azt mondom: „Veled szeretek a legjobban sétálni a világon, Papa!”, akkor célba érek, hiszen bármilyen fáradt, mégis mindig elvisz sétálni. A végső cél: a nyelv és a beszéd eszközként való alkalmazása abban a környezetben, kultúrában, amelyikbe beleszülettünk.





# Napsugár - Vadvirág Krónika

*Tudnunk kell, hogy rajtunk is múlik gyerekünk fejlődése. A kommunikációs igényére megfelelően válaszoló szülő segíti képességei fejlődését. Így tegyünk:*

- Figyeljük úgy gyerekünket, hogy fel tudjuk ismerni kifejező, kapcsolatteremtő vágyát, testbeszédét, nevetését vagy szavait, azaz vegyük észre, ha hangadással, gesztussal vagy szavakkal közlendőjét jelzi. Adjunk elég időt kettőnk arra, hogy

- egymás válaszai is megszülessenek. Teremtsük meg a válaszadás lehetőségét, várjuk ki türelmesen a válaszát. Mindig rövid és egyszerű, jól érthető mondatokban beszéljünk hozzájuk. Játékosan kísérjük és értelmezzük érdeklődésének tárgyát, irányát, például ha az autója felé fordul, azt mondjuk: "Igen, ott van az autó. Szép piros autó. Kéé ez az autó? Hogy megy az autó?"

- Játsszunk vele sokat bújócskát, „kukucs” játékot, göcögtetőket, labdajátékokat úgy, hogy játékaink közben váltakozzanak a szerepek! Az egyszerű rímes versek, dalok nagy örömet szereznek ebben az életkorban. Külön élmény a finom testi érintés, mely biztonságot nyújt. A legnagyobb élvezet mégis a göcögtető csattanójánál van, ahol valami igen kellemes, csiklandós érzet kapcsolódik össze a mozgással, a beszéddel. A csattanó késleltetése játék lehet a kommunikáció fenntartására. Aztán már jöhet a nevetés, amely a fénypontja a közös együttlétnek. Erre az élményre, a felhőtlen együttlétre egész életünkön át emlékezünk.

- Csináljunk kedvet a beszédhez, érezhessék, beszélni, a másik emberrel kapcsolatot tartani nagyon jó dolog!

- Vezessük rá, hogy a beszélgetéssel tudjunk egymással közölni a dolgokat, így tudjuk kifejezni érzéseinket! Elmondhatjuk, mit akarunk, és azt is, hogy mit nem. Együtt tudunk örülni, vicces történeteket mesélünk egymásnak, amin jókat lehet nevetni, még ha azok a vicces dolog nem is velünk történtek meg, hanem a mese szereplőivel.

- Segítsük felismerni, hogy a beszéddel hatni tudunk a másik emberre, és a használata is igen szórakoztató, azaz játszani is lehet vele!

- Örüljünk és támogassuk, ha játszani akar az anyanyelvével: ha új szavakat talál ki, titkos nyelven beszél (pl. Tur-guc ir-gigy ber-ge-szér-gér-nir-gi?), visszafelé mondja ki a szavakat, vagy mindig az ellentétét mondja annak, amit éppen akar. Próbáljunk meg bekapcsolódni, hasonló módon beszélni. Faragjunk rímeket, találjunk ki érdekes történeteket! Ez a játékoság őt is arra készíti, hogy kreatívan közelítsen anyanyelvéhez.







# Napsugár - Vadvirág Krónika

*Mit tegyünk, ha nehézségei mutatkoznak a beszéd használatában, a szavak kiejtésében?*

Tudjuk, hogy vannak a beszéd-és nyelvi fejlődésnek nehezebb szakaszai, amelyek „túlélését” támogatással kell segítenünk. Ilyen a „Mi ez?” korszak. Ez a két éves kor körüli szókincsrobbanás időszaka, amikor igen rövid időn belül megugrik a gyerek aktív szókincsének mennyisége. Ilyenkor szinte egész nap azt kérdezi, az őt körülvevő tárgyakra rámutatva, „Ez mi? „Ez mi ez? Mi történik? A tárgy-hangsor-jelentés kapcsolat kiépülésének lehetünk szemtanúi. Amikor rámutat egy tárgyra és azt kérdezi: „Ez mi?”, akkor tulajdonképpen azt firtatja, hogy mi (a környezet) hogy hívjuk ezt a tárgyat, mert ő is úgy szeretné megnevezni, azt a nyelvet beszélni, erre a tárgyra azt mondani, amit mi. Mi a feladatom nekem, mint szülőnek ebben a korszakban? Lelkesen válaszolni, a tanulandó szavakat pontosan kiejteni, őt magát a kiejtésben nem javítani, és végig kitartónak és támogatónak maradni. A gyerek ebben a helyzetben azt is élvezi, hogy közben állandóan kapcsolat tart a környezetével. A kérdései megszólítás, kapcsolatfelvétel a körülötte lévőkkel. Ebben a helyzetben a kommunikáció elutasítása (Már százszor mondtam, hogy mi ez! Nem mondom többször!) nem pusztán a szókincsfejlődésében gátolhatja meg, hanem a kommunikációs kedvét is elveheti.

A felnőttekétől eltérő kiejtését soha ne figurázzuk ki, ne szégyenítsük meg ezért. A gyerek eltérő, meg-megakadó kiejtését figyelembe sem vesszük, arra nem reagálunk. Egyszerűen megismételjük azt, amit mondott, a helyes formában a közlés tartalmára koncentrálva: „Szereted a kakaót?” , „Még kérsz enni?”. Értelmezzük is: megyünk és készítünk neki finom kakaót, illetve kenünk még egy vajas kenyeret. Ebben az úgynevezett „korrigált visszajelzésben” nem a formára (a rossz kiejtésre) koncentrálunk, hanem szigorúan a közlés tartalmára. Ezzel lehetőséget adunk a két forma (a szülőé és a sajátja) összehasonlítására. Nem próbálunk rá nyomást gyakorolni a pontosabb ejtés érdekében, nem is gúnyoljuk ezért.

Javasoljuk:

- ☺ Ha a csecsemőkori gögicsélést nem váltja fel a gagyogás, vagy a gagyogás néhány hét alatt elsatnyul, monotonná válik, keressünk fel gyermekaudiológiai szakrendelést!
- ☺ Ha a gyerekünk beszéde két-két és fél éves koráig nem indult meg, felétlenül vegyük igénybe koraifejlesztő-logopédus szakember segítségét, keressünk fel egy beszédindító korai fejlesztő központot!
- ☺ Ha az artikuláció, a beszéd érthetősége négy-ötéves korra nem javul jelentősen, nyolc-tíz hangzót még mindig hibásan ejt, keressünk fel logopédust!
- ☺ Az iskolába lépés előtt egy évvel minden beszédhangejtési hibával forduljunk logopédushoz! Az olvasás-írás tanulásának egyik feltétele a tiszta beszédhangejtés.





# Napsugár - Vadvirág Krónika

☺ Ha gyakori nátha vagy felsőlégúti betegségek jellemzőek gyerekünkre, keressünk fel gyermek fül-orr-gégész szakembert, vagy gyermekaudiológust, hogy tisztázzuk, hátráltatják-e ezek az állapotok gyerekünk beszédhanghallásának fejlődését.

## Felhasznált irodalom:

- 1.) Payne K. J.(2009): Gyerekeink játéka, Budapest. Kláris Kiadó
- 2.) Goebel W.- Glöckler M. (2006): A nagy gyerek-kalauz. Budapest, Dr. Szőke Henrik
- 3.) Stoppard M. (2003): Mit tud a gyerek? Budapest, Park Kiadó
- 4.) Kenesei I. (2000) A nyelv és a nyelvek. Budapest, Corvina Kiadó (online elérhető: <http://www.nytud.hu/nyelv> es nyelvek)
- 5.) Mérei F.-V. Binét Á. ( 1993): Gyereklélektan. Budapest, Gondolat Kiadó
- 6.) Pléh Cs.-Palotás G.-Lőrinc J.(2002): PPL Nyelvfejlődési szűrővizsgálat. Budapest, Akadémiai Kiadó
- 7.) Gósy M. (1997): Beszéd és óvoda. Budapest, Nikol Kkt.
- 8.) Fehérné Kovács Zs. - Mácsainé Hajós K. - Szebényiné Nagy É. (2004): Együtt lenni jó... Budapest, Logopédiai kiadó
- 9.) Szabó B. (2002): Mozdulj rá! Mozgással kísért vers- és mondókagyűjtemény. Budapest, Logopédiai kiadó
- 10.) Kenneth L. Grizzle,-D. Simms (2006): Korai nyelvi fejlődés és az ezzel összefüggő tanulási nehézségek. Gyerekgyógyászati Továbbképző Szemle.
- 11.) Neumann S.(2006): Beszéljünk együtt! Budapest, Mosolyogj bátran! Közhasznú Egyesület, ELTE BGGYK, Demoszthenesz Egyesület
- 12.) 1993. évi LXXIX. törvény a közoktatásról
- 13.) Gopnik A.- Kuhl P. Melzoff A. (2008): Bölcsék a bölcsőben. Budapest, Tiporex Kiadó

*Csécsei Edit logopédus*





# Napsugár - Vadvirág Krónika

Kedves Szülők!

**Tóth-Pap Erika** vagyok, a Budapest XVI. kerületi Napsugár Óvoda valamennyi telephelyének szociális segítője. Húsz éve dolgozom a szociális és gyermekjóléti alapellátás területén, melynek elsődleges célja és feladata, hogy segítséget nyújtson a gyermekek családban történő nevelkedéséhez, és elősegítse a gyermekeket érintő veszélyeztető körülmények észlelését és megszüntetését.

A XVI. kerületben a **Napraforgó Család-és Gyermekjóléti Központ és Szolgálat** ingyenesen elérhető szolgáltatások biztosításával támogatja a fenti célokat. A Központ szolgáltatásai többek között az alábbiak: pszichológiai tanácsadás, jogi tanácsadás, mediáció, pár-és családterápia, szülőkonzultáció, kapcsolattartási ügyelet, adományok közvetítése, álláskeresés segítése, adósságkezelési tanácsadás, valamint különböző klubok (Alzheimer betegek hozzátartozóinak klubja, Baba-mama klub, Kamasz klub, Gázoló kiránduló klub, stb.).

Bővebb információk és elérhetőségeink: <https://www.napraforgo16.hu/hirek>

**Mit jelent az óvodai szociális segítség?** 2018 óta létezik kerületünkben ez a tevékenység, melyet a Napraforgó Központ szolgáltatásként biztosít a kerület intézményeinek és családjainak. Szociális segítőként feladatom a szoros együttműködés a Napsugár Óvoda minden dolgozójával, akik a gyermekekkel napi szinten kapcsolatba kerülnek. Jelen vagyok az óvodai csoportokban, a felmerülő kérdések mentén konzultálok az óvodapedagógusokkal, a tagintézmény-vezetőkkel, a gyermekvédelmi feladatokkal megbízott kollégákkal, valamint az óvoda további szakembereivel (pl. óvodapszichológus, gyógypedagógus, illetékes védőnő). Aktív résztvevője vagyok a gyermekvédelmi jelzőrendszer működtetésének azzal, hogy a nevelési-oktatási, egészségügyi és szociális/gyermekjóléti intézmények közötti információáramlást segítem. Munkám középpontjában a prevenció (megelőzés), a tanácsadás, a tájékoztatás, valamint az információ-és segítségnyújtás állnak.

## Milyen típusú problémákkal érdemes hozzám fordulni?

- óvodai nehézségek (pl. magatartási/beilleszkedési problémák, óvodakötelezettséggel kapcsolatos problémák, konfliktushelyzetek az óvodában)
- szociális problémák (pl. anyagi nehézség, hátrányos helyzet, támogatásokhoz való hozzájutás lehetőségei)
- családon belüli konfliktusok (pl. szülők között, szülő-gyermek között, bántalmazás, válás, nevelési kérdések)
- nehezített élethelyzet, családi életvitellel összefüggő nehézségek (pl. betegség, haláleset, elhanyagolás, külföldi munkavállalás stb.)
- függőségek a családban





# Napsugár - Vadvirág Krónika

## Hogyan tudok segíteni?

- egyéni tanácsadással, segítő beszélgetéssel, konzultációval, segítségnyújtással a probléma kezelésében
- esetmegbeszélésen/esetkonferencián való aktív részvétellel
- személyes részvétellel a szülő és az óvodapedagógus közötti megbeszélésen: mindketten kérhetik, hogy legyek jelen a megbeszélésen (vitás esetben közvetítőként segíthetem az óvoda és a szülő között fennálló konfliktus rendezését)
- veszélyeztetető helyzetben szakmai tanácsokkal támogatom a tagintézmény vezetőjét a jelzés megtételének szükségességéről; szükség esetén jelzést teszek a Központ/Szolgálat felé
- rendszeresen konzultálok a Központunkkal/Szolgálatunkkal már együttműködésben álló családok családsegítőjével, esetmenedzserével
- információt nyújtok az elérhető szolgáltatásokról, a szociális rendszer működéséről, segítséget nyújtok ügyintézésben.

**Keressenek bizalommal hétköznapokon 8 és 17 óra között az alábbi elérhetőségeimen:**

Tóth-Pap Erika

Tel.: +3620/267-3341

E-mail: [toth-pap@napraforgo16.hu](mailto:toth-pap@napraforgo16.hu)





# Napsugár - Vadvirág Krónika

## PETHŐ VERONIKA BEMUTATKOZÁSOM

„ A gyermek olyan,  
mint egy pillangó a szélben,  
Néhány magasabbra tud repülni,  
mint mások, de mindegyik  
A legjobb tudása szerint repül.  
Miért is hasonlítanád össze őket?  
Mindegyik más,  
Mindegyik különleges,  
Mindegyik gyönyörű.”  
(Ismeretlen szerző)

2009 év szeptemberében kezdtem el óvodapedagógusként dolgozni. Az Apor Vilmos Katolikus Főiskola Óvodapedagógus és Hagyományismeret szakára jártam. Szeptemberben kezdtem el 13. éve dolgozni szeretett intézményünkben. A pályafutásomban motivált, hogy édesanyám óvodapedagógus és van két kisebb testvérem. Akik kicsik voltak még mikor erre az útra kezdtem terelődni, majd lépni. Szüleim szeretetteljes nevelése is nagyban hozzájárult, hogy ezt a szép hivatást választottam. A gyermekeket nagyon szeretem gyerekkorom óta. Ezért is mondhatom el, hogy hivatásomnak tekintem. Legfontosabbnak a gyermek lelki, testi, értelmi szükségleteinek kielégítését tartom. Családom által a vidék szeretete egész gyerekkorom óta elkísért és így közel kerültem a néphagyományokhoz, melyek szeretete egész életemen át elkísértek. Nagyon sok hétvégét és egész nyarakat töltöttem vidéken, ahol az egész vidéki élet, természet szeretete, a hagyományok magával ragadtak. Szerettem volna a gyermekeknek ezt a kincset átadni. Vallom, hogy gyökereink ismerete nélkül nem élhetünk teljes életet. Ezt mi óvodánkban, mi csoportunkban nagyon fontosnak tartjuk és megvalósítjuk az ünnepek teljes megélésével. Úgy hiszem így lehet a magyar nemzeti öntudat érzését kialakítani a gyermekek szívében. Melyet elérni a néphagyományok felelevenítése - a népmesék mesélése népdalok éneklés, népi játékok eljátszása és zenehallgatás segítségével lehet. Ezek is sokban színesítették a munkámat, a tanultakat beépítettem a mindennapjaimba sikereket értem el általa. Elvégeztem értékrendemhez is nagyon közel álló tanfolyamokat. A pompás napok, a pozitív nevelési tanfolyamot az egész nevelőtestülettel, Boldogságóra képzést. A gyermekekkel való mindennapjaimban próbálom átadni a kincseket, amelyeket kaptam a megemléített továbbképzések által. Céloom boldog, egészséges gyermekek nevelése, akik szeretik, segítik, tisztelik Szüleiket, Testvéreiket, Nagyszüleiket, Rokonaikat, Barátaikat és az őket körülvevő embereket. A természetet, hagyományainkat is. Szeretném elérni, hogy az óvodai nevelésük által kapott értékeket, kincseket elvigyék és továbbadják életük során.





# Napsugár - Vadvirág Krónika

## MÉHECSKE CSOPORT

Nagycsoportos lettünk, néhány kivétellel szinte mindenki a csoportban tanköteles korú.

Mivel iskolába készülünk, kiemelt szerepet kap a felkészítés, de óvoda révén, a játék a legfontosabb elfoglaltságunk. Egyre ügyesebbek, az önkiszolgálásban egyre önállóbbak lettek és szívesen segítenek egymásnak a mindennapi életben. Szervezetten, mint a naposság, vagy spontán helyzetekben is. Napközben sok-sok mesét hallgatunk, verset mondogatunk, énekelünk, hogy a mesei fordulatokat, verseket, dalokat önállóan, maguktól is használják, mondjanak, vagy akár alkossanak is meséket. Figyeljük és ismerkedünk a minket körülvevő világgal, különböző technikákkal rajzolunk, festünk, barkácsolunk. Rengeteget mozgunk és eközben a gyerekek észre sem veszik, hogy mennyi mindent tanulnak a szervezett és a szabad játékok közben.

Fontos szerepet játszik az óvodai életünkben a magyarságtudat, a hagyományok tisztelete és őrzése, melyeket az ünnepek köré építünk. Az óvodán belüli programokon kívül a közeli könyvtárba is többször el fogunk látogatni, ünnepekhez kapcsolódó tevékenységekre. Egész évben vidáman használjuk a műfüves udvarunkat, szeretünk kint lenni a szabad levegőn, és sokat mozogni





## JÁTÉKOS ISKOLAÉRETTSÉG: OTTHONI RÉSZKÉPESSÉG FEJLESZTÉS GYERMEKÜNK SIKERÉÉRT

Kedves Szülők!

Szeretettel üdvözljük Önöket óvodánk újságjában! Ma olyan fontos témáról szeretnénk beszélni, amely minden szülőt érint: az iskolaérettségről és annak az otthoni játékos fejlesztéséről.

Az iskolaérettség azt jelenti, hogy gyermekünk mentális, érzelmi és fizikai képességei megfelelőek az iskolai tanuláshoz. Annak érdekében, hogy gyermekünk sikeresen és magabiztosan induljon az iskolai pályafutására, fontos előkészületeket tenni. Az otthoni környezet az egyik legfontosabb hely, ahol ezeket a képességeket fejleszthetjük.

Melyek azok a kulcsfontosságú képességek, amelyekre oda kell figyelni?

**Szociális Képességek:** A szociális képességek alapvetőek az iskolai sikerhez. Képzeld csak el, hogy a gyermekünk hogyan tanulja meg megosztani, várni a sorát, és másokkal együttműködni. Otthon segíthetünk ezeknek a képességeknek a fejlesztésében, játszunk közösen társasjátékokat, és bátorítsuk gyermekünket a barátkozásra.

**Nyelvi Képességek:** A beszéd és a kommunikáció fejlesztése kulcsfontosságú. Meséljenek gyakran gyermeküknek, olvassanak nekik könyveket, és bátorítsák őket, hogy beszélgessenek és kérdezzenek. Ez segíti a szókinccs és a kommunikációs képességek fejlődését.

**Motoros Képességek:** Az iskolai sikerhez fontosak a finommotoros és nagymotoros készségek. Rajzolás, vágás, ragasztás és egyensúlyozás segíthet a motoros készségek fejlesztésében. Játsszunk olyan játékokat, amelyek finommotoros képességeket igényelnek, például építőjátékokat vagy színezést.

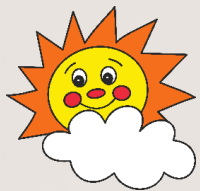
**Önállóság:** Az önállóság és az alapvető önálló tevékenységek, mint az öltözködés vagy a kézmosás, fontosak az iskolába való sikeres átmenethez. Bátorítsuk gyermekünket az önálló cselekedetekben, és segítsük őket az önállóság fejlesztésében.

**Kreativitás és Képzlet:** Az iskolai tanulás sokszor kreatív gondolkodást igényel. Képzletet és kreativitást fejleszthetünk otthon a szabad játékkal, meseírással vagy együtt alkotások készítésével.

Az otthoni játékos fejlesztés a legjobb módja annak, hogy gyermekünk magabiztosan és boldogan lépjen az iskolai életbe. Ne feledjük, hogy minden gyermek egyedi, és fejlődése egyéni ütemben zajlik. Legyenek türelmesek és élvezzék az együtt töltött időt a játékos tanulás során.

Bízunk benne, hogy ezek a tippek segítenek Önöknek abban, hogy gyermekük iskolaéretten és lelkesen induljon az iskolai évbe.





# Őszi Ünnepek



MOBILITÁS HÉT,  
AUTÓMENTES NAP



ÁLLATOK VILÁGNAPJA



MÁRTON NAP



EGÉSZSÉGNAP







# Napsugár - Vadvirág Krónika

## MOBILITÁS HÉT, AUTÓMENTES NAP

### A Mobilitás hete az óvodánkban

Tudjátok, mi az a Mobilitás hete? Ez egy olyan különleges hét, amikor az emberek arra ösztönzik egymást, hogy környezetbarát és egészséges közlekedési módokat válasszanak. Az óvodánkban is ünnepeltük ezt a fontos hetet, és most mesélünk róla nektek.



### Ügyelj a Környezetre!

A Mobilitás Hete során az is fontos volt számunkra, hogy vigyázzunk a környezetre. Tudjátok, hogy a túlzott autóhasználat káros lehet a levegőre és az élővilágra? Ezért fontos, hogy időnként más közlekedési módokat is válasszunk. Ezzel segíthetünk a Földünknek.

### Az Egészségünkre is Figyeltünk!

Az óvónénik és szüleink is megmutatták nekünk, hogy mennyire fontos a testmozgás az egészségünk szempontjából. A biciklizés, a gyaloglás és a más sportok segítenek erősnek és egészségesnek maradnunk.

### Ovis program Flóra néni vezetésével

Kedves Szülők!

Szeretettel köszöntünk titeket az óvodánk újságjában! Ma arról szeretnénk beszélni nektek, hogy miért olyan fontos a mobilitási hét és az autómentesség az óvodánkban, és hogyan segíthetitek gyermeketeket és az óvodát ebben a kezdeményezésben.

A mobilitási hét egy olyan esemény, amikor arra ösztönözzük az óvodásokat és a szüleiket, hogy ne autóval, hanem gyalog, kerékpárral, rollerrel vagy más környezetbarát közlekedési eszközökkel érkezzenek az óvodába.

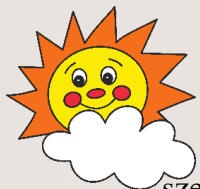
De miért is olyan fontos ez?

Először is, a mobilitási hét segít környezetünk megóvásában. Az autók sok szén-dioxidot bocsájtanak ki a levegőbe, ami hozzájárul a klímaváltozáshoz. Amikor kevesebb autóval közlekedünk, kisebb lesz a levegőszennyezés, és tisztább levegőt biztosíthatunk gyermekünknek és másoknak.

Másodszor, a mobilitási hét jó alkalom arra, hogy megtanítsuk gyermekünknek a biztonságos közlekedést. Gyalogolni vagy biciklizni együtt az óvodába lehetőséget nyújt arra, hogy beszéljünk a közlekedési szabályokról és a biztonságos viselkedésről az úton.

Harmadszor, a mobilitási hét elősegíti a gyerekek egészséges életmódját. A gyaloglás és a biciklizés remek mozgásforma, ami erősíti az izmokat és jó hatással van a gyermek testi és





# Napsugár - Vadvirág Krónika

szellemi fejlődésére is. Az egészséges életmód példával szolgál a gyerekeknek, és ösztönzi őket a mozgásra.

Az autómentesség tehát nem csak az óvodánk környezetének javát szolgálja, hanem az egész közösségnek és a gyerekeknek is.

Hogy hogyan segíthettek ebben a kezdeményezésben?

1. Próbáljátok ki a mobilitási hetet! Gyalogoljatok, bringázzatok vagy használjatok más környezetbarát közlekedési eszközöket legalább egy héten át az óvodába való bejutáshoz.
2. Beszéljétek a gyerekeiteknek a közlekedési szabályokról és a biztonságos közlekedés fontosságáról.
3. Támogassátok az óvoda kezdeményzéseit, amik a mobilitási hét és az autómentesség elősegítését szolgálják.
4. Legyetek jó példaképek gyerekeitek számára az autómentes közlekedésben.

Köszönjük, hogy segítitek óvodánkat a környezettudatos gondolkodás és a gyerekek egészségének előmozdításában. A mobilitási hét és az autómentesség hozzájárulhat a jobb jövőhöz, amiben gyerekeink boldogan és egészségesen élhetnek.

Mindenkinek jó közlekedést kívánunk!

Szeretettel,  
Az óvodai nevelőtestület



## Az öröm a mobilitásban

A Mobilitás Hete alatt sokat tanultunk a környezetről és a közlekedésről. Rájöttünk, hogy a közlekedés lehet szórakoztató és egészséges dolog, és közben még a környezetet is védhetjük. Reméljük, hogy a gyerekeknek is tetszett az idei Mobilitás Hete, és talán mostantól ők is többet fognak sétálni, bringázni vagy más környezetbarát közlekedési módot választani!





## ÁLLATOK VILÁGNAPJA

Október 4. egy különleges nap az egész világon, mert ez az Állatok Világnapja! Ezen a napon az állatokról és azok fontosságáról beszélünk, és arra emlékeztetünk, hogy nekünk is felelősségünk van az állatok iránt.

### Miért fontos az állatok világnapja?

Az állatok világnapja egy olyan nap, amikor arra ösztönöznek minket, hogy gondolkodjunk az állatokról és a természet sokféleségéről. Az állatok nélkül a Föld nem lenne, és ezért fontos, hogy vigyázzunk rájuk és tiszteletben tartsuk őket.



### Mit tanultunk az óvodában?

Az óvodánkban az állatok világnapján sokat tanultunk az állatokról. Megbeszéljük, hogy az állatoknak is szükségük van ételre, vízre és meleg helyre, csakúgy, mint nekünk. Továbbá azt is megtanultuk, hogy az állatok különbözőek lehetnek, és mindegyiküknek másfajta szükségletei vannak.

### Az állatok iránti szeretetünk megnyilvánulása

Az Állatok Világnapján az óvodánkban sokféle módon fejeztük ki az állatok iránti szeretetünket. Készítettünk rajzokat és kézműves alkotásokat az állatokról, és a kedvenc plüssállatainkkal is játszottunk. Emellett az óvónénik meséket is olvastak nekünk az állatokról és azok kalandjairól. Ovis program [itt](#)



### Az állatok világnapján Te is tehetsz valamit!

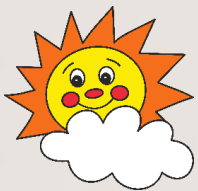
Az Állatok Világnapja arra is emlékeztet minket, hogy mi is tehetünk az állatokért. Például találunk egy macskát, kutyát, lehet nem tudunk a gazdája lenni, akkor is valamilyen módon segítsük őket új „családot” találni neki. talán a bennük lévő Chip segítségével meg is találhatjuk a gazdáját. Állatotthon is elvihetjük, menedzselhetjük a médiák segítségével a minél gyorsabb otthonra találásban. Így mi is segíthetünk abban, hogy az állatok boldogabbak legyenek.

Amennyiben állatot szeretnél otthonra, mentett állatot is hazavihetsz, ami természetesen nagy felelősséggel jár. Menhelyeknek segíthet a család. kutyasétáltatással.

### Köszönet az állatoknak

Az Állatok Világnapján különösen fontos, hogy köszönetet mondjunk az állatoknak, amiért részei a természetnek és az életünknek. Legyünk hálásak a kutyáknak, macskáknak, madaraknak és mindenféle állatnak, akik velünk vannak ezen a Földön és színessé teszik a mindennapjainkat.





# Napsugár - Vadvirág Krónika

## Állatok napja az óvodában

Az állatok napját 1931 óta október 4-én Assisi Szent Ferenc halálának napján ünnepeljük. A legenda szerint Assisi Szent Ferenc értette az állatok nyelvét és beszélni is tudott velük. Ezen a napon az állati lét minden formája ünnepelt. A világ minden táján számos templomban az október negyedikéhez legközelebb eső vasárnapon megáldják az állatokat. E nap célja felhívni az emberek és a kisgyermekek figyelmét a vadon élő állatok védelmére, a felelős háziállattartásra valamint az ember és az állat közötti együttélés szabályaira. Október negyedikét azért választották ennek a jeles napnak, mert ez Assisi Szent Ferenc, az állatok és a természet pártfogójának is az ünnepnapja. Ez a természetvédelmi zöld jeles nap nem világnap, hanem egy ünnepnap. Az óvodában ezt a zöld jeles napot komplex módon, a tevékenységeket fokozatosan egymásra építve valósítjuk meg, figyelembe vesszük a kisgyermekek életkori sajátosságait és érdeklődési körét.

### Tevékenységek az állatok napjára:

- állatok mozgásának, hangjának utánzása,
- állatos mondókák, dalok, dalosjátékok felidézése, játszása,
- állatos kifestő színezése,
- kedvenc állat lerajzolása, lefestése,
- különböző terményekből állatok barkácsolása,
- állatképes nyomdával nyomdázás,
- állatos képek gyűjtése, beszélgetés a képeken lévő állatokról,
- állatos képeskönyvek nézegetése,

### kirándulás :

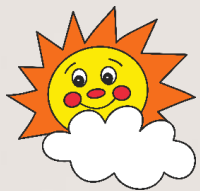
Fővárosi Növény És Állatkert, Budakeszi Vadaspark, Veresegyházi Medveotthon, 16. kerületi Tanyaudvar, kisállatbemutató

- Séta egyik óvodástársunkhoz háziállatok megtekintése céljából.
- Élősarok kialakítása a csoportszobában: afrikai achát csiga, botsáska, díszhalak.
- Kedvenc plüss állatokból kiállítás szervezése a csoportszobában, az óvodában.
- Kedvenc állatos könyvek behozása, nézegetése, beszélgetés a felelős állattartásról.
- Állathangok hallgatása zenei CD-ről, a hallott állatok megnevezése.
- óvodánk udvarán, a kertben, a gyógy-és fűszernövénykertben rovarok, bogarak, madarak: szécinege, közönséges fakopáncs, mátyásmadár, szarka, galamb, csóka, vetési varjú megfigyelése látcsóval, nagyítóval
- A csoportban lévő játékállatokat csoportosítjuk, különválogatjuk, elkészítjük lakhelyüket.
- Állatokkal kapcsolatos szólások, mondások, találós kérdések felidézése.

Magyarországon 1991 óta rendezik meg az állatok napját azért, hogy felhívják mindenkinek a figyelmét a felelős állattartásra. Állatot tartani nagy felelősség. Törekednünk kell állataink igényeinek megismerésére.

Célunk, hogy a gyermekek ismerete gyarapodjon az állatokról, életmódjukról. Az állatok védelmére neveljük őket. Elsősorban rajtunk óvodapedagógusokon, szülőkön múlik, hogy a jövő generációja, hogyan viszonyul az állatokhoz miként alakul ki bennük felelősségérzetük.





## MÁRTON NAP

November elején egy különleges ünnepre készülünk az óvodában, ez pedig a Márton nap! Tudjátok, miért olyan különleges ez a nap? Most mesélünk róla nektek.

### **Ki volt Szent Márton?**

Szent Márton egy ókori katona volt, aki később püspökké vált. Az egyik legismertebb történet róla az, amikor egy hideg téli éjszakán megosztotta a meleg kabátját egy koldussal. Ez az eset azt mutatja, hogy Márton nagyon jószívű és segítőkész volt, és azóta is emlékezünk rá.

### **A Márton napi körmenet**

Márton napot sok országban ünneplik, és az egyik hagyományos esemény a Márton napi körmenet. Az óvodánkban is szokássá vált, hogy egy kis körmenetet tartunk, minden évben az udvaron. Az óvoda minden gyermekek együtt sétál a Márton-napi lámpákkal.



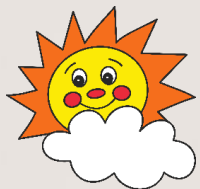
### **A Márton napi liba**

Egy másik hagyomány Márton napon az, hogy libát eszünk. Ez a hús különleges étel, és sok család összegyűlik, hogy együtt ünnepeljen és jóízűen vacsorázzon.

Márton nap kiváló alkalom arra, hogy közelebb kerüljünk egymáshoz és azokhoz, akik rászorulnak. Ez egy olyan ünnep, amely a szeretet és a megosztás ünnepe. Köszönjük, hogy együtt ünnepelhettünk Márton napot az óvodában!

Reméljük, majd mindenki jól érezi magát és sokat tanulhat ezen a különleges napon ebben az évben is.





## EGÉSZSÉGNAP



Minden évben egy különleges napot ünneplünk az óvodánkban, ami a legfontosabb dologról szól: az egészségről. Az Egészségnap egy olyan nap, amikor az egészséges életmód és az egészségmegőrzés fontosságára hívjuk fel a figyelmet. Most el meséljük Nektek, hogyan szokott telni az Egészségnap az óvodánkban.



### Reggeli mozgás és gyümölcsevés

Az Egészségnap délelőttjén együtt mozog az udvaron. Táncoltunk, ugráltunk és futkároztunk. Az óvónénik is csatlakoztak hozzánk, és együtt nevtünk és szórakoztunk. Azután elfogyasztottunk egy finom gyümölcs tízórait, ami tele van vitaminokkal.



### Az egészség és a higiénia fontossága

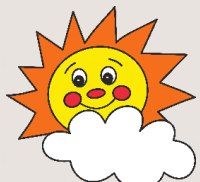
Az Egészségnap során azt is megtanuljuk, hogy a tiszta kéz és fogmosás segít megelőzni a betegségeket. Az óvónénik és bácsi megmutatják nekünk, hogyan kell helyesen mosni a kezünket, és hogyan kell gondoskodni a fogainkról. Ez a tudás segít abban, hogy egészségesek és boldogok maradjunk.



### Az egészséges étrend és testmozgás

Az egészségnap részeként beszélgettünk az egészséges étkezés fontosságáról is. Az óvónénik elmagyarázták, hogy milyen ételek segítenek nekünk egészségesek és erősek maradni. Emellett megbeszéljük, hogy a testmozgás is nagyon fontos az egészségünk szempontjából, és hogy milyen szórakoztató együtt sportolni.





# Napsugár - Vadvirág Krónika



## A boldogság és egészség kapcsolata

Az Egészségnap végén arról beszélgetünk, hogy az egészség és a boldogság összefügg. Az egészséges test és az egészséges lélek együtt járnak. Úgy gondoljuk, hogy ha vigyázunk magunkra, és egészségesen élünk, akkor boldogabbak és kiegyensúlyozottabbak lehetünk.



Az Egészségnap egy kiváló alkalom arra, hogy emlékeztessünk mindenkit az egészséges életmód fontosságára, és arra, hogy az egészség az egyik legnagyobb kincs, amivel rendelkezhetünk.

Legyetek egészségesek és boldogok!





# Téli Ünnepek



ADVENTI  
BARKÁCSDÉLUTÁN



MIKULÁS



KARÁCSONY



MEDVENAP



FARSANG







# Napsugár - Vadvirág Krónika

## ADVENT, ADVENTI BARKÁCSDÉLUTÁN

Az adventi időszak mindig különleges az óvodánkban, hiszen ilyenkor készülünk a karácsonyra és az ünnepi hangulatot teremtjük meg. december elején egy kreatív és vidám eseményen vehettünk részt, az Adventi barkács délutánon.

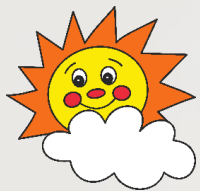
### **\*\*Az Advent kezdetének ünneplése\*\***

Az advent a karácsonyra való készülődés időszaka, négy gyertyát gyújtunk meg az adventi koszorúkon minden vasárnap, hogy jelöljük az ünnep közeledtét. Az Adventi Barkács Délután a hónap elején kerül megrendezésre, és az óvodapedagógusok segítségével készítünk adventi díszeket és koszorúkat.

### **\*\*A kézműves varázslat\*\***

Az adventi barkács délután során minden gyerek különleges kézműves munkát készíthetett tavaly is. Azt mondják, hogy az ajándékokat és díszeket magunk készíteni a legjobb módja annak, hogy azokat valóban a szívünkéből adjuk.





# Napsugár - Vadvirág Krónika

## **\*\*Az Adventi hangulat megteremtése\*\***

Az adventi időszak arra emlékeztet minket, hogy fontos a várakozás és az összetartás. A koszorúnk gyertyái egyre világosabbak lesznek, ahogy közeledik a karácsony, és ezek a gyertyák a reményt és a szeretetet szimbolizálják.



## **\*\*Az élmények értéke\*\***

Az Adventi Barkács-délután nemcsak kreatív tevékenységekről szól, hanem arról is, hogy együtt lehetünk és együtt örülhetünk az alkotásainknak. Ez az esemény arra emlékeztet minket, hogy a karácsony nem csak az ajándékokról szól, hanem az együttlétről és a szeretet megosztásáról is.





## MIKULÁS

December elején minden évben egy nagyon különleges vendég érkezik hozzánk az óvodába - a Mikulás! Idén is izgatottan várjuk az érkezését, és most megosztjuk Önökkel, hogy hogyan ünnepeltük a Mikulás napot.

### Mikor Jön a Mikulás?

A Mikulás minden év december 6-án érkezik Magyarországra. Ez egy hagyományos ünnep, amikor a gyerekek nagyon jók lesznek, hogy a Mikulás kedves ajándékokat hozzon nekik

Készülődés a Nagy Napra

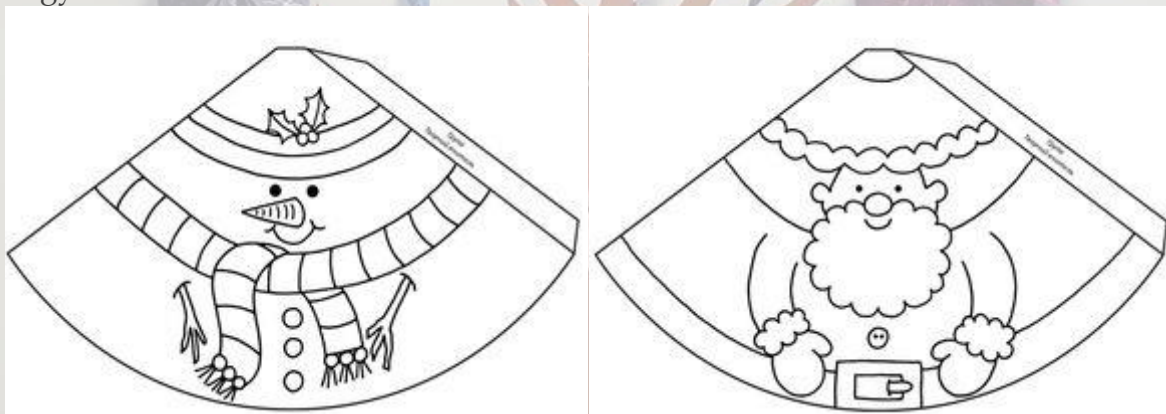
Az óvodánkban már napokkal a Mikulás érkezése előtt izgatottan készültünk.

Mindenki rajzol és színezi Mikulás-képeket, és dekorációkat készít az óvoda körül.

A legfontosabb dolog az, hogy jók legyünk, mert a Mikulás csak a jó gyerekekhez megy el!

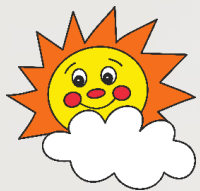
### Köszönet a Mikulásnak

A Mikulás látogatása után még sokáig beszélgetünk az óvodánkban az élményekről. Nagyon hálásak vagyunk neki, hogy eljön hozzánk, és boldoggá teszi a gyerekekkel. A Mikulás nap mindig emlékezetes és örömteli esemény, amit nagyon várunk minden évben.



forrás: Printeres





## KARÁCSONY AZ ÓVODÁBAN

December is elérkezik, és az óvodánkban már nagyon izgatottak leszünk, mert közeleg a karácsony! Ebben az időszakban mindannyian készülődünk és különleges dolgokat csinálunk az ünnepre.

### Karácsonyi Énekek és versek

Az óvodánkban sokat énekelünk és verselünk a karácsony ünnepén. A gyerekek boldogan adják elő az ismert karácsonyi dalokat, és a verseket, amit karácsony alkalmára tanultunk. Az éneklés és a vers nagyon sok jó kedvet, vidámságot hoz a minden napokban, és segít az ünnepi hangulat megteremtésében.

### Az ajándékok varázsa

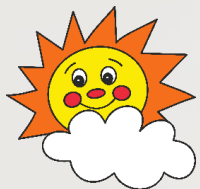
A karácsony egyik legizgalmasabb része az ajándékok kibontása. Mindenki várja, hogy mit hoz nekik a Jézuska. Az óvodánkban minden gyereknek volt egy kis ajándéka, amit izgatottan bontottak ki. Fontos megjegyezni, hogy a karácsony nem csak az ajándékozásról szól, hanem az együtt töltött időről és a szeretetről is.

### A Karácsony Igazi Jelentése

Az óvodánkban beszélgettünk arról is, hogy mi a karácsony igazi jelentése. Az ünnep arról szól, hogy szeretetet adjunk és kapjunk. Az év során mindenki igyekezett jó lenni, és most megmutathatjuk, mennyire szeretjük egymást.

Reméljük, hogy Önök is boldogan készülnek az ünnepre otthonokban, és emlékezzenek arra, hogy a karácsony igazi varázsa a szeretetben rejlik. Boldog karácsonyt kívánunk mindenkinek!





## MEDVENAP

Tudjátok-e, hogy van egy különleges nap az évben, amikor a medvék ébrednek téli álmukból? Igen, ez a Medvenap! Minden évben, amikor a tél véget ér, a medvék felébrednek alvásukból, és kisétálnak barlangjaikból, hogy megnézzék, vajon eljött-e már a tavasz. A Medvenapot február 2-án tartják, és sok helyen különleges ünnepekkel ünneplik. Az emberek reménykednek benne, hogy a medvék látva az árnyékukat, jeleznek nekik arról, hogy még hátravan egy kis tél, vagy pedig már közeleg a tavasz.



Az óvodánkban is ünnepeljük a Medvenapot. Készítünk aranyos medvefigurákat, különböző játékokkal készülünk és meséket hallgattunk a medvékről. Tudtátok, hogy a medvék nagyon okosak és erősek? Ők az erdő királyai, és nagyon fontos szerepet játszanak az ökoszisztémában.



Ezen a különleges napon azt is megbeszéltük, hogy milyen fontos odafigyelni az erdőkre és az állatokra, beleértve a medvéket is. Az erdők az otthonuk, és nekünk is kötelességünk megőrizni ezeket a csodálatos élőhelyeket. Reméljük, hogy élvezni fogják a gyerekek a Medvenapot az óvodában, és talán most már ti is tudjátok, miért olyan különleges ez a nap. Ne felejtsetek, mindig legyetek környezettudatosak, és gondozátok az állatokat!





## FARSANG

Tudjátok, mi az a farsang? Ez egy különleges időszak, amikor színes jelmezekbe öltözünk, kacagtunk, és szórakozunk! Az óvodánkban is ünnepeljük a farsangot, és most megosztjuk veletek, hogyan telt a farsangi mulatság.

### Jelmezek varázsa

A farsang az egyik legjobb dolog az óvodában, mert ilyenkor mindenki színes és vicces jelmezekbe bújik. Lesznek hercegek, hercegnők, szuperhősök, állatok és még sok más jelmez, amiket mi magunk készítettünk vagy a szüleink segítettek elkészíteni. A jelmezeinkben olyanok lehetünk, akik csak szeretnénk!

### Karneváli hangulat

Az óvodánkban elmeséljük a gyerekeknek a farsang hagyományait, és néhány táncot is megtanultunk. A karnevál egy olyan farsangi ünnep, ahol sokan együtt táncolunk és énekelünk. Mi is együtt táncoltunk és nevtünk az óvodai karneválban.

### Farsangi étel és ital

Az ünnepséghez hozzá tartozik az ínyciklandozó farsangi ételek és italok is. Kóstoltunk farsangi fánkot, és friss gyümölcslével hűsítettük magunkat. A finomságok nagyon ízletesek lesznek, és még inkább feldobják a hangulatot.

### Farsangi játékok és kreatív tevékenységek

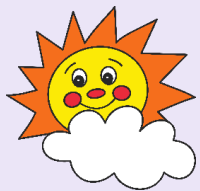
Az óvodai farsangi ünnepségünkön sokféle játékot játszunk és kreatív tevékenységekkel készülnek a pedagógusok az egész hét folyamán..

### A Farsang igazi jelentése

A farsang időszaka az, amikor elbúcsúzunk a téltől és örömmel köszöntjük a tavaszt. Ez az időszak arra is emlékeztet bennünket, hogy jó mókázni, nevetni és együtt lenni a barátainkkal és a családukkal.

Reméljük, hogy minden gyermek élvezni fogja a farsangi mulatságot az óvodában, és emlékezni fognak arra, hogy a farsang a jókedvről és a közösségi együttlétről szól.





## ÓVODA PSZICHOLÓGUSUNK GONDOLATAI

### Mit kezdünk a tabutémákkal?

1.rész: halál, gyász

Hogyan kezeljük az életünk egyik legnehezebben megfogalmazható tabuját, a halál és a gyász kérdését? Megpróbáljuk körbejárni, mit mondhatunk egy óvodásnak a halálról, kell-e erről beszélnünk vele, mit kezdhet a gyással, és hogyan segíthetünk neki feldolgozni azt.

Az életünket körbeveszik a tabuk, de nem vagy nem szívesen beszélünk róluk. A szexualitás, az alkoholizmus, a halál olyan fogalmak, amelyekhez sokszor még szavaink sincsenek, talán részben azért, mert velünk sem beszéltek nyíltan ezekről a témákról. Talán mert a szüleink generációja még szégyenletesnek érezte, talán kellemetlennek, vagy úgy gondolták, nem a gyerekeknek való témák ezek. De szülőként tehetünk azért, hogy a mi gyerekeink életében már ne legyenek tabuk, és nyíltabban tudjanak beszélni ezekről a dolgokról. Ebben segíthet néhány tabutémát érintő gyerekkönyv is, ezekből ajánlunk néhányat.

### Mit tud egy óvodás gyerek a halálról? Kell a halálról beszélgetni?

Az élete egy bizonyos szakaszában minden gyerek rákérdez arra, hogy mindannyian meghalunk-e, amelyre tulajdonképpen csak egyetlen jó válasz létezik: igen. A felnőttek sokszor elhárítják a gyerekek halállal kapcsolatos kérdéseit, de mire is kíváncsi tulajdonképpen ilyenkor az óvodás gyerekünk? Nem biztos, hogy a konkrét válaszra van szüksége, inkább elsősorban arra, hogy beszéljünk erről. Ahhoz, hogy a gyerekekkel hitelesen és önazonosan tudjunk a halálról beszélni, elkerülhetetlen a saját, halálhoz való viszonyunk átgondolása. Nemcsak nekünk, de a gyerekeknek is biztonságot ad már önmagában az is, hogy lehet a veszteségeinkről beszélni, ki lehet azt mondani, hogy meghalt valaki, aki fontos volt. Előfordulhat, hogy magunk is félelmet élünk át, amikor a halotról, a halálról beszélünk a gyerekeknek. Félelmetes sokszor, amit mondunk, a nem tudásnál azonban nincs félelmetesebb.

A gyerekek nagyon figyelik azt is, hogy hogyan reagálunk a kérdéseikre: megijedünk, eláll egy pillanatra a szavunk, nem is tudjuk, mi a jó válasz? Lehet, hogy így lesz, ám ez egyáltalán nem baj. Mint minden más helyzetben, ekkor is az a legfontosabb, hogy legyünk hitelesek, legyünk érzelmileg elérhető szülők, és csak azt mondjunk, amit hiszünk. Mondjuk ki, amit érzünk („Hát most jó nehezet kérdeztél...”, „Nagyon váratlan a kérdésed...”), legyünk kíváncsiak, és kérdezzünk. Vajon honnan jöhet ez az érdeklődés: történt valami az óvodában, amiről hallott, vagy a korosztálynak megfelelően kíváncsi? Az a jó, ha a válaszuk nem elutasító és hátrító, hanem érdeklődő. Beszélhetünk arról is, hogy mi mindent tehetünk és teszünk azért, hogy egészségesek maradjunk.





# Napsugár - Vadvirág Krónika

A veszteségtől nem megkímélni kell, hanem felkészíteni rá. A gyereket minden nehézségtől és fájdalomtól szeretnénk megvédeni és megkímélni. Vannak azonban olyan helyzetek, amikor ez a különben természetes szülői attitűd nem vezet jó megoldáshoz. A gyerekeket nem a halálról és a veszteségekről való beszélgetéstől kell megvédeni, hanem az életre kell felkészíteni, amelynek természetes velejárója a halál. Ha nem őszintén és a koruknak megfelelően beszélünk a gyerekekkel tulajdonképpen bármilyen témáról, akkor a titkolózás, a kegyes hazugság útját választjuk. Pedig a titok a gyerekek számára nehezen kezelhető, nehezen elviselhető. Ha a felnőtt nem válaszol, vagy másra tereli a szót, azzal megrémíti őt. Ha a nagypapa meghal, de a gyerek nem kap választ, vagy nem a valódi választ kapja arra a kérdésre, hogy „hol van a nagypapa?“, azzal titkolózni kezdünk, ami bizalomvesztéshez vezethet. A gyerekek a fájdalmat és a halál tényét könnyebben feldolgozzák, mint a bizalom elvesztését.

## Így gyászol egy óvodás

A gyász feldolgozásában az életkori sajátosságoknak nagyon fontos a szerepe. Az óvodás korú gyerekekre az énközpontú gondolkodás jellemző, emellett azzal is tisztában vannak már, hogy a cselekedeteiknek van következménye. „A nagymama azért halt meg, mert nem vettem fel azt a sapkát, amit nekem kötött. Én vagyok tehát a felelős a haláláért.” Nagy különbség még a felnőttek gyászához képest, hogy nem tudnak folyamatosan a veszteségre gondolni, időről időre képesek ugyanolyan önfeledten játszani, mint korábban. A gyerekeknek nagyon nehéz elviselniük a gyászt, sokszor nem bírják el azt a sok érzelmet, ami egy a veszteség során a környezetükre és rájuk rakódik. Ezért igyekeznek elkerülni, ám ez semmiképp nem jelenti azt, hogy nem gyászolnak, vagy már hamar túltették magukat a veszteségen. Játékkal, rajzolással, beszélgetéssel, a döntéseinkbe való bevonással segíthetjük őket. Támogassuk abban, hogy kifejezhesse az érzelmeit! Fontos, hogy a fájdalmat és az érzelmeinket ne titkoljuk el, emlékezni lehessen arra, aki fontos volt, de már nincsen velünk, lehessen kérdezni, beszélni róla. Előfordulhat, hogy mi magunk sem vagyunk képesek senkivel beszélni az első időszakban. Ha azonban a gyereket magára hagyjuk, ha nem beszélünk arról, akit elveszítettünk, nem emlékezünk rá, akkor azt tapasztalhatja meg, hogy így múlik el minden, emlékezés nélkül.

Forrás: Hintalovon Gyermekjogi Alapítvány  
Koltai Kinga – óvodapszichológus  
(elérhetősége: pszichologus.napsugarovi@gmail.com)







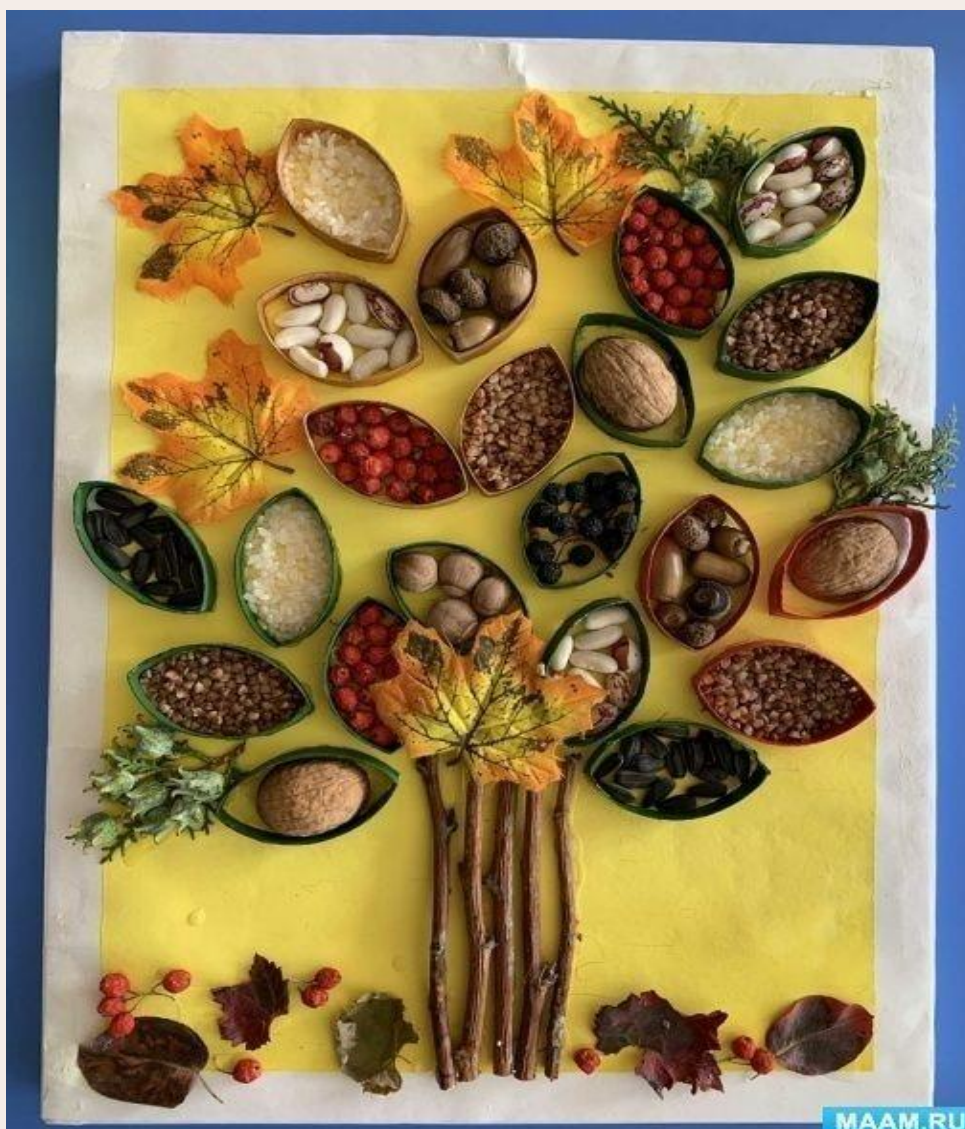
# BARBÁCS ÖTLETEK



forrás:printer.es







## ŐSZI TERMÉSEK- BARKÁCS ÖTLETEK

Mi kell hozzá?

- A/4 színes karton
  - hobby ragasztó
  - falevelek, ágacskák, termések
  - wc papír guriga üres
  - ecset, festék (zöld,sárga,piros)Elkészítés
1. A wc papír gurigákat 7-8cm-es körökre vágjuk, befestjük zöld, sárga, piros színűre
  2. A kép alapján és saját elképzelésünket összevetve őszi képet készítünk, mintha egy minden termést termő őszi fánk lenne.

Az időszaki szórakozást kívánunk. A gyerekekkel való közös munka megalapozza az iskolai együtt tanulás sikerességét





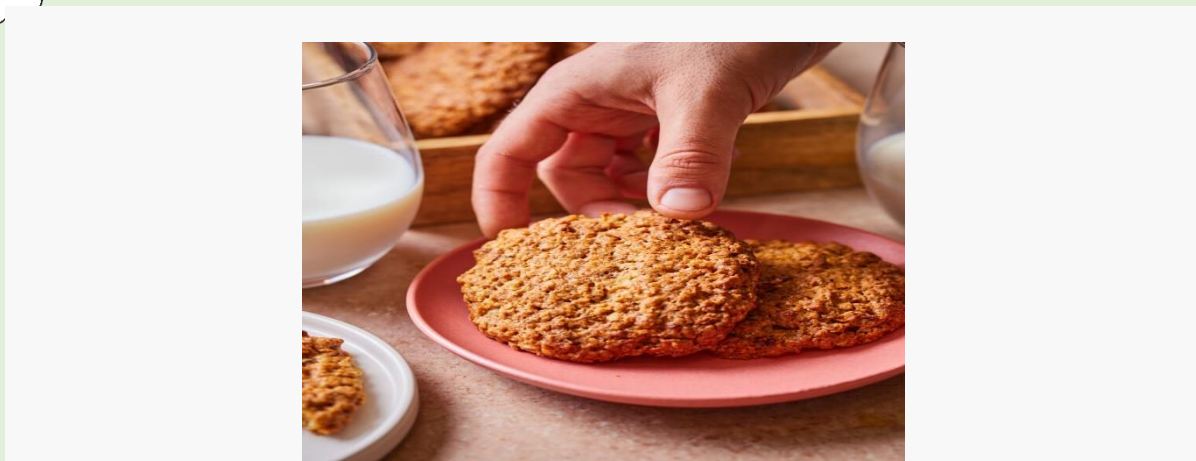
# RECEPT AJÁNLÓ

## Bombabiztos receptek válogatós gyerekeknek

Alig akar valamit megenni a gyereked, annyira válogatós? Dobd össze ezeket a kajákat, imádni fogja!

Ha neked is gondot okoz az, hogy mit tegyél a gyereked elé a tányérra, mert alig eszik meg egy-kétféle ételt, akkor próbáld ki ezeket!





## Almás zabkeksz

Ez is ropog majd a fogad alatt

### Hozzávalók:

20 darabhoz

- 230 g vaj
- 220 g barna cukor
- 1 db tojás
- 2 tk őrölt fahéj
- 1 tk őrölt szegfűszeg
- 1 ½ tk gyömbérpor
- só
- 1 db citrom
- 2 db alma (125 g/db)
- 245 g zabpehely
- 250 g finomliszt
- 1 tk sütőpor
- 1 tk szódadikarbóna

Készítés: Az almás zabkeksz elkészítésének első lépéseként a vaját egy robotgép segítségével kihabosítjuk a cukorral. Hozzáadjuk a tojást, a fűszereket, a citrom reszelt héját és a levét is, és tovább keverjük. Beledobjuk a reszelt almát, és mehetnek hozzá a száraz alapanyagok is, majd az egészet alaposan elkeverjük. Vizes fagyaiadagoló kanállal gombócokat szedünk a masszából egy sütőpapírral bélelt tepsire, egymástól minimum négyujjnyi távolságra, mert sütés közben el fognak terülni a zabkekszek. Kicsit lenyomkodjuk a gombócokat kanállal, majd mehetnek a 180 fokra előmelegített sütőbe 25-30 percre, amíg szép aranybarnák nem lesznek. Sütés után érdemes várni 10-15 percet fogyasztás előtt, mert ahogy hűlnek, szép ropogósra keményednek, a közepük pedig szaftos marad.

forrás: <https://streetkitchen.hu/>





## HÁZI ZÖLDSEGES VIRSLI



Hozzávaló : 1 adag

20 g répa

180 g csirkemellfilé

25 g konzerv kukorica

½ db tojásfehérje

1 tk szójaszószt

1 ek citromlé

10 g kukoricakeményít

ő

½ tk só

2 ek olívaolaj

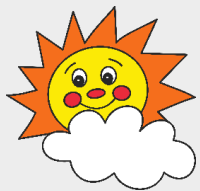
### ELKÉSZÍTÉS

A házi virsli elkészítéséhez a répát szeletekre vágjuk, majd forrásban lévő vízben 6 perc alatt puhára főzzük. Ezután a répát a felcsíkozott csirkemellel és a kukoricával együtt aprítóba tesszük, és kicsit összeaprítjuk. Hozzáadjuk a tojásfehérjét, a szójaszószt, a citromlevet, a keményítőt és a sót, majd simára zúzzuk. Egy habzsákba tesszük a masszát, majd a habzsák végén egy 1 cm-es átmérőjű lyukat vágunk. Egy serpenyőben közepes lángon felhevítjük az olívaolajat, majd a habzsák segítségével 5-6 cm-es mini virsliket nyomunk a serpenyőbe. Mindkét oldalukat megsütjük, majd papírtörlőre szedjük a virsliket. Tökéletes első fingerfood gyerekeknek.

Tipp: Ha van otthon valamilyen virslis szilikonforma, akkor akár kigőzölve is el lehet készíteni 10 perc alatt, hogy ne legyen olajos. 1 éves kor alatt a sót és a szójaszószt kihagyhatjuk.

Forrás: <https://streetkitchen.hu/>





## Napsugár – Vadvirág Krónika

2023. szeptember

Szerkesztette:

Máténé Wolf Mária- Szatmári Szilvia

Felelős:

Skrek Dóra

