



Télkergetés

Katica csoport



Tisztelt Szülők!

Kérem, hogy **adójuk 1 %-át ebben az évben is** ajánlják fel a Napsugár Óvoda részére, hogy a **Játékos Világ Alapítványunk** az óvodás gyermekek fejlesztését támogathassa.

Amennyiben családtagjaik, ismerőseik még nem kötelezték el magukat más szervezet felé, kérjük, ajánlják figyelmükbe óvodánk alapítványát.

A rendelkező nyilatkozatba írják a következőt:

A kezdeményezett neve: **Játékos Világ Alapítvány**

Alapítvány adószáma: **18178481-1-42**

Alapítvány számlaszáma: **11716008-20167402**

Köszönöm szépen a szülői szervezet tagjaiból álló alapítvány kuratórium munkáját.

Megtisztelő támogatásukat köszönöm a gyermekek nevében.

Tisztelettel: Skrek Dóra
intézményvezető

XIX. évfolyam 2. szám - 2025. február
Szerkesztette: Micki Krisztina
Felelős: Skrek Dóra

Zöld óvoda, madárbarát óvoda



Madárbarát kert

A madárbarát kert nem egy új keletű fogalom, leginkább azonban az őszi-téli időszakban kerül igazán előtérbe, hiszen ekkor sokan fognak téli madáretetésbe, ez azonban önmagában kevés ahhoz, hogy kertünk madárbarát legyen, ahhoz egész évben „szolgáltatást” kell nyújtanunk a kertbe látogató és jó esetben ott fészkelő madaraknak, ez pedig nem jelent mást, mint azt, hogy táplálékot, fészkelő helyet és az emberi környezethez mérten biztonságos környezetet hozunk létre.

Ez utóbbihoz kapcsolódóan például a **nagy, fényes üvegfelületeket** számos madár pusztulását okozhatják, ezeket **lássuk el matricával**, hogy elkerüljük ezt a problémát. Gondot okozhatnak a macskák is, melyek a madarak nagy ellenségei, azonban, ha van kedvencünk, vagy csak átjár a kertbe, akkor megoldást jelenthet a madarak által látogatott kertészekre sűrű növekedésű alacsony cserjéket ültetni, melyen át tudnak haladni, de gyors támadással nem, vagy csak kis eséllyel tudják elkapni a madarakat.

A közelünkben élő madarak és más állatcsoportok faj- és egyedszám növelésének legfontosabb eszköze - pontosabban inkább alapfeltétele - a természetes élőhelyeket leginkább felidéző növényzet telepítése és megőrzése.

A Madárbarát kert növényei között nem csak a fák és a bokrok fontosak. A kaszálatlan gyepfoltok amellet, hogy búvóhelyet jelentenek a kisebb állatoknak, de táplálékot is szolgáltatnak egyes madárfajoknak.

A gyepek megfelelőek a földigiliszták, csigák és olyan rovarok számára, amelyek a fekete rigó, az énekes rigó és a vörösbegy kedvelt tápláléka. A biológiai sokféleséget rendkívüli mértékben növelik azok a nyíratlan gyepfoltok, ahol a bogáncs, a gyermekláncfű és a többi "gaz" szabadon nőhet, remek élőhelyet kínálva számos állatnak.

A fekete rigó alapvető táplálékát jelenti (különösen a fiókanevelési időszakban) a nyírt és locsolt gyepeken könnyen hozzáférhető földigiliszta.

A meghagyott kaszálatlan gyepfoltok nemcsak a növények magtermeléséhez nélkülözhetetlenek, de számos rovarnak is menedéket jelentenek, melyek viszont a békák, gyíkok és madarak számára kínálnak táplálékot

Ősszel a magevők (a felvételen mezei veréb) számára fontos táplálékbázist jelent a pázsitfüvek ekkorra beérő magtermése is

Ha sövényt telepítünk, használjunk olyan őshonos fajokat, mint a galagonya, magyal és a mogyoró! Ezek búvóhelyet és táplálékot is nyújtanak. Az őshonos fák, mint amilyen a tölgy, a fűz, a nyír, a kőris és a berkenye számos olyan rovar és hernyót táplálnak, amelyeket viszont a madarak zsákmányolnak. A gyümölcsfák, mint az alma, a körte, a fekete és fehér eper, a cseresznye és a meggy nemcsak mutatósak, de gyümölcsaik embert és állatot egyaránt táplálnak. A bogyók hagyományos őszi táplálékai a rigóknak, ezért egy fajgazdag kert nagy választékot nyújt olyan növényekből is, mint amilyen: a sóskaborbolya, a magyal, a bodza, a tűztővis, a borostyán és a madárbirs. A színpompás virágok vonzzák azokat a rovarokat, amiket viszont a poszták, füzikék, cinegék fogyasztanak, míg a növények magjai a pintyféléknek jelentenek táplálékot.

A sűrű bokrosok és fák, fasorok alapvető fontosságú táplálkozó-, fészkelő- és pihenőhelyet jelentenek a madaraknak. A sűrű cserjeszint télen is nélkülözhetetlen az olyan bokorbujkáló fajok számára, mint amilyen a vörösbegy is. Különösen a szélsőségesen hideg és szeles téli napokon–heteken jelent túlélést segítő többletet a madaraknak, ha rendelkezésükre állnak a szélvédettebb éjszakázóhelyet kínáló örökzöldek

Fészkelésre alkalmas fajok

Lucfenyő, erdei fenyő, közönséges boróka, tiszafa, közönséges gyertyán, mezei juhar, korai juhar, hegyi juhar, májusfa, júdásfa, közönséges puszpáng, kutyabenge, orgona, kányabangita, ostroménfa, egybibés galagonya, kétbibés galagonya, fagyal, borostyán, vadszőlő, borbolya, kislevelű hárs.

Fészkelésre is alkalmas védőcserjék

Közönséges boróka, közönséges gyertyán (többször visszametszve), mogyoró, egybibés galagonya, kétbibés galagonya, kökény, lilaakác, csíkos kecskerágó, bibircses kecskerágó, veresgyűrű som, húsos som, orgona, fekete bodza.

A borostyán nem csak fára, falra felfutó kúszónövényként, de sövényként és bokrosként is a Madárbarát kert egyik fontos növénye lehet. Őszi virágzásával a rovarokat, téli bogyóérésével a madarakat is szolgálja.

Sövénynek való fajok

Mogyoró, tűztővis, egybibés galagonya, kétbibés galagonya, téli magyal, közönséges magyal, csíkos kecskerágó, bibircses kecskerágó, veresgyűrű som, közönséges fagyal, télizöld fagyal, kányabangita, télibangita, közönséges hóbogyó.

Természetbarát levélgereblyezés

A Madárbarát kert program egyik előnye, hogy olykor mentesít minket a munkától – azaz akkor segítünk az állatokon, ha kevesebbet dolgozunk a kertben, az utcán, a parkban. Az egyik ilyen alkalom lombhulláskor adódik.

Milyen fákat, cserjéket ajánlunk?

Nagyon jó lenne, ha a kiskertekben is megjelennének a hazánkban honos fásszárú növények, azonban ezek természetből való gyűjtését nem ajánljuk! A faiskolák többségében ugyan többnyire nemesített változatai kaphatók ezeknek a fajoknak, mégis érdemes ezeket vásárolni. Vásárláskor nyugodtan kérjünk segítséget a kertészti árudák felkészült szakembereitől, akik az igényeinknek megfelelően az alábbi növényeken kívül más fajokat is tudnak ajánlani számunkra.

Telelő magevő és rovarevő madaraink táplálékának jóval több, mint 99,999%-át a természetes táplálékbázisok: a fák és bokrok, a borostyán és a vadszőlő termése, a hómentes gyepek és gázok magkínálata, a kéreg- és egyéb repedésekben telelő rovarok, lárvák és bábok képezik. Enyhe, hómentes teleken az etetők alacsonyabb madárforgalmának egyik oka éppen az, hogy ezek a természetes táplálékforrások szabadon hozzáférhetőek, ezért a madarak kevésbé koncentrálnak a lakott területekre (illetve a kontinens északi területeiről és a magas hegyek térségéből kevesebb érkezik a délebbi régiókba) és az etetőkre.

Míg az általunk működtetett madáretetők, a téli madáretetés elsősorban az emberek szórakoztatását szolgálják, bár természetesen meg is könnyítik az ide járó madarak életét, a hullott lomb és a gyepek madárbarát kezelésével jóval több állat életét tudjuk befolyásolni.

Az ősszel és télen a talajon táplálékot kereső madarak szempontjából nem mindegy, hogy a gyepek milyen állapotban vannak. Az arasznyinál alacsonyabb fű (ebből még a kisebb testű fajok is kilátnak és a nagyobb természetűeket sem akadályozza a mozgásban), amit helyenként hullott falevelek is gazdagítanak.

A lakott területek kertjeinek, parkjainak gondozásakor természetesen fontos szempont a drága pénzen telepített és fenntartott, az embereket gyönyörködtető fűszőnyeg megóvása. Ezzel kapcsolatban az egyik legfontosabb őszi feladat egy utolsó nyírás és a hullott lomb összegyűjtése.

Ezek alapján az emberek és a telelő állatok igényei között alapvető ellentét lenne? Ha nem végletekben, hanem a középutat választva kezeljük a kérdést, akkor szerencsére nem!

A legjobb megoldás az, hogy ha a nyílt gyepen össze is gereblyézzük a hullott faleveleket, a bokrok között és alatt, ahol amúgy sincs gyeper, meghagyjuk vagy akár a gereblyézett levelekből vastagítjuk is ezt a szőnyeget.

További megoldás, ha a kert kevésbé zavart részén egy-két nagyobb levélkupacot alakítunk ki (és a szélhordás ellen nagyobb ágakkal lefedünk) a telelő sünek és békák számára.

Gyakori kérdés, hogy hova tűnnek a fekete rigók nyár végén, illetve enyhe teleken?

Ha nem fedi hó a talajt, akkor a rigók inkább a gyepeken leveleket forgatva, nem pedig az etetőn táplálkoznak.

Táplálékot is adó fajok

Lucfenyő, erdei fenyő, déli ostorfa, nyugati ostorfa, fekete eperfa, fehér eperfa, madárberkenye, házi berkenye, madárbirs, tűztövis, egybibés galagonya, kétbibés galagonya, kökény, vadcserezsnye, zelnicemeggy, húsos som, fekete bodza.

Néhány szempont a növényzet, a kert kialakításához

- A cserjéken érdemes fészekrakásra alkalmas elágazásokat kialakítani a metszés során.
- Hagyjunk meg olyan sövényszakaszokat és bokrosokat is, amelynek nem egyenesre metszettek az oldalai.
- Ne távolítsuk el minden bokor alól a hullott leveleket, ezzel az avarszinten élő élőlények megtelepedését segíthetjük elő, ami terített asztalt jelent a rigóknak.

- A kiszáradt vastagabb fákat lehetőleg ne a talajszinten vágjuk ki. A 3-4 m magasra visszavágott törzs már nem balesetveszélyes, viszont nagy vonzerőt jelentenek a harkályok számára.
- Az oldalról zárt bokorcsoportok biztonságos fészkelőhelyet nyújtanak a madaraknak.
- Hagyjuk meg a kertben az idős fákat, kíméljük meg néhány idős gyümölcsfát is. Célszerű régebbi, ellenállóbb gyümölcsfajták beszerzése, szaporítása.
- Legyen a kertben fenyők, örökzöldek csoportja vagy idősebb egyede.

A növényfajok kiválasztásánál érdemes arra is figyelni, hogy ezek termése nyáron ősszel és télen is táplálékot jelentsenek a madaraknak.

Az olyan kúszónövények, mint a hajnalka, hónapokon keresztül virágözönnel gyönyörködtetik az embert és legelőként várják a rovarokat.

Madárbarát kert téli növényei:



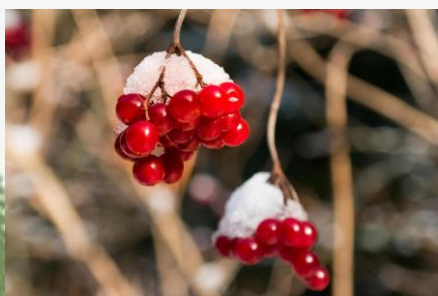
Madárbirs

Fajtától függően lombhullató vagy örökzöld díszcserje, melyet elsősorban nagy tűrőképessége és ősszel megjelenő piros termései jellemeznek. Érdemes csoportosan ültetni őket, hiszen összefüggő talajtakarást végeznek, elnyomva így a gyomokat.

Húsos som

5 méter magasra megnövő, lombhullató cserje, mely napos fekvésben érzi jól magát. Tavasszal virító sárga virágai a méheknek, míg szeptemberre beérő, piros termései a madaraknak jelentenek finom csemegét.





Kányabangita

2 méter magasságot elérő lombhullató cserje. Szép, őszi levélszíneződése és piros termései mellett tavasszal megjelenő fehér, illatos virágai miatt is értékes dísznövény.

Magyal

Örökzöld cserje, mely inkább félárnyékos kertészekén érzi jól magát. Lombozata fényes, mélyzöld színű, de létezik belőle fehérrel vagy sárgával szegélyezett levelű fajta is. Kétlaki növény, azaz, ha azt szeretnéd, hogy ősszel terméseket hozzon, érdemes rögtön egy porzós és egy termős növényt is beszerezned. Terméseit a madarak nagyon kedvelik, számunkra azonban mérgező.



Túztövis

2-3 méter magas, tüskés, örökzöld, emiatt védősövénynek is ideális cserje. Fehér virágaival tavasszal díszít, korallpiros termései miatt pedig az őszi és a téli egyik legfeltűnőbb, madarak által is közkedvelt növénye.

Kökény

Igénytelen cserje, mely 3-4 méterre nő. Őszi beérő kék terméseit te is fogyaszthatod bátran. Finom ízét akkor kapja, mikor már megcsípte a dér. Tavasszal nyíló fehér virágai méheknek ad értékes virágport.



Ha azt szeretnéd, hogy a hasznos kismadarak igazán kényelmesen érezzék magukat kertedben, a táplálékot adó cserjék közelébe **helyezz ki nekik madáritatót is.**

Kreatív madáretetés



A 2024-as év élőlényei és természeti képződményei

Az év emlőse: Magyar szöcskeegér



A magyar szöcskeegér létezéséről a 2000-es évek előtt még nem is tudtak, illetve sejtették, hogy él Magyarországon egy különleges kisemlős, de hogy mennyire különleges, az csak 2006 után derült ki, amikor hosszú idő után végre egy élő példányt is sikerült befogni. Az egykor sokfelé előforduló, hátán hosszanti fekete csíkot viselő szöcskeegér (nem tévesztendő

össze a hazánkban gyakori pirók erdeiegeggel) élőhelyeinek megszűnése miatt az elmúlt 150 évben egyre ritkábbá vált, olyannyira, hogy az utolsó példányt 1936-ban fogták be, majd ezután 70 évig nem került elő.

Viselkedésében és életmódjában is egészen egyedi, például az egerektől eltérően valódi téli álmot alszik, évente csak egyszer szaporodik és táplálékának jelentős részét képezik a rovarok. Ráadásul nagyon szelíd, kézben tartva nem harap, nem próbál elmenekülni.

Az év madara: Böjti réce



Kisméretű réce. Előnyben részesíti a sekély vizű, tocsogós részeket, az alföldi szikes tavak környékét, az elgazosodott halastavi szigeteket és a kisebb természetes vizeket, kubikgödröket. Kedveli a különböző zöld növényi részeket, de csigákat, kagylókat, vízirovarokat is fogyaszt. Hazánkban a harmadik leggyakoribb

récefaj, sokáig vadászható volt. Az utóbbi időben viszont állománya csökkenő, ezért ma már nem túl gyakori fészkelő. Vonuló madár, a telet Afrikában tölti. A bokortanyás térség nagyobb tavaiban előfordul fészkelése.

Fokozottan védett faj, természetvédelmi értéke: 100.000 Ft

Népi elnevezései: makkruca, pergőréce

Az év rovара: Sávós szitakötő

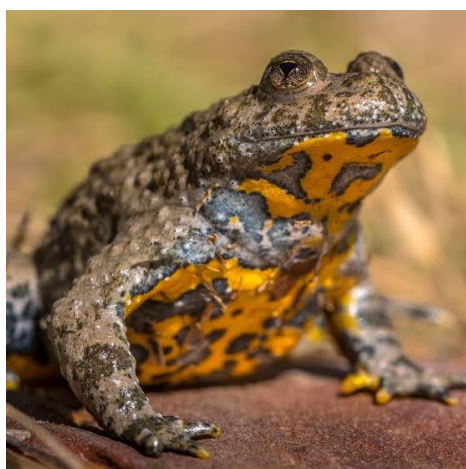


Leginkább gyors folyású, tiszta vízfolyásoknál és folyóknál találkozhatunk vele, azonban megtalálható a lassú folyású vizekben, csatornáknál vagy alkalmanként olyan tavakban, amelyek többé-kevésbé iszapos fenékűek. Mindkét nem sok időt tölt a vízparti növényzeten megpihenve, előnyben részesítik a nádasokat és a füves növényzetet a fákkal és bokrokkal szemben.

Hossza 42-48 mm. A hím tora, szárnytöve fémesen csillogó kékeszöld, a potroh kék, és a szárnyakon nagy, fémfényű sötétkék folt van. A nőstény egész teste, szárnya zöldes-aranyos, a szárnyjegye fehéren világít, a lábai szürkésfeketék. Apró legyekre, rovarokra vadászik. A még nem teljesen ivarérett fiatalok egy csoportban maradnak, gyakran egy-egy sárcsomón töltik az éjszakát.

Hazánkban nem védett.

Az év kétéltűje: Sárgahasú unka



A sárgahasú unka robosztus testfelépítésű, mokány kis béka. Hátoldala szürkésbarna, a bőrét tüskés szaruszemölcsök borítják. Hasi foltjai élénk citromsárga vagy halványsárga színűek. Bőrének mirigyei méreganyagokat termelnek, ezért kevés ragadozó háborgatja. Az unkaméreg a nyálkahártyával érintkezve annak irritációját és gyulladását okozhatja. Magyarországon a faj elterjedése szigetszerű, egyes középhegységeinkre és dombvidékeinkre korlátozódik. A Dunától keletre a Mátrában, az

Aggteleki-karsztvidéken és a Zempléni-hegységben él.

Védett, természetvédelmi értéke 50 ezer forint.

Az év hala: Kurta baing

Őshonos halunk. Teste megnyúlt és vaskos, háta és hasvonala enyhén ívelt. Rövid, tompa orra és jellegzetesen nagy szemei figyelemfelkeltőek. Szája felső állású, a nagy szájhasíték meredeken felfelé irányul. Alsó állkapcsa kampószerűen felhajlik, így szinte álarcszerűen takarja a fejét. Általános mérete 6–8 cm között mozog, de ritkán akár 10 cm-re is megnőhet.



Pikkelyei aprók, ezüstösek, és könnyen lehullanak. Táplálékát főként planktonikus élőlények, árvaszúnyoglárva és a vízfelszínre hulló apró rovarok alkotják. Szaporodása április és július között

zajlik, amikor párosan rakják le az ikrákat. A nőstény 100–150 darab ikrát ragaszt vízínövényekre, amelyeket a hím őriz és gondoz. Élőhelyként a lassan áramló vagy állóvizeket kedveli, például tőzegbányatavakat, holtmedreket és alföldi csatornákat. Nagyobb folyókban többnyire csak az áradások után jelenik meg a hullámtereken. Jellegzetes bélyege a farok alatti úszó tövén található pontsor, valamint az oldalvonal, amely csupán az első néhány pikkelyen látható. Élőhelyeinek eltűnése és az inváziós fajok terjedése miatt állományai jelentősen visszaszorultak. *Hazánkban védett faj, természetvédelmi értéke 10 000 forint.*

Az év lepkéje: Pókhálós lepké



Mivel három nemzedéke van, ezért kora tavasztól egészen őszig találkozhatunk vele. Főként a párásabb, nedvesebb területeket kedveli. Érdekessége, hogy a különböző generációk rajzolata és színezete nagyban eltér egymástól, ami szinte egyedülálló a hazai nappali lepkefajoknál. A kora tavasszal megjelenő

első generáció színezete vörösesbarna, vörhenyes okkersárga rajzolata széles, szaggatott vagy felaprózódó fekete harántsávokból áll. Ezzel ellentétben a második generáció szárnyai sötétbarnák, finom szaggatott mintázattal, míg a harmadik generáció szárnyai feketék, a barna szín teljesen eltűnik róla.

Főleg erdőszéleken, illetve árokpartokon él. A magasságra nem érzékeny; a magashegységekben is megtalálható. Hernyói társasan (tömegesen) élnek tápnövényükön, a nagy csalánon (*Urtica dioica*). Kimutatták, hogy a 20. század közepe óta elterjedésének északi határa észak felé tolódik: valószínű, hogy ez a globális felmelegedésnek köszönhető.

Az év gombája: Sárga gévagomba



A sárga gévagomba megjelenését tekintve 10-40 cm átmérőjű, 1-4 cm vastag, kezdetben gumószerű, később félkörösen, vagy legyezőszerűen kiterülő, pereme hullámos, karéjos. Fiatalon kénsárga majd narancssárga, téglavörös, piszkosfehérré kifakuló, felülete sugarasan hullámos, ráncos vagy gödrös, finoman szemcsés. Gyakran több kalap zsindelyszerűen összenő. Ez a feltételesen ehető gombafaj fiatalon puha, lédús, később sajtkeménységű, végül szívóssá, rostossá válik. Fehér, fehéres majd sárgás színű, aromás illatú, savanykás ízű, idősebb korban keserű. A puha gomba fiatalon hőkezelés után ehető, később élvezhetetlen. Áprilistól szeptemberig, élő és elhalt lombos fákön (főként fűzön, nyáron, cseresznyén vagy akácon) növő, gyakori faj. Súlyos károkat okozhat a faállományban.

Az év fája: Korai juhar

A korai juhar Európa-szerte elterjedt, dombvidéki és középhegységi fafaj, amely hazánkban is őshonos. Ez a gyors növekedésű, közepes termetű fa akár 25 méter magasra is megnőhet, és fontos szerepet tölt be erdeinkben, parkjainkban egyaránt. Jellegzetes megjelenésű fa, amely erdei környezetben egyenes, hengeres törzset nevel, míg szabad állásban zömökebb törzsű, gömbölyded koronájú.



Kérge fiatal korban sima és szürke, idősebb korára sötétebb színűvé válik, hosszanti repedésekkel. Nevét tavaszi virágzásáról kapta. Sárgászöld virágai röviddel a lombosodás előtt jelennek meg, értékes táplálékforrást biztosítva a méheknek. A fa levelei nagyméretűek, 8-22 cm hosszúak, öt karéjúak, vékonyak és papírszerűek. A korai juhar jól alkalmazkodik a városi környezethez is. Kiválóan tűri a szennyezett levegőt, így forgalmas utak mentén is telepíthető. Azonban fontos figyelembe venni, hogy sekélyen gyökerezik, ezért utak, járdák és épületek közelében ügyelni kell arra, hogy gyökerei ne okozzanak kárt az infrastruktúrában.

Az év vadvirága: Mocsári nőszőfű



Jellemzően forráslápokban és szivárgó vizű területeken fordul elő. Ez az orchidea Európa jelentős részén megtalálható, elterjedési területe keletre keskeny sávban egészen Szibériáig húzódik, azonban mindenütt ritka és többnyire védett, veszélyeztetett faj. Felismerésében élőhelye is segít, ugyanis a többi nőszőfűfajunktól eltérően kiszáradó lápréteken, nedves pionír felszíneken fordul elő - írták, kiemelve, hogy éppen emiatt lett az év vadvirága, ugyanis ezek az élőhelyek a klímaváltozás és a helytelen tájhasználat miatt drasztikusan szorulnak vissza és alakulnak át szárazabb társulásokká, a mocsári nőszőfű és más lápréti fajok eltűnését eredményezve.

Az év évelő növénye: Fürtös hegyi menta



Észak-Amerikából származik. Természetes élőhelyei a bozótosok, rétek, ahol nedves vagy közepesen nedves a talaj. Szuper választás, ha méheket és további beporzó rovarokat szeretnénk a kertbe csalogatni: icipici fehérés-rózsaszínes virágaival ősz elejéig vonzza a virágporkedvelőket. Tavasszal élénkzöldek a friss hajtásai, de ahogy idősödnek a levelek, úgy válnak egyre sötétebb zölddé. Ősszel levele aranyárga lesz. A fürtös hegyi menta vízáteresztő, nedves talajban érzi jól magát, mely lehet homokos, vályog, meszes vagy agyagos. Napos, félárnyékos helyeket kedvel, és magról vagy tavaszi tőosztással is szaporítható.

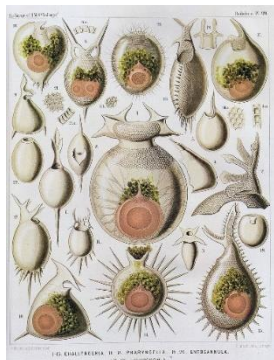
Az év gyógynövénye: Páfrányfenyő



Kelet-Ázsiában őshonos, Magyarországon dísznövényként ültetett növény, a világ legősibb fennmaradt fafaja, amelynek legyező alakú leveleit a Távol-Keleten évszázadok óta alkalmazzák gyógyászati célra. A hazánkban kapható, korszerű ginkgó készítmények a levél flavonoidokra és terpenoidokra standardizált kivonatát tartalmazzák. A modern fitoterápia a páfrányfenyőt elsősorban az agy vérrellátásának zavarából eredő, vagy degeneratív megbetegedései okozta

memóriazavar, koncentrációképesség-csökkenés, demencia, szédülés és fülzúgás kezelésére javasolja.

Az év ősmaradványa: Radiolária



A sugárállatkák az eukarióták egyik törzse, melybe 0,1–0,2 mm átmérőjű, heterotróf életmódú, egysejtű élőlények tartoznak. Korábban a Protozoa, azaz az állati egysejtűek közé sorolták őket. Mióta kiderült, hogy a Protozoa nem valós rendszertani kategória, azóta a valós, Rhizaria országba tartoznak.

Az év ásványa: Opál



Az opál egy fehér színű, a szilikátok ásványi családjába tartozó ásványkő, mely csodálatos színjátásáról ismerhető fel. Az értékes gyémántok eme asztrológiai megfelelőjét a kreatív tevékenységek, fényűző életmód, társadalmi rang, házassági harmónia és a jó egészség sikere érdekében

viselik. Nemcsak úgy simán viselik, hanem ékszerekbe foglaltatják őket, például jeggyűrűbe.

Az év ásványkincse: Lítium



A **lítium** a periódusos rendszer I. főcsoportjába, az alkálifémek közé tartozó kémiai elem. Mint minden alkálifém, erősen reaktív és gyúlékony, emiatt jellemzően ásványi olajba merítve tárolják. Amikor felvágják, a lítium fémesen csillog, de a nedves levegővel érintkezve a felület gyorsan tompa ezüstsürkévé, majd feketévé korrodálódik.

A természetben elemi állapotban nem található meg, csak vegyületeiben fordul elő, amelyek általában ionosak. A lítiumot és vegyületeit számos ipari alkalmazásban használják, beleértve a hőálló üvegeket és kerámiákat, a repülőgépiparban használt ötvözeteket (nagy szilárdság, kis tömeg), a lítiumelemeket és a lítiumion-akkumulátorokat. A lítium nyomokban minden élőlényben megtalálható. Az elemnek nincs szerepe semmilyen láthatóan létfontosságú biológiai folyamatban, mivel az állatok és a növények lítiummentes környezetben is egészségesek maradnak.

15 ERDEI JÁTÉK

1. Kincskeresés
2. Csukott szemmel tapints meg egy fát, majd keresd meg, melyik volt az!
3. Célbadobás
4. Átkelés akadályokon
5. Mennyi ideig tudsz egy lábon állni egy farönkön?
6. Látok valamit, ami...
7. Kövessük az állatnyomokat!
8. Készítsünk képet botokból, levelekből, kavicsokból, termésekből...
9. Labirintus: egy hosszú fonállal alakítsuk ki a fák körül.
10. Sasszem: Nézz körül 1 percig! Rajzold le, sorold fel, mire emlékszel!
11. Detektív: Rejtsünk el az erdőben oda nem illő dolgokat! Ezeket kell megkeresni.
12. Lenyomatok készítése különböző fák törzséről
13. Csukd be a szemed, és maradj csendben! Mit hallasz, mit érzel?
14. Egy kosárba/dobozba gyűjtsünk dolgokat a séta során. Takarjuk le. Tapintsd meg! Mi lehet az?
15. Egy kis tükör segítségével sétálj hátrafelé!



A téri észlelés, téri tájékozódás jelentősége, és fejlesztése az óvodáskorú gyermekeknél

A téri észlelés és téri tájékozódás olyan alapvető készségek és képességek, amelyek befolyásolják a gyermekek **mindennapi életét**, mint pl. az önálló öltözködést, a mozgáskoordinációt, a tárgyak használatát; a **későbbi iskolai előmenetelüket**, az olvasás, írás, matematika alapjait; és **szociális kapcsolataikat** is, pl. közös játékok során a térbeli együttműködést.

A **téri észlelés, tájékozódás képessége azt jelenti**, hogy a gyermek tisztában van saját testrészeivel, testképével, az irányokkal, azok nyelvi megfelelőivel (alatt, fölött, mellett, mögött, között, előtt, után...), képes érzékelni és értelmezni a tárgyak saját testéhez, és egymáshoz viszonyított helyzetét, valamint síkban is felismeri az irányokat, és miután balról-jobbra olvasunk, a balról jobbra haladás iránya nem okoz gondot.

A **téri tájékozódásban a saját test a kiindulópont**, elsősorban *a testkép ismerete*, a saját test megtapasztalása, érzése. Ezt megtapasztalhatjuk mozgásokban és emberábrázolásokban is. A testkép a test külső és belső érzékleiteiből származik, tartalmazza a saját testről szerzett tartós benyomásokat. Kialakulását befolyásolják az érzelmek, más emberek rólunk alkotott véleménye. Minden gyermeket hozzá kell segítenünk, hogy elégedett legyen önmagával, mert a jó érzelmi állapot pozitívan hat az énképre. A testkép fejlesztésekor cél, hogy a gyermek önmegfigyelési gyakorlatok során szerezzen benyomásokat önmagáról, valamint másokról szintén megfigyelés által. Fontos segédeszköz a tükör.

Néhány játék önmaga vagy mások megfigyeléshez:

- „Milyen vagyok?” A tükör előtt állva saját külső tulajdonságainak megfigyelése, megnevezése, megérintése.
- „Ilyen voltam, ilyen vagyok” Kisebb életkorából való, régebbi fényképek összehasonlítása a jelenlegi képekkel, tudatosítva benne a fejlődése során jelentkező változásokat.
- „Rendőrijáték” (társról történő személyleírás adása) A gyermekek kiválasztanak egy rendőrt, aki kimegy a szobából. Ezt követően megbeszélik, ki lesz az, akiről majd a rendőr számára pontos személyleírást adnak. Visszahívjuk a rendőrt, és minden gyermek mond egy-egy jellemző tulajdonságot, aminek alapján ki kell találnia, ki a keresett személy.
- „Szobrászjáték” Különböző helyzeteket mutat egy gyermek úgy, hogy háttal áll a többieknek (az oldaliság megléte miatt). A többi utánozza őt.

- „Tükörkép” A pedagógus vagy egy gyermek különféle mozdulatokat végez lassan, míg a szemben álló igyekszik utánozni, mintha a tükörképe lenne.

A testkép után a **testfogalom kialakítása** következik. A testfogalom a saját testről szerzett tudás. A gyermek megtanulja a testrészeinek az elhelyezkedését, nevét, funkcióját, képes a test lokalizálására. A testrészek tudatosításánál fontos a tükör használata. Rámutatunk magunkon egy megnevezett testrészre, majd kérjük, hogy a gyerek is mutassa meg önmagán, másokon is, illetve játékbabán. Nehezebb, ha a látás kizárásával, csukott szemmel is meg kell mutatnia a kívánt testrészt. Kellő tudás után különböző testhelyzetekben (például ülve, állva, hason/háton fekve, guggolva) is mutasson rá a kért testrészére.

Változatossá teheti az ismétlést, ha célzottan ingereljük, simítjuk, dörzsöljük az adott testrészt, melyhez különböző anyagok és eszközök használhatók fel (például vatta, selyem, tüskés labda, szivacs, hajkefe, jégkocka, hajszárító). Ha már jól ismeri a testrészeket, próbálja meg lerajzolni önmagát.

A bal-jobb irányok tudatos megkülönböztetése fontos feladat. Érdeemes egyszerre csak egy oldalt tudatosítani.

Néhány játék a testrészek gyakorlásához:

- „Hol szúrt meg”? Egy kis játékméhecskével megérintjük valahol a gyermeket. A gyermeknek meg kell mondania és mutatnia, hol szúrta meg a méhecske. Ülve, hason és háton fekve stb. is játszhatjuk. Ha így már jól megy, végezhetjük bekötött szemmel.
- Szivacs labda adogatása a törzs, váll, nyak, comb körül (ülésben, állásban), térden, tenyéren támaszkodva (mely egyben egyensúly gyakorlat is).
- Rámutatás testrészekre, mondókéval kísérve: "Itt a szemem, itt a szám..." mondóka.
- „Egy, kettő, három, bumm!” (a különböző testrészek tudatosítása) Vidám zene szól. A gyerekek közben labdát görgetnek, pattogatnak. Amikor a zeneszó abbamarad, a felnőtt hangosan elkiáltja magát: Egy, kettő, három, bumm! Bummra mozdulatlanra kell válniuk, és valamelyik testrészüket megérinteniük a labdával. Bumm helyett egy testrész nevét kiáltjuk, amelyet önmagán megérint a gyermek a labdával.

A testfogalom után fejlesztjük a **testsémát**. A testséma a test gravitációhoz való alkalmazkodásának, egyensúlyának, az izmok folyamatosan változó mozgásának megélése. Ezáltal a gyermek megtanulja uralni mozgásait. *Fejlesztését* utánzómozgásokkal, gesztusjátékokkal végezzük. A mozdulatokat hangutánzó szavakkal, ritmikus szólamokkal kísérjük, egyensúly- és koordinációs gyakorlatokat végzünk.

További játék ötletek: puzzle összerakások, kép alapján azonosítások, saját magáról rajz készítések, öltöztetős játék stb.

Miután a gyermek képes saját testén tájékozódni, észleli testének határait, ezzel tudatosítva térbeli helyzetét, elkezdjük a **téri irányok tudatosítását saját testből kiindulva**.

A **rendelkezésre álló tér nagyságának megismerésére** adunk feladatokat pl.

- adott tér megfigyelése, különböző helyváltoztató mozgásokkal való bebarangolása (gurulás, mászás, futás...)
- adott tér bejárása különböző alakzatokban (egyenes, görbe vonalak mentén),
- ugyanazt a távot, hány lépéssel, ugrással lehet megtenni.

Ezután tudatosan használjuk a **térbeli viszonyokat kifejező szavakat**, névutókat a tevékenységek során (előtt, elé, mögött, mögé, között, közé, mellett, mellé, fölött, fölé, alatt, alá, fölfelé, lefelé, jobbra, balra).

- Megkérjük a gyermeket, hogy vegyen kis játékot, vagy kedvenc tárgyát a bal vagy jobb kezébe, vagy fogja mindkét kézzel, emelje a feje fölé, tegye a földre maga elé, a két lába közé, tegye háta mögé stb.
- Játshatunk mozgásos játékot verssel kísérvé is, megkérjük, hogy emelje fel a bal kezét, jobb kezét, bal lábát, jobb lábát, érintse meg a bal fülét stb.
- Ezután tárgyakat, játékokat helyezünk el a gyermek előtt, mögött, jobb és bal oldalán, a széke alatt, amin ül stb. Megkérdezzük, mit lát tőle jobbra, balra, mi van előtte és mögötte stb.
- Testrészek oldaliság szerinti mozgatását végezzük pl.: „Fordítsd balra a fejedet, emeld fel a bal kezedet!”
- „Kötéltáncos”. Járás földre fektetett kötélén vagy padon oldalirányba, előre, majd hátra is. Szökdelés karikából előre, hátra, jobbra, balra.
- „Robotjáték”. A gyermeket nyitott, majd bekötött szemmel irányítjuk előre, hátra, jobbra, balra vezényszavakkal egy adott cél felé, változatos akadályok kikerülésével.
- „Egyeztetés” Mászás a padlóra helyezett két különböző színnel megkülönböztetett kéz- és lábformákon. (pl. jobb kéz és láb sárga, bal kéz és láb kék). Ezeken kell a gyermeknek végig haladniuk.
- „Párkereső” A gyermekek bal és jobb kesztyűknek, cipőknek, papírból készült kezeknek, lábaknak keresik meg az elveszett párjukat. A játék nehezített változata, amikor hullahopp karikába fél pár cipőket helyezünk. A pár másik felét a terem különböző pontjaira tesszük. Hangjelre kezdjük párosítani a cipőket. Igyekezzenek minél több párt megtalálni és saját helyükre gyűjteni.

Iránymozgások gyakorlása mozgással egybekötve, mondókára.

„Szoborjáték” a felnőtt a szobor és a gyermek utánozza. Fontos a mozdulatok fokozatossága.

- *egyoldali testrészek mozgatása azonos oldalon* pl. jobb kéz felemelése, jobb kéz a jobb vállra, jobb kéz a jobb csípőre stb. ugyanígy a bal kézzel, illetve a láb mozgatásával is
- *egyoldali testrészek mozgatása középvonal közelítéssel* pl. jobb kéz a homlokra, jobb kéz az állra, jobb kéz a hasra, jobb kéz a mellkasra ugyanígy a bal kézzel is
- *egyoldali testrészek mozgatása középvonal keresztezéssel* pl. jobb kéz bal vállra, jobb kézzel bal fül érintése, bal csípő megérintése jobb kézzel stb.
- *kétoldali testrészek mozgatása azonos oldalon* pl. jobb kéz magastartásba emelése a jobb oldalon- bal kéz a bal csípőre, jobb kéz a jobb vállra- bal kéz előre nyújtása, jobb kézzel jobb fül érintése- bal lábbal lépés előre stb.
- *kétoldali testrészek mozgatása középvonal közelítéssel* pl. jobb kézzel homlokérintése- bal kézzel has érintése, jobb kézzel köldök érintése- bal kéz a fejtetőre jobb kézzel áll érintése, stb.
- *kétoldali testrészek mozgatása középvonal keresztezéssel* pl. jobb kézzel bal váll fogása- bal kézzel jobb derék érintése, jobb kézzel bal fül fogása- bal kézzel jobb váll érintése stb.

Később elvonatkoztatunk a testtől, és a **tárgyakat egymáshoz viszonyítjuk**. Pl a babzsákot tegye az autó mellé, az autó mögé, tartsa az autó fölé, stb. Használjuk a következő kifejezéseket: tedd rá, tedd bele, tedd mögé, tedd elé, tedd a kettő közé, tedd fölé, tedd alá, tedd a... bal oldalára, tedd a... jobb oldalára. **Fontos az irányhármasság**. Mindig kérdezzünk vissza: **Hová** tetted a babzsákot..., **hol** van a..., **honnan** vetted el...?

Ezután következik a **téri irányok felismerése síkban**. Ahhoz, hogy a gyermek a vonalas és a négyzethálós füzetekben, a könyvekben és munkafüzetekben jól tudjon haladni és dolgozni, hogy megtanulja a balról jobbra haladást, képes legyen sorban és oszlopokban gondolkodni, elengedhetetlen, hogy a síkban jól tájékozódjon.

A síkbeli tájékozódás fejlesztését számos módon végezhetjük.

- Vegyünk egy A4-es lapot és ceruzát, a feladat pedig lehet a következő: rajzold a lap közepére egy házikót, tőle balra egy embert, jobbra egy kerítést, fölé madarat, alá virágot, a lap bal felső sarkába egy napocskát, jobb felső sarkába a jeledet!
- Olvassunk egy képről: ehhez bármelyik mesekönyv illusztrációja, képe használható, amelyen kettőnél több elem található. Kezdjük el beszélgetni a

gyerekkel a képről és tegyünk fel neki kérdéseket, ehhez válasszunk a képről egy viszonyítási pontot (egy tárgyat vagy élőlényt) és kérdezzük meg, mi van tőle jobbra, balra, felette, alatta?

- Végezzünk képolvasást A4-es lapon balról jobbra haladva nevezzük meg a képeket soronként föntről lefelé haladva.
 - Rajzolhatunk sormintát négyzetrácsos lapon, vagy sima lapon. Kezdjük el a sormintát rajzolni különböző alakzatokkal, majd kérjük meg a gyermeket, hogy folytassa a sort. Később a különböző színekkel is lehet kombinálni a sormintát.
 - Játéktárgyakkal készítsünk sorozatokot, nevezzük meg a sor elejét és végét. Rakjunk ki több sort egymás alá, és soronként haladva nevezzük meg mi van a felső, középső, és alsó sorban.
 - Vegyünk ismét egy A4-es lapot, felezzük meg, helyezzünk kis tárgyakat a jobb és bal oldalára. Majd negyedeljük a lapot és osszuk jobb, bal, alsó, felső részre. Helyezzünk kis tárgyakat, képeket az egyes részekbe azok megnevezésével. Osszuk a lapot 3x3 részre, és így nevezzük meg az egyes egységeket (felső, középső, alsó, bal, középső, jobb) kis tárgyak elhelyezésével.
 - Nagyon hasznosak a labirintus játékok, ponthálóba történő ábramásolások, Kincskereső játékok, elrejtett tárgyak keresése meghatározott irányok alapján.
- A fentiek alapján jól látszik, hogy a „**tériség**” **fogalma összetett**, szorosan kapcsolódik többek között a tudatosság, a testséma, a vizuális feldolgozás és a motoros készségek, képességek fejlődéséhez.

A **téri tájékozódás zavara** többfelé formában megnyilvánulhat. Tünetei lehetnek a jobb-bal irányok tévesztése, egyik helyről a másikra haladva az irányok összekeverése, elveszti az irányokat, nem talál vissza egy adott helyre, nem találja a helyét a térben, nehezen érti a "fent-lent", "előtt-mögött" fogalmakat, nem tud egyenes vonalban haladni, bizonytalan mozgás, ütközések, a saját test térbeli észlelésének nehézsége, formák felismerésének problémája, gyenge útvonalkövetés (pl. labirintusra rajzon), rajz közben a lap elforgatása.

Néhány hasznos szakirodalom a fejlesztéshez:

- Kocsis Lászlóné, Rosta Katalin. (2005). Ez volnék én? Testséma fejlesztő feladatlap-gyűjtemény. Budapest: Logopédiái Kiadó KKT.
- Szakácsné Kupeczki Éva: Lánc, lánc, lánc (2006)
- Szabó Borbála (szerk): Mozdulj rá! Mozgással kísért vers- és mondókagyűjtemény. Logopédiái Kiadó, Budapest 2003.

Kölesné Németh Mária

az intézmény gyógypedagógusa

Katica csoportosok munkái



A beszédészlelés és a beszédmegértés

A logopédiai vizsgálatok egyik érdekes és fontos részterülete (az *artikulációs hibák* és a *nyelvi képességek* vizsgálata mellett) a **beszédészlelés és beszédmegértés** vizsgálata.

A logopédia szűrővizsgálatok eredményeképpen ebben a tanévben is több olyan kisgyermekkel találkoztam, akiknek a beszédészlelési és beszédmegértési nehézségeik vannak.

Ezek a gyermekek sok esetben nem beszédhibások (nincsenek artikulációs hibáik), ám szegényes szókinccsel, gyengébb beszédmotoros teljesítménnyel rendelkeznek. Nehezen tanulnak verseket, mondókákat vagy ezeket tévesen mondják vissza, miközben a hallásuk jó. Nehezen tudják elmesélni a velük történt eseményeket vagy nem értik a feladatokat. Ezeknek a nehézségeknek időbeni felismerése és javítása megakadályozhatja a tanulási nehézségek és iskolai kudarcok kialakulását.

A beszédészlelési és megértési nehézségek hátterében sok tényező bújhat meg. A mindennapi beszédünk felgyorsult, kevés idő jut a gyerekekkel való beszélgetésre. A gyerekek sok időt töltenek a televízió/tablet/okostelefon előtt, egyre zajosabb környezetben élünk, gyakoriak az allergiás megbetegedések, a felső légúti fertőzések és a nagy orrmandula is nehezíti a beszédfejlődést.

Mit is jelent pontosan a beszédészlelés és a beszédmegértés?

A beszédészlelés az a készség, amelyik lehetővé teszi a gyermek számára, hogy beszédhangokat, ezek kapcsolódásait, hosszabb hangsorokat felismerjen és képes legyen az elhangzásnak megfelelő sorrendben megismételni (Gósy 1994).

Tehát az *é* helyett ne *í*-t vagy az *sz* helyett ne *c*-t halljon.

Az életkornak megfelelő szintű beszédészlelés biztosítja a gyermek számára, hogy nehézség nélkül tanuljon meg olvasni, írni majd egy idegen nyelvet elsajátítani.

Ennek a fejlesztésnek a leghatásosabb módja, ha a mindennapi életbe rövidebb-hosszabb, speciális, „játékos” beszélgetéseket iktatunk. PL: szóismétlések,

szóismétlés sűgás alapján, hangsorismétlések, szógyűjtés, szólánc, hangfelismerés, hangkeresés stb.

A beszédmegértés az elhangzó szavak, szókapcsolatok, mondatok, mondatsorozatok jelentésének, tartalmának megértése. A gyermek beszédmegértésében jelentkező nehézségek a normál beszélgetések, a mindennapi élet során nehezen vehetők észre. Ezeknek a nehézségeknek a felismerése általában az óvodai foglalkozásokon vagy logopédiai vizsgálat keretében történik.

A fejlesztés területei: spontán beszélgetések a gyermeket érdeklő témákról, háttérbeszélgetések, mese, képeskönyv segítségével, szókincsbővítés szómagyarázattal stb.

A beszédészlelés és megértés fejlesztése nemcsak logopédiai feladat. Ebben a tevékenységben a szülők is eredményesen részt vehetnek, a mindennapi életbe rövidebb-hosszabb játékos beszélgetéseket iktathatunk. Ehhez a játékos tevékenységhez szeretnék néhány feladatot ismertetni. Az egyes feladatok időtartalma ne legyen túl hosszú, általában 1-5 perc elegendő. A fejlesztés célja, hogy a gyermek beszédészlelése fejlődjön és megelőzhetőek legyenek az iskoláskori olvasás, helyesírás problémák.

Néhány ötlet a gyakorláshoz:

1. Szóismétlés

Kérjük a gyermeket, hogy ismétlje meg azokat a szavakat, amelyeket a szülő mond. A szavakat érthetően kicsit lassan ejtsük ki. Először a gyermek számára ismert szavakat válasszunk pl: alma, ház, tó, szék, ember, fa, cipő, kutya, csokoládé, játék. Később már választhatunk hosszabb és ismeretlen szavakat is, illetve mondhatjuk ezeket kicsit gyorsabban.

2. Szóismétlés sűgás alapján

Ismert szavakat sűgünk neki, jól látható szájmozgással és kissé szótagolva; kérjük, hogy ismétlje meg. Egy- egy alkalommal 4-5 szót sűgünk.

3. Hangsor- ismétlés

Értelmetlen hangsorokat vagy a gyermek számára jelentéssel nem bíró szavakat mondjunk eleinte lassú, majd normál tempóban és kérjük a gyermeket, hogy ismétlje meg azt, amit hallott. Egy alkalommal 3-6 szót mondunk pl: katarzis, heterogén, terrakotta, mesipe, vunka, citóka stb.

4. Szógyűjtés 1

A gyermekkel közösen gyűjtsünk rövid (egy szótagos) és hosszú több szótagból álló szavakat pl: nap, jön, lát, ág, rak, tű, veszedelmes, kirándulás, autóbusz, tolltartó stb.

Ha ez nehézséget okoz, akkor egy képeskönyvet vegyünk elő segítségül.

5. Szógyűjtés 2

A gyermekkel közösen gyűjtsünk olyan szavakat, amelyeknek valamilyen kapcsolatuk van egymással pl: óvodához, családhoz, lakáshoz, játékhoz, élményekhez stb. köthető.

6. Szógyűjtés 3

A gyermekkel közösen gyűjtsünk azonos főfogalom alá tartozó szavakat pl: gyümölcsök, állatok, járművek, növények, ételek, rokonsággal kapcsolatos nevek stb.

7. Szólánc

Ketten és többen is játszhatják. minden résztvevő csak úgy juthat tovább, ha elsorolja az összes szót, amit a többiek már mondtak és aztán kapcsolja a végére a saját szavát.

További ötletek és szóanyag található az alábbi kiadványokban:

Dr. Gósy Mária A beszédészlelés és a beszédmegértés fejlesztése óvodásoknak. Budapest, 1994 Nikol Gmk.

Dr. Gósy Mária és Imre Angéla : Beszédpercepció fejlesztő modulok. Budapest, 2007 Nikol Kkt

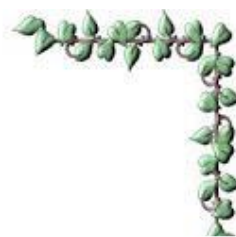
Budapest, 2025.02.01

Csécsei Edit

logopédus

Süni csoportosok munkái





„Ha a szülő már most fél konfliktust vállalni a gyerekével, mi lesz kamaszkorban?” – Egyre több a minidiktátor az ovisok között

Óvodások hozzák a családról a döntéseket, mert a szülők kiengedik a kezükből az irányítást, annyira félnek a konfliktustól. Jó szándék vezeti őket, de kis diktátorokat nevelnek így a gyerekekből.

Nem feltétlenül az a gond a minidiktátor gyerekekkel, hogy akaratosak, hanem inkább az, hogy ez a saját fejlődésükre is káros hatással lehet. Úgy tűnik, a mostani ovisok és kisiskolások között egyre több az olyan gyerek, akik zsarnokként viselkednek, nem tűrnek ellentmondást és parancsolgatnak a szülőknek, sőt akár testi erőszakot is alkalmaznak, hogy elérjék, amit akarnak.

A szülők félnek a gyereküktől

Rácz Krisztina már 18 éve dolgozik óvónőként, úgyhogy két generációnyi szülővel és gyerekekkel vannak tapasztalatai, és elmondása szerint valóban nagy változás történt a gyerekek viselkedésében az utóbbi másfél évtizedben. A gyerekek zsarnok viselkedéséért pedig nagyrészt a szülők a felelősek a pedagógus szerint. *„Szerencsésnek mondhatom magam, mert eddigi pályafutásom alatt többnyire nagyon jó szülői közösséggel találkoztam. Velem szemben a gyerekek nem nyilvánulnak meg úgy az óvodában, mint a szüleikkel, ami a következetességnek és annak köszönhető, hogy vannak szabályok, amiket be is tartatunk velük – mondja Krisztina. – Ellenben hallom, látom az öltözőben, hogyan viselkedik sok gyerek a szüleivel, hogy megüti, kiabál, hisztizik, nem csinálja, amit kér tőle a szülő és a gyerek diktál, ő hozza a döntéseket. Közben pedig három-hat éves gyerekekről beszélünk.*

Úgy érzem, hogy a mai szülők mintha félnének a gyerekektől, ha nemet mondanak.

Ennyire mások lettek volna a szülők egy évtizeddel ezelőtt? Az óvónő szerint határozottan érezhető a különbség a szülők viselkedésében is. 10 éve még sokkal jobban megfogadták például az óvodapedagógusok tanácsait, nyitottabbak voltak, nagyobb tisztelettel fordultak az óvónők felé: *„A legnagyobb darab apuka is vigyázban állt, ha*

valami olyat mondott neki az óvó néni, meghallgatta, és nem az volt, hogy úristen, hogy merjek odamenni hozzá és elmondani neki a gyerekről egy kérést.

„Én az a típus vagyok, hogy el merem mondani a szülőknek, hogy mi a gyermek érdeke és hogy nekem három, maximum négy évig az óvodásom, de egy életen át az ő gyerekük lesz.”

És lesz ő még kamasz is – akinek már volt vagy van kamasz gyereke, tudja jól, hogy azt az időszakot át kéne aludni, és felébredni akkor, amikor már lediplomázott. Ha a szülő már most fél konfliktust vállalni a gyerekével, mi lesz kamaszkorban?”

Új generáció, új nevelés

Ennek többek között az is lehet az oka Krisztina szerint, hogy a szülők között felnőtt már egy generáció, akik már más nevelést kaptak, és az internet is szerves része lett a gyereknevelésnek, ahol sok téves információt kapnak. Nagyon nehéz nekik is, elveszettnek érezhetik magukat ebben a világban. Nem is kell a Facebook rettegett anyukás csoportjait felkeresni, elég csak egy játszótérig elmenni a gyerekekkel, ahol a szülők egymást kergetik sokszor a teljesítménykényszerbe és versengésbe a gyerek fejlődése kapcsán, akkora nyomást helyeznek egymásra. Talán itt is kereshetjük arra a választ, hogy miért félnek a gyereknek nemet mondani.

Most abba mentek át a szülők, hogy mindent megbeszélnek a gyerekekkel, sok döntést rábíznak egy óvodásra.

De ez a szegény gyereknek nagyon nagy teher, ő még nem akar a saját és a szülei életéről dönteni, ezért elveszve érzi magát – teszi hozzá az óvónő. – Nem tud vakon bízni a szüleiben, mert tőle várják a választ a felnőttek, akikre támaszkodnia kéne. Azt érzi, hogy eltéved ebben a világban, mert anya és apa sem tudja, hogy mit csináljon.” A gyerek frusztrált lesz attól, hogy átadják a kezébe a döntést a felnőttek és a dühét kitölti a szülein, akik megijednek az indulatoktól és ördögi körbe kerülnek.

Bűntudat és kívánságteljesítés

Valeria Sabater pszichológus Rácz Krisztinához hasonlóan írja le a zsarnokjelenséget az *Exploring Your Mind* cikkében: a saját szakmai tapasztalata is az, hogy a mindennapi életben egyre inkább gyakoribbnak tűnik, hogy a gyerekek ütik a szüleiket, sértegetik őket, gúnyolódnak rajtuk és még sok erőszakos eszközt felsorakoztatnak, hogy megkapják, amit akarnak.

A legszembetűnőbb az, hogy minél több zsarnoki magatartást tanúsít a gyermek, annál nagyobb erőfeszítéseket tesz a szülő, hogy a kedvében járjon. A gyerek követeléseitől túlterhelt felnőtt végül büntudatot érez, amiért nem teljesíti a kívánságokat – írja Sabater.

A pszichológus a zsarnoki gyerekekre példaként hoz egy esetet, amivel nyaralás közben találkozott. Egy család ült a szomszédos asztalnál az étteremben egy ötéves gyerekkel. A kisfiút az anya próbálta etetni – a gyerek tudott enni egyedül, csak épp nem volt hajlandó rá abban a pillanatban. A gyerek megragadta az anya kóláját és meg akarta inni, nem engedte el a poharat akkor sem, amikor az anyja már háromig számolt.

Az anya megpróbált tárgyalni a gyerekkel, hogy akkor megihatja a kólát, ha megesz a húst a tányérján, amire a gyerek elkezdte szapulni az anyját többek között ilyen mondatokkal: „*Nem eszem meg azt az undorító húst csak azért, mert te mondtad*” és „*Már mondtam, hogy nem eszem meg, nem érted, amikor hozzád beszélek?*”. Eközben az apa csak szemlélője volt a konfliktusnak, amit közönyös arckifejezéssel figyelt. Az anya a pohár kóláért folytatott küzdelem után nem találta a módját, hogyan köthetne kompromisszumot a fiával, ezért feladta. A gyerek végül annyi kólát ivott, amennyit csak akart, közben az anyját szidta és az asztal alatt rugdosta.

„*Az utolsó simítás az anya dorgálása, amit a gyerek természetesen nem vesz komolyan: »meglátod, ma nem mész a medencébe«* – fejezi be a történetet a pszichológus. – *Ezen a ponton a kis zsarnoknak már elég erőforrása van ahhoz, hogy egy ilyen helyzetben győzzön. A jövőben tudja, hogy csak egy kicsit keményebben kell küzdenie a pohár kólával.*”

A zsarnoki gyerekek jellemzői:

- Nem kér, hanem követel, nem elégszik meg semmivel. Amikor megkapja, amit akar, még többet követel.
- Alacsony tolerancia a frusztrációval, unalommal vagy a kérése elutasításával szemben. Ilyenkor hisztivel, dühvel, sértegetéssel vagy erőszakkal válaszol akár nyilvánosan is.
- Kevés problémamegoldó képességet mutat. Megszokta, hogy mások oldják meg helyette a problémákat.
- Szilárdan hiszi, hogy a világ körülötte forog.
- Mindig talál igazolást a viselkedésére, és másokat hibáztat azért, amit tett.

- Nincs benne sok empátia, ezért nem érez bűntudatot, amikor kiabál, fenyegetőzik vagy fizikailag támad.
- A szabályokon és a büntetéseken vitatkozik a szüleivel, amelyeket rossznak vagy igazságtalannak nevez. Ez előnyös számára, hiszen ettől rosszul érzik magukat a szülők, és engednek neki, több kiváltságot kínálva.
- Nem reagál jól a tekintélyszemélyekre vagy a társadalmi normákra.
- Alacsony az önbecsülése, de ezt zsarnoki viselkedésével elrejti.
- Legtöbbször szomorú, szorongó, dühös.

A pszichológus leírása szerint az egyértelmű határok hiánya, a megengedő szülői stílus és a társadalmi elvárások is okolhatók azért, hogy egyre több zsarnok gyerek van. Ezek miatt a gyerekek tévesen azt hiszik, hogy joguk van azt tenni, amit akarnak, amikor csak akarnak. Ebben a hitben nincsenek tisztában azzal, hogy a jutalmazáshoz előzetes erőfeszítésre van szükség, és hogy tiszteletben kell tartaniuk másokat. Másrészt nem hagyhatjuk figyelmen kívül a fogyasztói és individualista társadalom hatását, amelyben élünk; sem a legtöbb szülő merev munkanapját, ami befolyásolja a gyermekeikkel töltött minőségi időt.

Ne a gyerek vezesse a családot

Rácz Krisztina szerint ennek az a megoldása, ha „beleállnak” a szülők a konfliktusokba még az elején, amivel a pszichológus tanácsa is abszolút rezonál: már a kezdetektől fogva világos határokat kell felállítanunk. Kétéves kortól kezdődik a dackorszak, jön a hiszti, amitől nem megijedni kell, és hirtelen bedobni a gyeplőt szülőként, hanem határokat húzni a gyereknek, mert akkor érzi magát biztonságban. Lehet, sőt kell is döntési lehetőséget adni a gyereknek, de inkább csak apróságokban és akkor is maximum két dolgot felajánlva neki. Krisztina szerint ott csúszhat el a gyereknevelés rossz irányba, ha a hisztit, a sírást nem engedjük meg a gyereknek, mert azt hisszük, hogy tönkretesszük és traumatizálódik, ha nincs minden pillanatban minden vágya teljesítve és esetleg valamilyen diszkomfortot érez vagy sír.

Pedig pont a határok és szabályok adnak biztonságot a gyereknek, mert így tudja, hogy anyja és apa a főnök, akik kormányozzák a család hajóját. Így nem lesz rajta a felelősség, hogy gyerekként vezesse az egész családot.

A mai kor problémájának látja azt is az óvónő, hogy óriási társadalmi elvárás van már óvodás korban a gyerekek felé és persze a szülők nyakában. Rohannak a háromévesek

egyik különóráról a másikra, az ötévesek az iskolafelkészítőkre, angolórákra, mert aggódnak a szülők, hogy ha nem teszik meg ezt, akkor majd lemarad a jobb iskolákról a gyerek. Ez egy állandó sürgetést jelent, ami szintén frusztrációt okoz a kicsiknél, akiknek még szabadon kellene játszani.

A családi programokban is látszik egyfajta társadalmi nyomás, kikopnak az olyan egyszerű közös tevékenységek, mint a társasozás vagy az esti mesélés, és helyette loholnak egyik szuper programról a másikra a szülők a gyerekekkel. Pedig az ovisoknak kellene a nyugodt, lelassult pillanatok családi körben ahhoz, hogy feltöltődjenek és megfelelően fejlődjön az idegrendszerük. Mindez együtt hozzájárulhat ahhoz, hogy úgy viselkedjenek, mint a minidiktátorok.

A pszichológus szerint, ha hagyjuk, hogy zsarnokok legyenek a gyerekek és a világ körülöttük forogjon, azzal rossz szolgálatot teszünk nekik, mert az a gyerek, akinek lesik minden kívánságát és a döntéseket a kezébe helyezik, nem készül fel a felnőttkorra.

A jövőben nehezebben kezeli majd az új helyzeteket és értetlenül áll a problémák előtt, mert előbb-utóbb szembesülni fog azzal, hogy az élet nem idomul ahhoz, amit ő akar. Ha tehát egészséges lelkű gyerekeket szeretnénk nevelni, akkor nem irányíthatja a szülői döntéseinket a félelem, tartsuk szem előtt inkább azt, hogy az a gyerek és az egész család érdeke is az, ha határokat szabunk és nem toljuk a felelősséget át a gyerekekre.

<https://nlc.hu/>



Pillangó csoportosok munkái



Programok, ünnepek óvodánkban

A tervezett programok megvalósulásának módjáról aktuálisan részletes tájékoztatót küldünk Önöknek.

Tervezett programok:

Február:

- **03. Medve nap**
- **20. Farsang**
- **26. Szülői értekezlet:** Katica csoport 16³⁰

Március:

- **Nyílt nap: 05-06. Katica csoport**
12-13. Süni csoport
Pillangó csoport április hónapban
- **14. Március 15-i ünnepség**
Az idei évben is szeretnénk megrendezni „magyar termék” kiállításunkat. Célunk, hogy a gyerekeket hazaszeretetre neveljük, erősítsük magyarság tudatukat.
Mindezekhez az Önök segítségét szeretnénk igénybe venni: szíveskedjenek március 11.-ig, olyan termékeket, -illetve csomagolásukat- behozni, melyeken látható a „magyar termék” embléma.
Előre is köszönjük segítségüket.
- **20. Madarász óvoda foglalkozás**
- **21. Víz Világnapját ünnepeljük.**
- **28. Fényképezés mind a három csoportnak**

Április:

- **02. Szolfézásra csalogató program a Rácz Aladár Zeneiskolában**
- **09. Hangszerbemutatót- Rácz Aladár Zeneiskola**
- **10. Madarász óvoda foglalkozás**

- **10. Családi nap**
- Óvodánkban, mind a három csoportban **15.-én délelőtt** fog sor kerülni a **húsvéti** ajándékozásra. Ebben az évben is a gyerekek az udvaron kereshetik meg az elrejtett húsvéti ajándékokat.
- **25.-én** óvodánkban **Nevelés nélküli munkanap** lesz, ezért ezen a napon óvodánk zárva tart.
- **Föld napi ünnepségünket** **29.-én** délelőtt tartjuk, melyen hagyományainkhoz híven virágpalánták ültetésével szeretnénk szebbé varázsolni óvodánkat.

Május:

- Az **Anyák napi** ünnepségeket május elején tartjuk
- **08. Madarász óvoda** foglalkozás
- **09. A madarak, fák napja**
- **30. Évzáró-Ballagás**

Június:

- **04. Gyermekek nap**
- **20.-án** óvodánkban **Nevelés nélküli munkanap** lesz, ezért ezen a napon óvodánk zárva tart.

Augusztus:

- **25.-én** óvodánkban **Nevelés nélküli munkanap** lesz, ezért ezen a napon óvodánk zárva tart.

Nyári zárás: július 21 – augusztus 15

Anyák napi epres süti



Hozzávalók:

1 csomag friss leveles tészta

1 tojás

2 csomag vaníliás cukor

25 dkg apróbb szemű eper

Elkészítés:

1. Az epreket megmossuk, kicsumázzuk, félbevágjuk.
2. A leveles tésztát kiterítjük, kisimítjuk, az elhabart tojással egyenletesen lekenjük, és egyenletesen megszórjuk 1 csomag vaníliás cukorral. Virág alakú kiszűrőformával kiszaggatjuk, a virágokat sütőpapírral bélelt tepsibe tesszük.
3. A másik csomag vaníliás cukrot egy tálkába öntjük, az eprek vágott felületét belemártjuk, és minden virág közepére teszünk 1-1 szemet.
4. 160 fokra előmelegítjük a sütőt, és kb. 10 perc alatt megsütjük. A sütőből kivéve a tepsiben hagyjuk kihűlni, majd ízlés szerint tálkába, kosárkába tesszük, és felköszöntjük az édesanyját, nagymamát.