

Napsugár- Vadvirág Krónika

28. szám



XII. évfolyam 28. szám - 2025. október

Szerkesztette: Keresztesi Béláné

Felelős: Skrek Dóra igazgató



Hélvári Andrea

SÜNI RINGATÓ

Sün, sün, sünike,
hord az almát mind ide!

Levélkupac lesz az ágya,
"őszi szellő" a párnája.

Sün, sün, sünike,
itt az alvás ideje.

Egyél almát, körtét sokat,
jó éjszakát, szép álmokat!

Rímtündér Fb oldal



TARTALOM

Köszöntő	3
Novák Ferenc: Társ a nevelésben	5
Okoseszközök és okos szülők, avagy egyensúlykeresés a digitális korban	8
Zöldóvoda rovat	11
Jeles napok	14
Nyílt napok, aktualitások	15
Olvasói sarok	16
Játékajánló	20



KÖSZÖNTŐ A 2025/26 NEVELÉSI ÉV KEZDETÉN

Szeretettel köszöntök minden kedves Gyermeket és Szülőt, különösen azokat, akik az idei évben újonnan csatlakoztak óvodai közösségünkhöz.

Megkezdjük a 2025/26-os nevelési évet. Bízom benne, hogy ez mindenki számára örömteli, élményekkel és közös programokkal teli időszak lesz. Célunk, hogy a gyermekek gazdagodjanak játékokban, tapasztalatban és közösségi élményekben egyaránt.

Terveink között szerepel, hogy a középső- és nagycsoportos gyermekek számára kirándulásokat szervezzünk – minden óvoda saját helyszínre, saját időpontban indul majd.

Az iskolába készülő gyermekek számára Manó bérletek váltását tervezzük az Erzsébetligeti Színházba, amely lehetőséget nyújt gyermekelőadások megtekintésére, ezáltal is elősegítve az esztétikai és művészeti nevelést.

Rendezvényeinkről és aktuális programjainkról bővebb információt az óvodaújság hasábjain találhatnak. A programok megvalósítását a XVI. kerületi Önkormányzat támogatja.

Óvodánk jellemzőit és a közeljövőben megújuló dokumentumainkat intézményünk honlapján is megtekinthetik <https://napsugar.bp16.hu/>.

Örömmel értesítem Önöket, hogy a nyár folyamán tornaszobák kialakítására került sor az Ágoston utcai, a Borotvás utcai és a Ciráki utcai óvodai épületekben. A gyermekek az idei évben birtokba is vehetik ezeket, ezzel is támogatva mozgásfejlődésüket. A Lándzsa utcai óvodások továbbra is használhatják a Cseperedő Bölcsőde tornatermét.

Bízom benne, hogy hatékony együttműködésünk révén tovább erősíthetjük a család és óvoda közötti partneri kapcsolatot.

Köszönöm a nevelőtestületünk felé tanúsított bizalmukat. Továbbra is legjobb tudásunkkal, magas színvonalú pedagógiai munkánkkal dolgozunk azért, hogy méltók legyünk arra a megtiszteltetésre, hogy gyermeküket – a legféltettebb kincsüket – ránk bizzák.

Szeretettel és tisztelettel:

Skrek Dóra
igazgató



NEVELÉSI KÉRDÉSEK

NOVÁK FERENC

TÁRS A NEVELÉSBEN

Nevelés kérdésekkel

Ha már tinédzser a gyerek, akkor vélemények és utasítások helyett sokkal jobban működik a nevelés kérdésekkel. Valójában már kisgyermekkortól kezdve hatékonyabb a válaszokra rávezetve kérdezni, mint kijelenteni valamit a gyerek számára.

Hol van ennek az alsó határa? Ott húzódik, ahol a gyerek már rendelkezik elegendő ismerettel és saját tapasztalattal ahhoz, hogy egy a szülő által nevelési célzattal feltett kérdésre odaillő legyen a válasza. A határ alja nem az, amikor már tud beszélni a gyerek, hiszen már jóval hamarabb érti, amit mondunk. Megkérdezed, hogy hol a helye ennek a ténynek, ő pedig megmutatja vagy akár oda is viszi a tényért.

Vélemények és utasítások

Amikor a szülő azt veszi észre, hogy bár ő semmit sem változtatott azon, ahogyan a gyereket a nevelés keskeny ösvényén vezetgeti, a gyerek egyszer csak elkezdi visszautasítani az ő véleményét és utasításait. Ezzel párhuzamosan pedig egyre több konfliktus jön létre közöttük.

Nem, most nem a tévesen [dackorszaknak](#) nevezett időszakról van szó, amit amúgy helyesebb önállósodási korszaknak hívni. Bizony, a gyerek változik. Amíg kisebb korában elegendő számára, hogy a szülő elküldi őt fogat mosni, később még a barátságosan megfogalmazott kérések sem működnek feltétlenül.

A tinédzserek sokkal inkább elvárják, hogy döntéseik az övék lehessenek. Ha a szülő nem veszi észre az önállósodás e második nagy korszakának elejét, akkor egyre több és hevesebb ellenállásban lesz része. Megfigyelhető a szóbeli kommunikációnak egy skálája, aminek a felső tartományában maradván sokkal inkább célt érünk egy tinédzsernél. Ezt szóbeli nevelési skálának is hívhatnánk, de mivel hiányzik róla az egyetértés, ezért helyesebb egyet nem értési nevelési skálának nevezni.

Az egyet nem értés nevelési skálája

- kérdés („Szerinted figyelembe véve azt, hogy ...?”)
- javaslat („Szerintem jobb lenne, ha ..., de rád bízom.”)
- kijelentés („Én a helyedben ...”)
- kérés („Mivel ..., ezért azt szeretném, hogy ...”)
- helytelenítő vélemény („Nem tartom helyesnek, hogy ...”)
- utasítás („Azt fogod csinálni, hogy ...”)



- tiltás („Megtiltom, hogy...”)

Amikor egyetértünk a gyerekekkel, akkor abban nincs konfliktus. Amikor azonban nem értünk egyet valamiben, akkor hasznos ismerni az egyet nem értés nevelési skáláját. Minél többet használod a skála felső négy szintjét, annál sikeresebb leszel nem csak [tinédzser](#) gyerekeddel, de még az óvodással is. Nem állítom, hogy néha nem lehet szükség a legalsó három szintre, de megfigyelhető, hogy akiknek nehezen megy tizenéves gyerekük nevelése, azok jellemzően véleményeket, utasításokat és tiltásokat alkalmaznak vagy alkalmaztak idáig.

Nevelés kérdésekkel

A zárójelben található mondatkezdemények csak odaillő lehetséges változatok. Sokféleképpen fogalmazhatunk. Ha azt szeretnénk, hogy a gyerek vigyen magával egy megfelelő dzsekit, akkor mondhatjuk a gyereknek: „Azt olvastam, hogy nagy eső lesz ma, viszel magaddal egy dzsekit?” Ez sokkal jobb, mint a skála legalján ez: „Dzseki nélkül nem mehetsz!”

Sok szülő eljut odáig, hogy kijelentést használjon: „Én a helyedben vinnék magammal dzsekit.” Van, amikor ez működik is, de egy tinédzser könnyen gondolhatja magában, hogy nem vagy a helyében.

Ha kérdésekkel nevelsz, akkor a válasz a gyerek saját meggyőződéséből származik, amit könnyebb követnie.

Csak kérdésekkel?

Egy önálló gyerek nem szívesen adja fel a döntés jogát. Akkor csak kérdésekkel neveljünk? Ettől még nyilván nem. Álljon itt egy erős példa! Ha a gyerek egy olyan házibuliba megy, amiben a sejtésed szerint drog is lesz és tudod, hogy a gyerek még nem elég erős visszautasítani mások unszolását, akkor kezdheted a skála tetején egy jól irányzott kérdéssel, de ha nem jutsz eredményre, mehetsz lefelé a skálán egészen a [tiltásig](#).

Ahhoz, hogy jól kérdezhessünk a gyerektől, pontosabban ahhoz, hogy ő jól kiértékelhessen egy helyzetet, odaillő ismeretekre van szüksége. Jól tesszük ezért, ha nem zárjuk el őt a környezetéről, a világról szóló ismeretektől – és itt nem arról van szó, hogy híreket kellene hallgatnia. A szülőkkel való hétköznapi beszélgetések jó alkalmak arra, hogy a gyerekekkel együtt értelmezzünk emberi problémákat. Ez még mindig jobb, mintha magára maradna az interneten terjedő sok butasággal.

Egy szint, ami kimaradt

A nevelés kérdésekkel szint felett lehetne még egy szint, aminek „történet” (Elmondok neked egy történetet, ...) lehetne a neve. Ez azonban kilógna a sorból amiatt, hogy általában előre használjuk, míg a többit akár azonnal. Erre ugyanis nem akkor van szükség, amikor egy konkrét helyzetben szeretnéd őt egy jó döntésig eljuttatni vagy megmenteni valami rossztól, mert ilyenkor nincsen annyi idő.

A történet szintjét minden gondos szülő használja, hiszen mesét mond a gyerekeknek. Amit kevésbé tesznek az az, hogy tudatosan tanulságos történeteket mondanak neki később is. Ehhez elég nehéz egy tinédzsert megnyerni, ha már megszokta, hogy vacsora végén szétszéled a család



és ő automatikusan előkapja a telefonját, vagy elvonul a szobájába. Ha azonban azt figyeli meg, hogy a szülők még beszélgetnek egymással jó darabig, akkor egy-két hónap múlva már ő is ott marad majd párszor.

Bár örömteli lenne, ha sikerülne a skála felső tartományában nevelni a gyereket, néha ez lehetetlen a gyerek pillanatnyilag rosszabb hangulata miatt. Egy dühös gyerekkel például nem maradhatsz a kérdések szintjén, mert abban az állapotában nem veszi majd figyelembe a kérdésbe csomagolt vagy a kérdés előtt felsorolt érveket, információkat. A skála használatát tehát tanácsos összehangolni a gyerek pillanatnyi hangulatával. Ennek részletezésére egyszer sort keríték majd egy hangjegyzetben vagy előadásban.

Sorrend

Meglepő lehet, hogy a Kérés a skála közepén helyezkedik el, pedig ugye milyen szépen hangzik, hogy „Légy szíves ...”. Kisgyermekkorban – nagyon is helyesen – sokat használjuk ezt főleg két dologra: együttműködéshez és segítség kérésre. Segítség kéréséhez természetesen ez a legjobb, legbarátságosabb formula. A szóbeli nevelés kommunikációs skálája azonban elsősorban arra való, hogy a gyereket minél könnyebben juttassuk el a dolgok helyes megítéléséhez és az ebből származó helyes döntéshez. A Kérés tehát ezen a skálán tehát nem arra vonatkozik, hogy segítséget kapjunk, hanem arra, hogy az történjen, amit a szülő szeretne, mert valamiért nem találja megfelelőnek a gyerek elképzelését. A skála Kérés alatti, alsó tartománya nem optimális, de a megelőzés vagy védelmezés szerepét néha betöltheti.

Tényleg! Miért is ez a skála sorrendje? Azért mert onnan indul, ahol nem a gyereken múlnak a dolgok, és oda tart, ahol ő alkotja meg a választ, ő hozza meg a döntést. Végül is hová tartunk a gyerekneveléssel? Az ő felnőtt kora felé. Nevelésünk sikeres, ha felül kilépve onnan már „elhagytuk a skálát”, mire ő felnőtt vagy már hamarabb. Ha a tetejére, a „Kérdés” fölé odatennénk még a Történet szintjét, akkor az már az előre megszerzett tudásnak felelne meg. Ezen a szinten a szülő vagy pedagógus már korábban „elvégezte a munkát”, a gyerek már eleget tud és tapasztalt ahhoz, hogy optimálisan döntsön, cselekedjen.

A skála feletti, tehát a Kérdések és a Történet fellelti tartomány már a felnőtt gyerekünk saját tudásának, saját válaszainak és többnyire helyes döntéseinek világa. Ide azonban a gyerekkoron keresztül érkezhetsz meg, vagy rosszabb esetben sosem éri azt el. Az érkezés szülők, pedagógusok és más felnőttek felelőssége is, nem csak a gyereké. Ez a pár utolsó mondat kissé elméletinek hangzik, de Te, mint szülő, maradhatsz gyakorlatias. Sikeredet nagyban növeli majd, ha jól megy neked a nevelés kérdésekkel.

Novák Ferenc



Okoseszközök és okos szülők, avagy egyensúlykeresés a digitális korban

Kedves Szülők!

Sokan tapasztalhatják, milyen nehéz ma szülőként jól eligazodni a képernyőhasználat kérdésében. Szinte minden pillanatban kéznél van a telefon vagy a tablet, és a rohanó hétköznapiakban sokszor nagyon csábító megoldás, ha a tévé vagy a tablet biztosít pár perc nyugalmat. Néha tényleg ez az egyetlen módja annak, hogy nyugodtan elkészülhessen a vacsora, elintézhessék a fontos telefont vagy akár csak kifújhassák magukat. A következő sorokban szeretném megmutatni, hogy néhány apró változtatással hogyan lehet egyensúlyt teremteni, hogy a gyerekek is fejlődhessenek, és a család is megőrizhesse a nyugalma ebben a digitális világban.

Miért ennyire vonzó a képernyő?

A képernyős tartalmak nagyon gyorsan váltakozó képekkel, élénk színekkel, zenével és hanghatásokkal dolgoznak. Ez a kisgyermek számára különösen izgalmas, hiszen az agyuk még fejlődésben van, és nagyon érzékeny az új, intenzív ingerekre. Nem csoda, hogy sokszor nehéz lekapcsolni a mesét, a gyerek szó szerint „benne van” a történetben, és hirtelen minden üresnek tűnik, amikor vége.

Fontos tudni, hogy a képernyő előtt töltött idő többnyire passzív tevékenység, a gyermek nem mozog, és kevésbé használja a fantáziáját, mint a szabad játék közben. Hosszú távon ez hatással lehet a figyelemre, az alvásra és a társas kapcsolatokra is.

Mennyi az ajánlott képernyőidő?

A szakmai ajánlások szerint 2 és 6 éves kor között a gyermekeknek nem érdemes naponta 1 óránál többet képernyő előtt tölteni. De nem csak az idő számít, hanem a tartalom minősége is. Sokkal értékesebbé válik a képernyő előtt töltött idő, ha közben együtt vannak a gyermekkel, összefüggve nézik a mesét, majd beszélgetnek róla, eljátsszák, amit láttak.

Tévé vagy YouTube?

Ma már teljesen természetes, hogy a YouTube a mindennapok része. Sok gyermek akár önállóan is tudja kezelni a felületet, saját maga választ videót, és ha megunja, továbblép. Ez a fajta tartalomfogyasztás nagyon gyors tempójú, és rengeteg inger éri közben a gyermeket, ami megterhelheti a fejlődő idegrendszert. Ráadásul felbukkanhatnak olyan videók is, amelyek nem a korosztálynak valók.

Ezért biztonságosabb, ha a gyermek előre kiválasztott, rövid mesét néz, lehetőleg reklámmentes csatornán vagy megbízható streaming szolgáltatón. Ez kiszámíthatóbb és az idegrendszernek is kedvezőbb.



A példamutatás ereje

A gyerekek nem csak azt hallják, amit mondunk, hanem azt is figyelik, amit teszünk. Ha azt látják, hogy mi is letesszük a telefont, sokkal könnyebben elfogadják a képernyőidőre vonatkozó szabályokat.

Három egyszerű tipp a szülőknek saját képernyőidejük csökkentésére:

- Az értesítések lenémítása. Kezdetben szokatlan lehet, de néhány nap után érezhetően nyugodtabb a telefon közelében lenni.
- Közös „telefonmentes időszakok” bevezetése, például étkezés közben vagy lefekvés előtt.
- Napi képernyőidő-korlát beállítása saját maguknak. Tekinthetik ezt játékos kihívásnak is.

Ezekkel az apró lépésekkel nemcsak a gyermekek képernyőidejére hatnak kedvezően, hanem közösen alakíthatnak ki új, egészségesebb digitális szokásokat.

Mit csinálhatnak a gyerekek képernyő helyett?

Néhány egyszerű ötlet, ami otthon is működik, és legalább olyan lekötő, mint a képernyő:

- Közös építés (lego, fakocka, Duplo), amely fejleszti a kreativitást és a problémamegoldást.
- Szerepjáték (boltos, orvosos, konyhás), amely segít feldolgozni a napi élményeket.
- Mozgásos játékok: ugrálás, tánc, párnacsata, akadálypálya a lakásban.
- Kreatív tevékenységek: rajzolás, gyurmázás, matricázás, egyszerű kézműves projektek.
- Közös olvasás vagy mesélés, amely gazdagítja a szókincset és fejleszti a fantáziát.
- Zenehallgatás és éneklés, akár csörgőkkel vagy dobolással kísérve.

A gyermekek számára mindig az a legjobb képernyőhelyettesítő, ha a szülőkkel lehetnek, még ha csak 10 percre is, amikor valóban megkapják a teljes figyelmüket.

Ajánlott mesék és sorozatok óvodásoknak

Ha mégis képernyő előtt töltenek egy kis időt, érdemes lassú, nyugodt tempójú, életkornak megfelelő történeteket választani.

- Bogyó és Babóca: kedves, lassú történetek barátságról és együttműködésről.
- Maszat mesék: hétköznapi helyzetek, amelyekkel a gyerekek könnyen tudnak azonosulni.



- Franklin, a teknős: sokféle érzelmet mutat meg, amiből a gyerekek tanulhatnak.
- A kuflik: humoros, kreatív, rövid epizódok.
- Micimackó: szeretetteljes, lassú történetek, amelyek segítenek az érzelmekről beszélgetni.
- Bing: a kis nyuszi mindennapjai, hibázik, tanul, barátkozik, pont, mint az óvodások. A legjobb, ha egyszerre csak 1–2 rövid epizódot néznek, és utána együtt beszélgetnek róla vagy eljátsszák a történetet.

Képernyőmentes hét közös családi kihívás

A képernyőhasználat csökkentése nem egyik napról a másikra történik. Érdemes apró lépésekben haladni, közösen megbeszélni a változtatásokat, és sok alternatív programot kínálni. Jó módszer lehet egy közös „**Képernyőmentes Hét**” kihívás, amely során minden napra jut egy kis játék vagy közös program. A cél nem a tökéletesség, hanem hogy a gyerekek megtapasztalják, mennyi más izgalmas dolog van a képernyőn túl.

Hétfő: Táncos nap. Kapcsoljanak zenét, és tartsanak családi táncpartit a nappaliban.

Kedd: Kincskeresés. Rejtsenek el néhány tárgyat, és adjanak nyomokat vagy rajzoljanak egyszerű térképet.

Szerda: Kézműves délután. Rajzoljanak, fessenek vagy készítsenek közösen só-liszt gyurmát.

Csütörtök: Mesemondó est. Kapcsolják le a lámpát, és meséljenek egymásnak zseblámpafénynél.

Péntek: Párnacsata vagy akadálypálya. Jó móka és remek feszültséglevezetés a hét végére.

Szombat: Társasjáték vagy szerepjáték. Bábozás, bolt- vagy óvónénis játék, esetleg szerepcsere, ahol a gyermek is kipróbálhatja a „felnőtt szerepet”.

Vasárnap: Séta és megfigyelés. Figyeljék meg, mit látnak és hallanak: madarakat, leveleket, a felhők formáit.

A hét végén érdemes közösen megbeszélni, melyik program tetszett a legjobban. Sok gyermek ilyenkor jön rá, hogy a képernyő egyáltalán nem is hiányzott, ha helyette van közös, vidám élmény.

Ne feledjék, a gyerekeknek nem tökéletes szülőkre van szükségük, hanem szeretetteljes, figyelmes jelenlétre. A kisebb-nagyobb kibillenések a digitális szokásokban teljesen természetesek, a legfontosabb, hogy együtt, fokozatosan találják meg a család számára működő egyensúlyt.

Krivács Kitti

Óvodapszichológus



Zöld óvoda rovat

Az előző tanévben végzett munkálatok

A kiskertek felújítása egyik fontos feladata volt minden csoportnak. A gondnok István bácsi kiskertek kerítéseit megjavította, a virágládákba új növényeket telepítettünk, és az óvodánk udvarán a meglévő növényzet gondozásába is bevontuk gyermekeket. A kiszedett gáz a komposztálóba vittük, ahol megnézhatték a gyerekek, hogy mi történt az addig gyűjtött és komposztált növényzettel.



Víz világnapja

Tervezett programok: Vízzel való kísérletek, ismeretterjesztő játékok, feladatok



Föld napja

Tervezett programok: kertészkedés, virágültetés



Madarak, fák napja



Május 15-én minden csoport ellátogatott az Erzsébet ligetbe, ahol végig sétáltunk a madár tanösvényen. Meghallgattuk a tanösvény vezetőjét, aki sok érdekességet mesélt a madarak életéről.



2025/2026-os tanévben első felében tervezett zöld programok:



Mobilitási Hét

Ideje: 2025. szeptember 16-20

Szervező: Andi néni (Süni csoport)

Arra bízattunk és kértünk mindenkit, hogy a Mobilitási hét időszakában, reggelente, aki megteheti, „autómentesen” érkezzen az óvodába.

Programok: Rajzpályázat, Talicska kihívás, Biciklizés az óvoda körül, Biciklizés a Hermina parkig



Állatok napja

Ideje: 2025. szeptember 29- október 03.

Szervező: Éva néni

- Egész héten állatokkal kapcsolatos kérdéseket lehet megfejtetni és a gyűjtő dobozba bedobni.
- Az ovigalériába sok szép állatos képet lehet megtekinteni.





- Csütörtökön a reggeli időszakban minden csoportban barkácsolhattak a gyerekek. Állatokat ábrázoló képeket lehetett színezn, majd kivágni és végül pálcikára ragasztva bábozni lehetett vele.



- A Katicacsoportban 10- órától vetítés volt, kérdések alapján ki kellett találni melyik állatról van szó.

-



Egészségnap

Ideje: november

Szervező: Zsuzsa néni

Tervezett programok:

- saláta készítés a gyerekekkel,
- egészség piramis,
- zöldség, gyümölcs bábok készítése



JELES NAPOK



Márton nap

Ideje: november második fele

Szervező: Anikó néni (Pillangó csoport)

Tervezett programok: - kézműves foglalkozások, táncház



Mikulás

Ideje: december 5



Adventi délután:

Ideje: december 8-16

Szervező: csoportos óvónők



Karácsony

Ideje: december 11-19

Szervező: csoportos óvónők



Medve nap

Ideje: február

Szervező: Zsuzsa néni



Nyílt napok a szülők részére

2026. január 15- február 28 között tervezzük. A pontos időpontot a csoportos óvodapedagógusok fogják meghatározni és meghirdetni.

Aktualitások

A nevelés nélküli munkanapok rendje:

A nevelés nélküli napokon szülői igény alapján a gyermekeket a Mátyásfüldei Fecskefészek, vagy a Sashalmi Manoda óvodájában fogadják.

A nevelési évben 5 nevelés nélküli szakmai napot tervezünk,(ha változás történik időben értesítjük a kedves szülőket):

2025. október 22.	szerda
2025. december 12.	péntek
2026. április 2.	csütörtök
2026. június 19.	péntek
20256 augusztus 24.	hétfő

Óvodapedagógusi szülői értekezletek és fogadó órák rendje

Szülői értekeztet az óvodapedagógusok a kiscsoportokban 4 alkalommal, a többi korcsoportban évi 3 alkalommal tartanak.

Témáit csoportonként határozzák meg az éves munkaterv kiemelt feladataival összhangban. A szülő fogadóórán, ill. egyeztetett időpontokban a gyermek személyiségfejlődésének, értékelésének nyomon követése céljából kötelesek az óvodapedagógusok évi két alkalommal, szükség szerint többször tájékoztatni. Az óvodapedagógusok min. havonta egy alkalommal a csoport faliújságján feltüntetett időben tartanak fogadó órákat, ezen felül egyeztetés szerint. A gyermekvédelmi felelősök előzetes egyeztetés alapján várják a hozzájuk forduló szülőket. Fogadóórát kezdeményezhet a szülő, az óvodapedagógus, ill. az óvodavezető is.



Olvasói sarok

KALENDÁRIUM

SZEPTEMBER



Mérleg (IX.21.-X.20)

SZENT MIHÁLY HAVA ŐSZELŐ HÓ

1. Egyed. Ezen a napon lépnek szolgálatba a juhászok, kondások és a szőlőpásztorok. A szőlőhegyen zárónap, ettől kezdve tilos szekérrel, abroncsos edénnyel a szőlőben járni. Megkezdődik a szőlőőrzés. A disznót hízóba fogják. Egyed-nap időjárásából az egész őszre következtetnek.

5. Lőrinc A lassan beköszöntő őszre utal, hogy ez a szabadban fürdés utolsó napja. A "lőrinc" dinnye, körte már nem igazán ízes. Ezen a napon fordul az időjárás: ha szép idő van, hosszú lesz az ősz. Lőrinc napja után a fás növények meg-állnak fejlődésükben, és a kígyó odvába bújik.

8. Kisasszony ősi pogány őszkezdő nap. "Fecskehajtó Kisasszony"-nak is nevezik: e naptól kezdve indulnak útnak a fecskék és a vándor-madarak. Sok helyen a dióverés napja.

21. Máté Ha ezen a napon tiszta az idő, jó lesz a bortermés. Vetésre viszont Máté hete nem kedvező "pelyvahét"-nek nevezik.

Bár csillagászatilag ezen a napon van az őszi napéjegyenlőség, jelentősebb ünnep nem kapcsolódik hozzá. Ezután kezdődnek az őszi pász-torünnepek, a gazdasági év végét jelentő szüreti mulatságok.

29. Mihály őszi évnegyedkezdő nap. Európa-szerte ismert pásztorünnep. Ezen a napon hajtják be a legtöbb állatot a faluba, ekkor lépnek szolgálatba a pásztorok.

Megszakad a fű gyökere, megszűnik a mézelés, a halak a víz fenekére húzódnak. Megkezdődik az őszi vetés.

Ha ezen a napon még itt vannak a fecskék, új-évig nem lesz nagy hideg. A Mihály napi menny-dörgés szép őszt, de kemény telet jelent.



OKTÓBER



**MINDENSZENT HAVA
ŐSZHÓ**

Skorpió
(XI.21.-XI.20)

- 2. Leodegár** vagy **Petra**. Az első lombhullató nap.
4. Ferenc Ez a hét is kiválóan alkalmas az őszi vetésre.
15. Teréz Szüretkezdő napnak tartják.
16. Gál A halászat befejező napja: tavakon, folyókon utolsó nagy közös halfogást tartanak. A makk érését e naptól számítjuk.
18. Lukács Kórházak, fürdők védőszentje. A Mecsek-alján a gesztenyeszüret napja, akkor tartják a pécsvárad leányvásárt.
20. Vendel Főleg a Dunántúlon a pásztorok védőszentje. Sok helyen a pásztörünnepet ezen a napon tartják.
21. Orsolya A káposzta és a kerti veteményes betakarításának a napja.
23. János A megrövidült nappalt jelzi, hogy sok helyen ekkor gyújtanak lámpát a szobában.
26. Dömötör Vendel mellett az őszi pásztörünnepek napja. Az Alföldön és az ország észak-keleti részében főként a juhászok körében kedvelt a "dömötörözés", a juhászbál.
28. Simon, Júdás Sokfelé télkezdő napnak tartják.
31. Farkas A faültetésre az egyik legkedvezőbb nap.

NOVEMBER



**SZENT ANDRÁS HAVA
ŐSZUTÓ**

Nyilas
(XI.21.-XII.20)

- 1. Mindenszent.** A cselédfogadás, bíróválasztás, tanácsújítás napja. Erre a napra vetést, az őszi munkákat már be kell fejezni. A természet is nyugovóra tér.
Ekkor emlékezünk meg halottainkról. A teme-tők megtelnek őszirozásával, krizantémmal, az el-múlás jelképes virágaival. Az ablakokban gyertyát gyújtanak.
3. Hubert. Hubertusz a vadászok védőszentje, akik ezt a napot nagy vidámsággal ünneplik
11. Márton A boltokban ezen a napon gyűjtik meg a gyertyát.
Ekkor vágják "Márton lúdját" és a lakomán megköstölják az új bort, ennek ugyanis Márton a "bírája".
Ezen a napon sütik a "marcipánt" is, ami a cukrászdai édesség elődje.
A mesterek vacsorát adnak legényeiknek, a gazdák a pásztorokat vendégelik meg.
Számptalan időjósítás fűződik a naphoz: "Márton olykor fehér lovon jár" - tehát felkészültünk



a havazásra: "ha Márton lúdja jégen áll, karácsonykor sárban botorkál", vagy "ha jókedvű Márton, kemény lesz a tél."

19. Erzsébet. Ha Erzsike megrázza a dunyháját, az havazást jelent.

25. Katalin. A lányok védőszentje. Sok férjjezlás fűződik ehhez a naphoz.

Sok helyen "Katalin-ágot" raknak vízbe, hogy karácsonykor kizöldüljön.

Időjárásban a karácsonnyal ellentét: "ha Katalin kopog, karácsony locsog."

30. András A téli évnegyedkezdő mulatságok napja. András nap utáni vasárnap kezdődik advent, ettől kezdve karácsonyig lakodalmas táncos összejevetelt nem tartanak.

András naphoz fűződik a legtöbb férjjezló szokás - az ilyen napokat általában "andrásoló" napokként tarjuk számon.

Sokféle ilyenkor már disznót vágnak, mert a hús már eltartható.

DECEMBER



KARÁCSONY HAVA TÉLELŐ HÓ

Bak
(XII.21.-I.20)

3. Borbála. Bányászok, tüzérek és várak védőszentje.

Katalinnal együtt a lányok pártfogója, andrásolónap. Ekkor teszik vízbe a "Borbála-ágot" - cseresznye-, barack- vagy mandula galyacskát, ami, ha karácsonyig kivirágzik, akkor a leány biztos férjhez menetelre számíthat. .

6. Miklós. A gyermekeket megajándékozó Mikulás alakjának a magyarság körében kevés hagyománya van, német területről származik.

7. Ambrus. Ezen a napon a méhészek és a mézeskalácsosok ünneplik védőszentjüket.

13. Luca. A Gergely-féle naptárreform előtt az év legrövidebb napja volt.

Legszigorúbb dologtiltó nap a nőknek, mivel a gonoszjáró napon mindenhol boszorkányok leselkednek.

Ekkor kezdik készíteni a Luca-széket, amire a karácsonyi éjféli misén felállva megláthatók a boszorkányok.

Fiatal legények házról házra járva "kotyolnak" - megvarázsolják a tyúkokat, hogy jó tojók legyenek, és sok termékenységre, bőségre utaló kívánságot mondanak.

Elterjedt szokás még a Luca-napi búzahajtatás és a Luca-kalendárium készítése (a karácsonyig tartó 12 naptól a következő év hónapjainak időjárására következtetnek).

24. Ádám és Éva Sok helyen böjtölnek Szenteste, ünnepi ételnek halat esznek. A karácsonyi étkezéseket különleges szertartásokkal szabályozzák, amelyben az abrosznak is fontos szerepe van. A karácsonyfa állításának szokása német földről került hozzánk. Egyébként sok népnél visznek ezen a napon a lakásba élő növényt, örökzöldet, az állandó megújulás jelképét.

25. Karácsony. Eredetileg a téli napforduló ünnepe. A kereszténység ezen a napon ünnepli Jézus megszületését.

Legismertebb karácsonyi népszokás, a betlehemezés dramatikus formában adja elő a Szent-család szálláskeresésétől a napkeleti királyok látogatásáig a cselekményeket. A betlehemezés



kerete legtöbbször profán pásztorjáték.

Karácsony és Újév között járnak házról házra a regösök. Fiatal fiúk csapata különböző zajkeltő eszközök kíséretében ősi elemeket tartalmazó rítuséneket énekel, amelyben a samanizmus maradványai és a téli égbolt képe helyet kap.

A legények kopott ruhában, bocskorban vannak. Szent István szolgáinak mondják magukat, a csodaszarvasról énekelnek, aki égitesteket hordoz két oldalán, szarvain pedig gyúlatlanul égő gyertyákat tart. Minden versszak végén, mintegy varázsigeként, elhangzik a "hej regő rejtem" refrén. Legvégén fiatal párokat regölnek egymáshoz.

26. István. Egészség- és termésvarázsoló nap. Ekkor köszöntik ünnepélyesen az Istvánokat.

27. János. Szintén híres névköszöntő nap. A szőlősgazdák bort szentelnek és minden hordóba töltenek egy kicsit, hogy meg ne romoljon. Ami megmaradt, elteszik gyógyszernek és isznak "Szent János poharából".

28. Aprószentek. Egészség varázsló nap, sok helyen vesszőből font korbáccsal megcsapkodják a lányokat, hogy szépek, egészségesek legyenek.

29. Tamás. E nap országszerte disznótorokat tartanak. A disznó háját elteszik, hogy gyógyító irt készítsenek belőle.

31. Szilveszter. Az év legvidámabb éjszakája az első évezred végén élt Szilveszter pápa ünnepe.

Az év végi mulatozást már a rómaiak is megtartották december 27.-én, a híres Szatumállákon. Ezen az éjszakán eltemetik az ó esztendő és különböző varázslásokkal, praktikákkal igyekeznek megtudni, hogy mit hoz az Újév. Legismertebb az ólomöntés, amikor a frissen öntött ólom formájából jósolnak: vagy a gombócfőzés, amikor papírszeletekre férfi neveket írnak, ezeket gombócokba dugva forró vízbe dobják, s amelyik legelőbb a víz színére emelkedik, az lesz a neve a leány jövőendő férjének.

JANUÁR



TÉLHÓ
BOLDOGASSZONY HAVA

Vízöntő
(I.21.-II.20)

1. Újév. Az évkezdet minden népnél szerencsevarázsló és gonoszűző ünnep. Az egész napot vidámság, evés-ivás jellemzi, és természetesen elmaradhatatlanok az újesztendei jókívánságok.

Se szeri, se száma az újévre vonatkozó különféle időjóslásoknak. Ízelítőül egy olyat idézünk, ami gyakran beválik: ha nincs fagy januárban, meghozza azt majd a március és az április. Sok jóslás fűződik az "első"-höz: az első újévi látogató lesz a leány férje, amivel először foglalkozik az ember, azt fogja egész évben csinálni stb.

6. Vízkereszt, háromkirályok. A karácsonyi ünnepek zárónapja, ekkor kezdődik a Farsang. Ezen a napon utoljára gyújtják meg a gyertyákat a karácsonyfán, majd lebontják a fát.

Sok helyen Vízkereszt napján tartják a Csillagozást, vagy a Háromkirályok járását, a három napkeleti bölcs betlehemi látogatásának emlékére.



Megszentelik a házakat vízzel és sóval (gonoszűző szerek), és krétával a szemöldökfára írják a G. M. B.-t (Gáspár, Menyhért, Boldizsár).

18. Piroska. "Negyvenes nap", azt jelenti, hogy ennek a napnak az időjárása egyezni fog az egy vagy két holdváltozásra bekövetkező időszak hőmérsékletével, csapadékmennyiségével. (tudományosan nem bizonyított).

20. Fábián és Sebestyén. A két vértanú ünnepe az első tavaszébresztő nap. Ekkortájt kezdenek a fák mézgásodni, nedvet szívni. Fábián a pestisese, Sebestyén a nyilasok, puskások, védőszentje.

22. Vince "Ha megcsordul Vince, tele lesz a pince" Olvadás esetén jó bortermésre lehet számítani. Vince a szőlősgazdák egyik védőszentje.

25. Pál fordulása, a bibliai Saulus Paulusszá változásának története alapján a kemény tél időjárásának átalakulását jósolják erre a napra: "Pál fordulás - télfordulás".

Játékajánló

Ugróiskola:

Nagy előnye, hogy bárhol játszható. Játsszóteren, udvaron könnyen megrajzolható, lakásban is egyszerűen elkészíthető, pl. polifom négyzetekből, vagy öntapadós tapétából kivágott formákat ragaszthatunk a lakásban olyan helyre, ahol nem akadályozza a mozgást semmi.

Fejlesztő hatása: egyensúlyérzék, szem- kéz, szem- láb koordináció, térérzék

Barkács tippek

Őszi termések kiválóan alkalmasak különböző figurák, képek alkotások létrehozására, pl. gesztenye, dió, makk figurák, levél lenyomatok, préselt levelekből kép ragasztása, ajtó díszek, zöldségbábok készítése stb.

A gesztenye, makk figurák: anyagszükséglet: termések, fogpiszkáló vagy hurkapálca, különböző anyag darabkák, esetleg zseniliadrót (kreatív üzletekben kapható) fűró alkalmatosság (furdancs, szúróár), ragasztó.

A felnőtteknek kell a termésekbe a lyukakat kifűrni, de a gyerekek a pálcákat ügyesen tudják a lyukakba szűrni. Egyszerű figurák: süni, napocska, ezekbe csak lyukakat kell fűrni és beledugni a pálcákat.

Csiga, katica, méhecske : ezeket a megfelelő színű anyagok ráragasztásával alakíthatjuk ki. Katicához a fél dióhéj is kiválóan alkalmas.



Levéllenyomatok: anyagszükséglet: rajzpapír, festék, présel levél

A lepréselt levelek fonák oldalát kell befesteni, majd a rajzpapírra nyomni.

Levélképek: anyagszükséglet: különböző formájú és nagyságú préselt levelek, ragasztó, rajzlap

A lepréselt levelek között válogatva kirakunk egy képet, majd leragasztjuk.



Remek szórakozás! Mindenkinek ajánlom!

Zsuzsa néni