

Kedves Szülők!

Hatalmas feladat elé állított a koronavírus mindannyiánkat. Megváltoztak a mindennapjaink, otthon kell maradni, ami kisgyermekkel különösen nehéz. A mindennapi tennivalók és/vagy az iskolás testvér mellett komoly feladat lefoglalni az aprónépet. Ebben kívánunk segíteni nektek, s megmutatni, hogy az otthoni környezet mennyi lehetőséget rejteget.

Gyermekeitek számára nagy öröm, hogy veletek lehetnek. Talán most van idő együtt játszani, mesélni, sütni, főzni, kicsit kertészkedni, berakni a mosógépet, teregetni, vagy akár együtt takarítani. Minél több mindenbe tudjátok bevonni a gyerekeket, annál jobban eltelik a nap, annál több közös öröme, élményetek lesz.

Ötletekkel szeretnénk segíteni, hogy otthon milyen tevékenységekkel, hogyan fejleszthetitek gyermekeiteket. Ha hiszitek, ha nem, egy óvadás szinte mindenbe bevonható a maga szintjén, mindenben tud valamit segíteni (,na meg hátráltatni) és minden tennivaló által fejlődik.

Napirend:

Készítsetek napirendet a gyerekek bevonásával. Nyilván a felnőtt dönti el, mikor ebédel a család, vagy mikor kell felkelni, lefeküdni, de beszélgetetek arról a gyerekekkel, mi mindennek kell beleférnie egy napba, hogyan kell igazodni a családtagoknak egymáshoz, mikor és mennyit lehet tévézni, mikor lesz a meseolvasás, mikor a festés, rajzolás, a játék a szabadban. Megbeszélés után írva, rajzolva rögzítsétek a napirendet. A nagyobbak már maguk is meg tudják rajzolni, mi után mi következik, a kicsiknek rajzolja meg a nagytesó vagy a szülők. Ha együtt, előre terveztek, azt a gyerekeknek is könnyebb betartani, akkor van mihez igazodni. Tudják, majd, hogy pl. ebéd után mese, aztán pihenés, mert anyának mosogatni kell, stb. A nagycsoportosok tanulhatják az órát, hová kell érnie a mutatónak ahhoz, hogy kezdődjön a mese, vagy be kelljen fejezni a legózást, stb. Az óvodai létünk egyik alappillére is a jó napirend.

Ha egy hétre előre is tudtok tervezni, az még jobb, mert akkor van mit várni, van mire készülni, van mit fejben tartani.

Például hétfőn festünk, kedden labdázunk, szerdán kuckót építünk a kanapé mögött, csütörtökön sütit sütünk, és így tovább. Számolhatják, megnevezhetik a napokat, a veletek való beszélgetés közben észrevétlenül megtanulják a „ma, tegnap, holnap, tegnapelőtt, holnapután” fogalmakat, el tudnak helyezkedni az időben, tervezgethetnek, visszaemlékezhetnek...

A házi rend készítésével és követésével fejlődik a gondolkodásuk, a tervezési képességeik, a rövid és hosszútávú memóriájuk, megtanulják a napok sorrendjét, ha sorszámozzuk is a napokat, akkor gyakorolják a sorszámok használatát, ha követitek a napirend betartását, akkor fejlődik szabálybetartó képességük, bővül szókincsük.

Öltözködés:

Hagyjatok időt arra, hogy a gyerekek önállóan öltözködjenek. Az óvodában is ezt teszik, csak és kizárólag akkor kell nekik segíteni, ha tényleg nem boldogulnak. Időbe telik, az igaz. Sokkal gyorsabb, és egyszerűbb, ha mi felnőttek rájuk adjuk a ruhát, de akkor hogyan lesznek képesek önállóan és gyorsan öltözni majd pl. a tornaórán? Öltözködés közben fejlődik a gondolkodásuk, a szerialitásuk (képesek lesznek megfelelő sorrendben végezni dolgokat), a testsémájuk, a kézügyességük, erősödnek a kéz-középcsontjaik (amikre nagy szükségük lesz az írásnál) stb. Ráadásul hatalmas sikerélmény, önbizalom növelő, hogy „egyedül meg tudtam csinálni”. A picik még nem, de a középsősök és a nagyok képesek kifordítani a ruháikat, számukra fontos a gombolás és a cipzározás gyakorlása is. Ez rendkívüli módon erősíti, ügyesíti kezeckéjüket, segíti a szem-kéz koordinációt, a finommotorika fejlesztését, ami elengedhetetlen lesz az íráshoz. Ha még maguk teszik a szennyesbe a levett ruhát, vagy hajtogatják össze és teszik a székre, ami másnap is felvehető, akkor felelősségérzetük is gyarapodni fog. Bár nem sok fűzős cipő létezik már, a cipőkötés egy olyan komplex dolog, amiben szinte minden képességet használniuk kell, ami csak az iskolához szükséges. Várjátok el tőlük ezeket a dolgokat, akkor is, ha időbe telik, mert képesek rá és mert szükséges.

Munka jellegű feladatok, étkezések:

Az oviban a középsősök és a nagyok rendszeresen naposok. Terítőt terítenek az asztalra, kiszámolják, hány tányér, hány evőeszköz, szalvéta kell, oda is teszik. Lehet ez otthon is az ő feladatuk, hiszen közben számolni, párosítani tanulnak, a jobb-bal oldalról tapasztalatot szereznek.

Ha van egy kis kancsó, amiből vizet önthetnek, fejlődik a szem-kéz koordinációjuk, a finommotorikájuk. Segíthetnek az asztal leszedésében, sőt, akár a mosogatásban is. Ebben a korban székre állva mosogatni nagyon szeretnek, kamasz korukban úgyis leszoknak róla sajnos.

Ha már a mosogatásnál tartunk, a tiszta edények elpakolásában is segíthetnek a gyerekek. A felnőtt adogatja, a gyerek a helyére teszi. Közben figyel a szülőre, (ez a szándékos figyelem, amit majd az iskolában is használ) gondolkodik, minek hol a helye, emlékezik, mit hova rakott tegnap, összehasonlítja, melyik tányér a mély, melyik a lapos, melyik tál a nagyobb, mert azt kell alulra tenni, melyik fazékra melyik fedő illik. Fejlődik az összehasonlító, megkülönböztető képessége, a szándékos emlékezete. Halmazt képez a kanalakból, villákból, késekből, míg kiválogatja és elrakja. Hihetetlenül sok fejlesztési lehetőség rejlik a konyhai tevékenységekben.

Bevonhatók a gyerekek a további házimunkákba: portörletés, feltörletés, söprögetés, teregetés, zokni párosítás, krumpli pucolás, süteménysütés, kertészkedés, stb... imádják a gyerekek. Jó, ha van feladatuk, mert azzal fejlődik önbizalmuk, feladattudatuk.

Tisztálkodás, kézmosás:

Ez most rendkívül fontos. Mellékelünk is olyan dalocskát, magyarázó videót, ami a jelen helyzetet segít megérteni, és a kézmosás fontosságára hívja fel a gyerekek figyelmét. Az oviban úgy tanítjuk, hogy vizezd meg a kezed, zárd el a csapot, nyomj rá szappant, és habozd a kezed...habozd, habozd, amíg 15-ig számolsz. A számolást már az óvodában felemeltük 30-ra, hogy a vírus biztosan elpusztuljon. 30 után alapos öblítés és alapos törölközés. A pontosság, a gondosság, a szem-kéz koordináció, a finommotorika, a számolási képesség, a kitartás, a szabálykövetés mind-mind fejlődik egy egyszerű kézmosás közben.

A nagycsoportosok számára fontos a popsi kitörletése. Mire iskolába kell menniük, meg kell tanulják, mert ott már senki nem fog nekik segíteni.

Meseolvasás:

A KÖNYV című közös téma kezdődött volna az óvodánk minden csoportjában. Minden óvónéni ad majd ötleteket, hogyan lehet otthon kicsit pótolni, amiről egyelőre lemaradtunk. Olvassatok minden nap a gyerekeknek!

Bármikor, napközben vagy elalvás előtt, vagy naponta többször is. Kutatások bizonyítják, hogy azok a gyermekek, akiknek kicsi korától minden nap olvasnak, akár másfél évvel is megelőzhetik kortársaikat gondolkodásban, szókincsben, érzelmi intelligenciában, képzelőerőben. A mese a legfontosabb, de mellette tudományos/ismeretterjesztő könyveket, verseket is vegyettek elő. Tudjuk, hogy népszerű a Bogyó és Babóca, de az csak az egészen kicsiknek való. A nagyobbaknak jöhetnek a folytatásos történetek, a tündérmesék, a kalandos történetek, a magyar népmesék, a kortárs írók meséi. A mesehallgatás közben fejlődik a gyerekek aktív és passzív szókincs, a figyelme, a türelme, a gondolkodása, az emlékezőképessége, az auditív érzékelése (képes a hang által kapott impulzusokat értelmezni), erre az iskolában nagy szüksége lesz. A sok képernyő nézés szinte kiöli ezt a képességet, így akik nem hallanak sok mesét, és itt a halláson van a hangsúly, azoknak nagyon nehéz lesz az iskolában a hallott szöveget, a tanítónéni magyarázatát értelmezni. A mesét később le lehet rajzolni, el lehet játszani, lehet róla beszélgetni. Ezek során a rövid- és a hosszútávú emlékezet, a szókincs és a verbális kifejező készség fejlődik.

Mozgás:

Gyanítom, hogy ez lesz a legnehezebb a bezártság idején, különösen azoknak, akik panelban laknak, és nincs udvaruk. A gyerekek mozgásigénye kielégíthetetlen, de közben ott a nagy, akivel leckét kell csinálni, vagy a baba, akit tisztába kell tenni, főzni is kéne... Mégis mindenképpen próbáljátok a mozgást beiktatni a napirendbe! A gyerekek agya nagy, a tüdejük kicsi. Az agyuk fejlődéséhez sok oxigénre van szükség, amit csak mozgással, rohangálással, a szabadban történő ordibálással biztosíthatunk számukra. Reméljük, hogy nem jutunk el a kijárási tilalomig. Jó lenne, ha minden gyerek minden nap tudna futni, rohangálni, labdázni, biciklizni, hintázni. A szobában tornázhattok együtt, akár videóra, (pl. a régi tv tornákra), akár mondhat feladatot anya, apa, vagy a gyerek is. Jó móka is lehet az együtt tornázás, ha már a játszótereket nem lehet használni. A mozgás rengetegféle képességet fejleszt, mindet fel sem tudom sorolni, pl.: Figyelem, testséma, téri tájékozódás, mindenféle motorikus képesség, szem-kéz, szem-láb koordináció, finom mozgások, nagymozgások, erő, állóképesség, gondolkodás, figyelem, koncentráció, stb.

Séták során beszélgethettek arról, amit láttok, a rügyszőfáról, a bokrokról, a madarokról, a kutyákról, stb... Bővül a gyerekek szókincs, fejlődik a megfigyelő képességük, összehasonlító, megkülönböztető képességük.

Játék:

Mivel? Bármivel! Leginkább a családdal.

Annál jobb egy játékeszköz, minél egyszerűbb, mert akkor több mindenre felhasználható. Minden gyereknek megvan a kedvence, baba, legó, autók, állatok, plüszik, stb. Remekül lehet játszani még botokkal, kövekkel, csigaházakkal, anya nyakláncával, edényekkel, kalapáccsal, szögekkel, kinél mi van otthon. Gyanítom, hogy most a világ minden játékát is megunják majd. Ezért javaslom, hogy főzzetek, süssetek, mossatok, kertészkedjete, tornázzatok együtt. A közös tevékenységekben persze hátráltathat is a gyerek, de ha már megunt minden játékot, még biztosan szívesen kiszedi a ruhát a mosógépből, vagy mosogat kicsit. Szánjátok rá az időt, és együtt csináljatok, amit csak lehet. Az igazi tennivalók, az igazi feladatok sokkal nagyobb kihívást és örömet jelentenek a nagycsoportos korúaknak, de a kisebbeknek is, mint bármi más. Önbizalmuk növekedéséhez, a helyes önértékelésükhöz mindez elengedhetetlen. „Munka” közben beszélgethettek a ruhák színéről, az edények nagyságáról, számolhatjátok a kiszaggatott pogácsákat, vagy megtárgyalhatjátok a világ dolgait. Ha eleget „kap belőletek” az óvodás gyerek, akkor lesz türelme kivárni, amíg a nagyobbal leckéztek, vagy a picit ellátjátok.

Jó, ha van otthon gyurma, ceruza, olló, festék, ragasztó, színes papír, újság, amiből ki lehet vágni... A gyöngyfűzés, a régi fűzőlapok is lefoglalják a nagyobbakat egy ideig.

Hasznos lehet egy pár virágláda, virágföld és magok még azoknak is, akiknek nincs kertjük, udvaruk. Lehet gondozni az elvetett magokat, naplót vezetni róla, akár minden nap lerajzolni, épp mekkora a növényke, stb.

Jók a nagyobbaknak a foglalkoztató füzetek, de azt sem lehet örökké csinálni.

Nagyon jó a közös társasozás, kártyázás. Társast készíthet a család is. Kitalálhattok egy meséhez vagy a mindennapokhoz, szinte bármihez egy társast, amit megterveztek, megrajzoltok a gyerekekkel, kitaláljátok közösen a szabályokat, és együtt játszotok. Pl. „napirend társas”, amiben pl. „ha kibírod magadban, amíg anya főz, hármat léphetsz előre”. „Ha hisztizel, vissza kell lépned a kiinduló helyre”, vagy „szépen elraktad a játékaid, ötöt léphetsz előre”, stb. A nagyobb gyerekek igen ötletesek az akadályok és előre vivő lehetőségek kitalálásában.

Egy társas készítése (amihez a legnagyobbaknak is szüksége van szülői segítségre) fejleszti a gondolkodásukat, a tervező képességüket, a számolási készségeiket, a döntési képességüket, a kreativitásukat, a kitartásukat, a szem-kéz koordinációjukat, stb.

Beszélgetés:

Nagyon fontos! A gyerekek tőlünk tanulják a világot, a kapcsolatteremtés módjait. Úgy fognak ők is kommunikálni, ahogyan mi velük. Türelmesen vagy türelmetlenül, örömmel, vagy kedvetlenül, tartalmasan vagy üres beszéddel, szép kifejezéseket, szavakat használva vagy színtelenül...

Az óvodánkban minden csoportban, minden nap van beszélgetőkör, ahol az adott nap történéseit, örömeit, bánatait megbeszéljük. Megtervezzük a témánk következő tennivalóit, terveket kovácsolunk. Megdicsérünk (lehetőség szerint) mindenkit valamiért. Kit azért, mert nem sírt reggel, kit azért, mert segített a kisebbeknek, vagy egy szép játékot vitt végig, stb...

Vicces lenne, ha otthon a család leülne a szőnyegre... de végül is miért ne? A forma, a hely mindegy. A lényeg, hogy legyen a napnak egy olyan része, akár vacsora után, vagy mese előtt, amikor együtt felidézitek a nap legjobb részeit. A szülők is és a gyerek(ek) is elmondják, mi volt nekik aznap a legjobb dolog. Minek örültetek a legjobban, mit sikerült megvalósítani az aznapra tervezettek közül, és mit kell másnapra halasztani. Keressétek a dicsérni valót! (Pl. „annyira örülök, hogy ma segítettél teregetni, így hamarabb tudtunk kártyázni”. Vagy: „Jólesett, hogy csendben maradtál, amikor megkértelek”, „stb.) A legkisebb dolognak is örüljete, és mondjátok is el, de ha valami nagyon nem sikerült, azt is tegyétek szóvá. Pl. „szomorú vagyok, hogy összevesztünk, a tévénézésen”. Vagy: „remélem, holnap nem felejtet el eltenni a játékaidat” stb.

Az oviban, amikor megdicsérjük a gyerekeket, majd elszállnak a boldogságtól. Erős motiváció a dicséret a következő napra is.

Képernyők:

A sok otthonlét óhatatlanul magával hozza, hogy többet nézünk tévét. Az unatkozó gyerek könnyebben kerül a számítógép elé, vagy ül le mesét nézni. De ez nem jó!!! Kérjük, hogy ne menjen egész nap a tévé, mert hogy úgysem nézi a gyerek. Dehogynem. Figyelme odatapad, még ha közben játszik is... Zavarja őt a nyugodt

létben, idegrendszerét megterheli az állandó zaj, és kép. Iktassátok be a napirendbe, mikor, mennyit és mit lehet tévézni, telefonozni vagy tabletezni. Ezeknek az eszközöknek a fejlesztő hatásairól nem nagyon tudunk írni, óvodás korú gyerekek számára még inkább ártalmasak, mint fejlesztőek.

Bízunk benne, hogy a gyermekeitekkel boldogan töltitek majd ezt a nehéz időszakot. Nagyon szorítunk azoknak a szülőknek, akiknek dolgozniuk kell, és a nagyobb testvér, vagy más vigyáz a gyermekükre. Nekünk most az a dolgunk, hogy tanácsainkkal, ötleteinkkel segítsünk benneteket. Minden héten, minden csoport óvónénije írnak ötletet az óvoda honlapjára és a facebook csoportokban is tarthatjuk a kapcsolatot. Kérdezzetek bátran, írjatok, segítsétek ti is egymást ebben az új, nehéz helyzetben.

Szeretettel gondolunk rátok!

A Tatai Bartók Béla Óvoda óvónénijeinek nevében Pusztai Katalin