

SZIGETSZENTMIKLÓSI PITYPANG ÓVODA
ÉS
CSERBÓKA TAGÓVODA



PITYPANG ÚJSÁG

NYÁR 2026



Tartalom

Vers	3
Könyvajánló	4
Kukucska – Betekintő óvodásaink életébe	5
Kukucska – Betekintő óvodásaink életébe	8
Kicsi Kéz, Nagy Erő.....	11
Pitypang Mesesátor	13
Barangoló	14
Dúdoló	18
Mozgolódó.....	19
Naptárállítás a Tulipán csoportban	21
Egyszer volt, hol nem volt.....	23
Hasznos tippek szülőknek	25
Kis Kertészek akcióban	27
Cserbókás Gyerekszáj	28
Pitypangos Gyerekszáj	30
Hírek a Pitypang TehetségMűhelyből	33
Manóműhely.....	35
Programajánló	37
Jóga rovat	39
Játékos fejlesztő feladatok.....	40
Így sütünk, főzünk mi.....	45
Mumus-űző mesék.....	47
Tudtad?.....	49
Zöld tippek	51
Egyszer volt, hol nem volt.....	55
Ott voltunk a Zöld Követ által kiírt „20+26 – Így kezdj környezetbarátan az új évet!” kihívásban.....	57
Ovikezdeés magabiztosan	58

Vers

Zelk Zoltán: Vakáció

**Hova menjünk,
milyen tájra?**

**Hegyre talán
vagy pusztára?**

**Folyópartra
vagy erdőbe?**

**Faluszéli
zöld mezőre?**

**Lepkét fogjunk
vagy horgásszunk?**

**Vagy mégisesak
hegyet mászunk?**

**Akár erdő,
akár folyó:
gyönyörű a
vakáció!**



Könyvajánló

Pagony Kiadó: 3 éves, 4 éves, 5 éves lettem!



A kisgyermek életében a mesék különleges szerepet töltenek be: segítenek feldolgozni a mindennapi élményeket, fejlesztik a képzelőerőt, és biztonságot adnak az új helyzetek megértésében.

A Pagony Kiadó „3 éves lettem”, „4 éves lettem” és „5 éves lettem” című könyvsorozata pontosan ebben nyújt segítséget a családoknak és az óvodás korú gyermekeknek.

A sorozat különlegessége, hogy az egyes kötetek mindig az adott életkor sajátosságaihoz igazodnak. A történetek olyan hétköznapi helyzeteket dolgoznak fel, amelyek minden kisgyermek számára ismerősek lehetnek: barátkozás, óvodai élmények, testvéri kapcsolatok, félelmek, örömök vagy éppen a szabályok tanulása. A mesék rövidek, könnyen követhetők, így ideálisak esti közös olvasáshoz vagy akár napközbeni mesehallgatáshoz is.

A „3 éves lettem” kötet történetei a legkisebb óvodások világát hozzák közel. Ebben az életkorban minden új és izgalmas: az önállósodás első lépései, az óvodai beszokás vagy a saját akarat felfedezése. A kedves, humoros történetek segítenek a gyerekeknek megérteni saját érzéseiket, miközben sok vidám pillanatot is tartogatnak.

A „4 éves lettem” meséi már egy kicsit nagyobb óvodásoknak szólnak. Ebben az időszakban egyre fontosabbá válnak a barátságok, a közös játékok és a szabályok elfogadása. A történetek sok olyan helyzetet mutatnak be, amelyekről később a szülők és a gyerekek együtt beszélgethetnek. Ez nemcsak szórakoztató, hanem segíti az érzelmi fejlődést és az empátia kialakulását is.

Az „5 éves lettem” kötet szereplői már igazi nagycsoportos kalandokba keverednek. A gyerekek ebben a korban egyre kíváncsibbak, bátrabbak és önállóbbak lesznek, miközben készülnek az iskolára is. A könyv történetei játékosan támogatják ezt az időszakot, és megerősítik a gyerekeket abban, hogy ügyesek, szerethetőek és képesek megoldani a felmerülő nehézségeket. A sorozat egyik legnagyobb erőssége, hogy a gyerekek könnyen magukra ismerhetnek a szereplőkben és a történetekben. A kedves illusztrációk, az életkornak megfelelő nyelvezet és a szeretetteljes hangulat miatt ezek a könyvek gyorsan a családi esti mesék kedvenceivé válhatnak. Szeretettel ajánljuk tehát minden óvodás család figyelmébe a könyvsorozatot! Jó hír a gyerekeknek és a szülőknek, hogy az óvodai könyvtárunkban, a **MeseOdúban** is megtalálható néhány kötet belőle, így bárki kikölcsönözheti és együtt olvashatja otthon ezeket a kedves történeteket.

készítette: Sereg Györgyi – igazgatóhelyettes, óvodapedagógus forrás, képek: google

Kukucska – Betekintő óvodásaink életébe

Kukucska – A tavaszi hónapok izgalmas eseményei a Cserbókában

Az óvodába is beköszöntött a tavasz, és vele együtt az év egyik legszínesebb, legpezsgőbb időszaka. A természet ébredése a csoportok mindennapjaiban is érezhető, egyre több időt töltünk a szabadban, figyeljük a rügyező fákat, a nyíló virágokat és a visszatérő madarakat, sokat beszélgetünk a természet szépségeiről, védelméről és az évszakhoz kapcsolódó hagyományokról, ünnepekről.

Március

Március 15-ei szabadságharc és forradalom



Március 15. alkalmából a gyerekek versekkel, dalokkal és saját készítésű kokárdákkal emlékeztek meg nemzeti ünnepünkről. A közös készülődés során játékos formában ismerkedtek meg a korabeli eseményekkel, a nemzeti jelképekkel és az ünnep történelmi jelentőségével. Programunkat különleges élmény gazdagította, egy huszár látogatott el óvodánkba, aki bemutatta a huszárok jellegzetes öltözetét és felszerelését. A gyermekek életkoruknak megfelelő, szemléletes formában hallhattak arról is, milyen fontos szerepet töltek be a huszárok az 1848–49-es forradalom és szabadságharc idején.

Víz világnapja

A Víz világnapján játékos foglalkozások során beszélgettünk a víz fontosságáról és a környezetvédelemről. Kísérletekkel, mesékkel és közös játékokkal hívtuk fel a figyelmet arra, hogyan vigyázhatunk természeti kincseinkre. A gyermekek örömmel vettek részt a játékokban, és látogatták meg a többi csoportot, ahol további játékokat próbálhattak ki.



Április

Föld napi Karnevál



A Föld napja alkalmából tartott Karneválon óvodánkban a gyermekek játékos és élményszerű formában tehettek képzeletbeli utazást a világ különböző tájaira.

A csoportok egy-egy ország vagy földrész kultúrájával, hagyományaival, jellegzetességeivel ismerkedtek meg, majd kreatív tevékenységeken, dalokon, táncokon és érdekes

információkon keresztül mutatták be társaiknak felfedezéseiket.

Az idei program során Afrika, Törökország, Norvégia és Görögország került a középpontba. A gyermekek betekintést nyerhettek az egyes helyszínek természeti kincseibe, népszokásaiba, épített örökségébe és mindennapi életébe.



Vulkán-bemutató

Nagy sikert aratott Gabi néni vulkánbemutatója, ahol a gyerekek egy izgalmas „kitörést” figyelhettek meg. A látványos kísérlet sok kérdést és kíváncsiságot ébresztett bennük, miközben játékosan ismerkedtek a természeti jelenségekkel.



Május

Anyák napja

Anyák napján megható versekkel, dalokkal és saját készítésű ajándékokkal köszöntöttük az Édesanyákat. A bensőséges ünnepség sok mosolyt és megható pillanatot szerzett az Anyukáknak.

Kolompos-műsor

A Kolompos koncert vidám pünkösdi hangulatot varázsolt az óvodába, ahol mindenki együtt énekelt és táncolt. A közös zenélés és játék igazi ünnepi élményt jelentett a gyerekek számára. És hogy miről szólt? Gyermekből választott, "felbajuszozott" öreg királyról, koronás, fiatal trónörökösökről, pünkösdi királyfiról, pünkösdi királykisasszonyról, baldachint tartó udvarhölgyekről, koszorús lányokról, májusfás vőfélyről, a királykisasszonyt kísérő pajzsosról, fakardos, falovas, sisakos páncélos vitézekről, királyságokról, meséről, énekről, muzikaszóról, vidám táncmulatságról.



Családi délután és Gyermeknap



A családi délután és a gyermeknap sok játékkal, nevetéssel és közös élménnyel zárta a tavaszi időszakot. A programokon a szülők és gyermekek együtt kapcsolódhattak ki, miközben gyurmázhattak, kézműveskedhettek, készült katica, szélforgó, színes tulipán, csillámtetvolás és mosoly is tündökölt mindenkin a nap végére. Ismét vendégül láthattuk óvodánkban az Ákom-Bákom Bábcsoportot. Ezúttal a gyermekek nagy öröme a Csizmás Kandúr kalandjait elevenítették meg bábelőadásukban. A vidám, fordulatokban gazdag mese alatt lelkesen követték a furfangos kandúr történetét.

készítette: Huszti Rózsa – tagintézmény vezető, óvodapedagógus képek: Cserbóka Óvoda dolgozói

Kukucska – Betekintő óvodásaink életébe

Virágzik a jókedv, a Pitypang Óvodában

Farsang

Vidám farsangi hangulat töltötte meg februárban a Pitypang Óvoda csoportjait, ahol minden gyermek felölthette kedvenc jelmezét. Hercegnők, szuperhősök, állatok és mesefigurák lepték el az óvodát, így igazán színes és különleges napot tölthettek együtt a kicsik. A csoportokban játékos feladatok, vidám vetélkedők és sok nevetés várta a gyerekeket. A jókedvből természetesen a felnőtteknek is jutott, hiszen az



óvónénik és dajkák, pedagógiai asszisztensek, a portás bácsik is örömmel kapcsolódtak be a farsangi mulatságba.



A tánc és a közös éneklés sem maradhatott el, így mindenki önfeledten szórakozhatott. A fánksütést idén, a Miklósi Baráti Klub vállalta, akik kora reggel, már szorgosan dolgoztak, hogy a tízórai biztosítva legyen, ezúton is köszönjük nekik.

A torna- és a közös játékokra is lehetőség nyílt, ahol együtt búcsúztattuk a telet, és vidáman köszöntöttük a közelgő tavaszt.



A tornateremben pedig közös játékokra is lehetőség nyílt, ahol együtt búcsúztattuk a telet, és vidáman köszöntöttük a közelgő tavaszt.

Huszárlátogatás március 15. alkalmából a Pitypang Óvodában



Március 15-e ünnepéhez kapcsolódva különleges vendég érkezett a Pitypang Óvodába: egy huszár látogatott el hozzánk, hogy közelebb hozza a gyerekekhez nemzeti ünnepünk hagyományait. A gyerekek nagy izgalommal fogadták a vendéget, aki bemutatta díszes huszáröltözetét, és mesélt arról, hogyan éltek és harcoltak régen a huszárok. A legnagyobb sikert természetesen a kard aratta, amelyet a gyerekek is megcsodálhattak – szerencsére ez most nem az igazi volt. :)

A látogatás során a gyerekek játékos formában ismerkedhettek meg a magyar történelem egy fontos részével, miközben kérdezhettek, figyelhettek, és átélhették az ünnep hangulatát.

Víz világnapi program

A Víz Világnapja alkalmából idén is különleges programmal készültünk a Pitypang Óvodában, hogy a gyermekek játékos formában ismerkedhessenek meg a víz fontosságával és a környezetvédelem alapjaival. A gyerekek különböző állomásokon keresztül fedezhették fel a víz tulajdonságait, játékos kísérletekkel, megtapasztalhatták annak jelentőségét a mindennapi életben, valamint azt is, miért kell vigyáznunk természeti kincseinkre. A feladatok során szó esett a takarékos vízhasználatról, a tiszta környezet megőrzéséről és arról is, hogyan segíthetnek már óvodás korban a Föld védelmében.

A program során sok érdekes kísérlet, játékos feladat és közös beszélgetés tette élményszerűvé a tanulást. A gyermekek aktívan, örömmel vettek részt a foglalkozásokon, és sok új ismerettel gazdagodtak.



Húsvéti locsolkodás

A húsvéti ünnepkörhöz kapcsolódva idén sem maradhatott el a hagyományos locsolkodás a Pitypang Óvodában. A fiúk lelkesen készültek erre a különleges alkalomra, hogy a lányokat – ahogy a népszokás tartja – ne hagyják elhervadni. Szép ünneplő ruhában, izgatottan és megtanult versekkel érkeztek a locsolók, akik sorra meglátogatták a lányokat a csoportokban. A kedves húsvéti versek után természetesen előkerült a locsoló víz is, és megtörtént a vidám locsolkodás. A lányok mosolyogva fogadták a fiúkat, majd a hagyományokhoz híven hímes tojással és apró ajándékokkal köszönték meg a figyelmességét.

Apás alkotó délután

Óvodánk egyik legkedveltebb programja évről évre az Apás alkotó délután, amely idén is nagy népszerűségnek örvendett a családok körében. A gyermekek izgatottan várták ezt a különleges alkalmat, amikor édesapjukkal együtt készíthették el az édesanyáknak szánt meglepetést.

A közös alkotás során sok szép és kreatív ajándék készült, amelyekbe a gyerekek szeretete és az apukák segítő keze egyaránt belekerült. A jó hangulatú délután során nemcsak az ajándékkészítés volt fontos, hanem az együtt töltött idő is, amely különleges élményt jelentett kicsiknek és nagyoknak egyaránt.



Föld napi Karnevál

A Föld napja alkalmából idén is megrendezésre került óvodánk egyik legszínesebb és legvidámabb programja, a Föld napi Karnevál. A rendezvény célja ezúttal is az volt, hogy a gyermekek játékos formában ismerkedjenek meg más országokkal, népcsoportokkal és kultúrákkal. A csoportok egy-egy országot vagy népcsoportot választottak, amelyet táncsal, énekkel vagy prózai előadással mutattak be az óvoda közösségének.



A gyermekek nagy lelkesedéssel készültek, és az adott országra jellemző viseletben léptek fel, ami még színesebbé és hangulatosabbá tette az előadásokat. A bemutatók mellett az országok jellegzetes ételei és édességei is helyet kaptak a programban, amelyeket a gyermekek örömmel kóstolhattak meg a csoportokban. Ez mindig különösen nagy élményt jelent számukra.



A rendezvény megvalósításához ezúttal is elengedhetetlen volt a szülők segítsége, támogatása és lelkes közreműködése, amelyet ezúton is hálásan köszönünk.

A karnevál – az előző évekhez hasonlóan – idén is jó hangulatban, sok mosollyal és vidámsággal telt, és közös táncsal zárult, amely méltó befejezése volt ennek a szép közösségi élménynek.

További fényképek elérhetők, a Pitypang Óvoda-Tibor fotók zárt facebook csoportban.

Idén is nálunk járt László Károly bácsi, a madármentő



Óvodánkban már hagyomány, hogy a Madarak és Fák Napja alkalmából ellátogat hozzánk a „madaras bácsi”.

A gyerekek legnagyobb örömére ilyenkor kézbe vehetik az apró állatokat, amiket Karcsi bácsi elhoz megmutatni. Most csibékkel, fűjjel és kacagó gerlével ismerkedhettek.



Kicsi Kéz, Nagy Erő

Érzelmek az óvodában

Az elmúlt tanévben a Kicsi Kéz, Nagy Erő foglalkozásokon ezen láthatatlan, mégis sorsfordító képességeken dolgoztunk a gyerekekkel.

Amikor elkezdtek összel a közös munkát a gyerekekkel, egyetlen cél lebegett a szemem előtt: segíteni nekik, hogy jobban eligazodjanak a hangos, néha kusza világban, ami bennük zajlik és ezáltal önbizalmat nyerni.

Amikor a gyermekünk jövőjére gondolunk, gyakran az iskola, a nyelvtudás vagy a biztos szakma jut eszünkbe. Van azonban valami, ami ezeknél sokkal alapvetőbb, mégis ritkábban beszélünk róla: ez az érzelmi intelligencia (EQ).

Gyakran mondjuk, hogy az IQ segít eljutni az iskolába, de az EQ segít végig csinálni azt. Az érzelmi intelligencia nem más, mint a képesség, hogy felismerjük, megértsük és kezelni tudjuk a saját és mások érzelmeit. Ami lássuk be, egy óvodás gyermek számára ez még óriási kihívás.

Ebben a korban az érzelmek még nagyon intenzívek és gyorsan változnak. Nem azért, mert "hisztisek" vagy "szélsőségesek", hanem mert az idegrendszerük még tanulja a szabályozást.

- „Elvették a játékomat, dühös vagyok.”
- „Nem ízlett az ebéd, csalódott vagyok.”
- „Bogi már nem játszik velem, szomorú vagyok.”

Ezek a mondatok nekünk, felnőtteknek talán apróságoknak tűnnek, de egy kisgyerek számára ezek a pillanatok jelentik a világot. Benne vannak a napjaik minden percében és ott feszülnek a mozdulataikban. Ami megmutatkozik egy egyfajta érzelmi túlcsoportulásban.



Miért nem elég annyit mondani: „Ne sírj, majd játszik veled máskor.”?

Azért, mert ha elnyomjuk ezeket az érzéseket, azok nem tűnnek el, csak elraktározódnak és a gyermek azt tanulja meg, hogy az érzéseket el kell nyomni. Ha nem tanulják meg kezelni ezeket a „mindennapos történéseket”, a feszültség blokkolja a fejlődést, a jókedvet és a tanulást is.

A foglalkozásokon pont ezeket a nehéz érzéseket tanuljuk meg felismerni, megismerni és kimondani.

Dühös vagy? Rendben van. Tanuljuk meg, hogyan adhatod ki magadból anélkül, hogy rombolnál. Dobbantsunk nagyokat, fújjunk el egy gyertyát és ezzel a haragot, rossz érzést. De rajzolhatunk egy virágot is, képzeljük el, milyen az illata, szívjuk be vele a nyugalmat.



Csalódott vagy? Ez is az élet része. Beszéljük meg, miért vártál mást és keressünk valamit, ami jó volt a mai napban. (Én is éreztem már ilyet.)

Szomorú vagy? Gyere rajzold le azt a biztonságot adó helyet, ahol jól érzed magad.

Azzal, hogy engedjük nekik megélni és kimondani ezeket az érzéseket, érzelmi rugalmasságot tanítunk. És lesz az a kapaszkodó, ami segíteni fog később az iskolában, ha egy dolgot nem sikerül, vagy ha a felnőtt életben nehézség éri őket.

A cél tehát nem az, hogy soha ne legyenek dühösek vagy szomorúak, hanem az, hogy megértsék, minden érzés rendben van. És amikor elhangzik a mondat: „Bogi már nem játszik velem.”, a gyermek ne törjön össze, hanem tudja: „Igen, most szomorú vagyok, de képes vagyok túljutni ezen.”

Útravaló nyárra

Az érzelmi intelligencia olyan, mint egy izom. Minél többet használjuk, annál erősebb lesz. A nyári szünet alatt is sokat segíthetünk gyermekünknek, hogy magabiztosabbá váljon.

- Legyünk mi az érzelmi tolmácsuk. „Látom, most dühös vagy, mert abba kellett hagyni a játékot. Megértem.”
- Engedjük meg a „rossz” érzéseket is. Ne akarjuk azonnal „megjavítani” az érzést.
- Mutassunk bátran példát. Nyugodtan mond el neki, ha éppen fáradt vagy, vagy csalódott.

Este fürdés után vagy lefekvés előtt, a gyerek álljon a tükör elé, és kérdezd meg tőle:

- Mit szeretsz ma magadban? - Mi volt a legjobb dolog, amit ma megcsináltál? Használhatod a “büszke” szót

Ha nem megy, adhatsz példát: “Én ma arra voltam büszke, hogy “türelmes” voltam.”

Mit tanít? Belső önértékelést. Nem csak teljesítményre épülőt.

Kívánok mindenkinek élményekkel teli, „érzelmileg is feltöltő” nyarat! Szeretettel,

készítette: Berta S. Bernadett - kineziológiai mentor, gyermekek érzelmi intelligencia és önbizalom fejlesztése foglalkozás-vezető képek: saját

Pitypang Mesesátor

Hisztiztünk és világraszólót hazudoztunk a gyermeknapj MeseKuckóban

Gyermeknapj családi délutánunkon számos vidám programmal, játékkal és közös élménnyel vártuk a családokat. A rendezvény egyik különleges helyszíne a Tornaszobában kialakított MeseKuckó volt, ahol helyet kapott a Pitypang Mesesátor.

A meseelőadások kezdetét Mesemanóink dob és trombita játéka hirdette: a sáándob mélyen zengő hangja és a felcsendülő fanfár betöltötte a rendezvény helyszínét, a résztvevőket pedig a MeseKuckóba invitálta. A hangulatos közönségcsalogató után a Levendula csoport óvodapedagógusai, Marcsi néni és Judit néni gondoskodtak a meseszerető gyermekek és szüleik szórakoztatásáról.

Elsőként Marcsi néni interaktív meseelőadását hallgathattuk meg. Balázs Ágnes Mesék Örökmozgóknak című sorozatából *A hisztis kiselefánt* történetét mesélte el. A gyermekeknek nagyon kellett



figyelnük, hiszen amikor elhangzottak a mese varázsszavai, mindenkinek fel kellett pattannia, és lehetett végre „büntetlenül” egy vidámat toporzékolni, hisztizni. A közönség lelkesen kapcsolódott be a játékba, így a mese valódi közös élménnyé vált.

Ezt követően Judit néni festett mesetáblás előadásában Benedek Elek *A csudaállatok* című meséje elevenedett meg. A színes képek és a füllentős történet megkacagtatta a hallgatóságot, kicsiket és nagyokat egyaránt.

A MeseKuckó programját közös játékkal zártuk. A csudaállatok történetéhez kapcsolódva az önként jelentkező gyermekek aktív szereplésével eljátszottuk az *Én elmentem a vásárba* című dalos játékot. A vidám éneklés és a közös szereplés méltó befejezése volt a délutánnak.

Öröm volt látni a sok mosolygó arcot és a gyermekek lelkes részvételét. Bízunk benne, hogy a MeseKuckóban szerzett élmények sokáig szép emlékként maradnak meg a családok számára.



készítette: Hepka Judit – óvodapedagógus képek: Béres Mónika, Hochrein Dávid és Takács Attila

Barangoló

Barangolás a Tisza tónál

Azt hihetnénk, hogy a Tisza-tó partján – mint bármely más vízparton – akkor igazán élmény időt tölteni, ha fürdeni szeretnénk. Természetesen a Tisza-tó a strandoláshoz is kiváló célpont, ám a környéken számos tanösvény, állatbarát program, sportolási lehetőség és hajós kaland vár bennünket. A kérdésre tehát, hogy „*Mit lehet csinálni a Tisza-tónál?*”, a válasz egyszerű: a nap minden percében élményeket gyűjthetünk földön, vízben, és levegőben.

Mielőtt fejest ugrunk az élménybe, érdemes szállást foglalni a Tisza-tó partján fekvő települések egyikén. Tiszafüred, Abádszalók, Sarud, és Poroszló egyaránt jó választás lehet, akár már 10.000 Ft/2 fő/1 éjszaka áron is lehet szállást találni. A környéken gyermekbarát, bababarát és medencés szállást is foglalhatunk, a vendégházak és apartmanok egyaránt népszerűek, főként bográcsozási, grillezési lehetőséggel.

1. Városnézés Tiszafüreden – Alkotóház, múzeumok, templomok

Ha a Tisza-tónál pihenünk, elengedhetetlen, hogy jobban is megismerjük a tó fővárosát, Tiszafüredet, amely a turisztikai régió központja.

A városban érdemes megtekinteni az 1700-as években épült református templomot, a Tiszafüred központjában található Magyarok Nagyasszonya Templomot, illetve a Kiss Pál Múzeumot, amelynek a Lipcsey Kúria ad otthont. A múzeumban állandó és időszakos kiállítások, múzeumpedagógiai programok és a Nyúzó Gáspár Fazekas Tájház vár. A nyitva tartással és a belépőjegy árakkal kapcsolatos minden információ megtalálható az intézmény weboldalán.

A Bőrműves Alkotóházban népi iparművészeti használati tárgyak, íjászathoz szükséges kellékek és a mindennapi élet használati tárgyai várnak a kiállításon, de mesterség bemutatón is részt vehetünk.



2. Felejthetetlen élményekkel vár a Tisza-tavi Ökocentrum

A Tisza-tavi Ökocentrum a Tisza-tó és a Tisza-völgy természeti értékeit és őshonos állatait hivatott bemutatni. A turisztikai látogatóközpont Poroszlón fekszik, és minden korosztály számára tartogat érdekességeket állandó és időszakos kiállításával, kilátójával, és az épület 7 hektáros szabadidőparkjával.

Az Ökocentrumban a háromdimenziós mozi, az egymillió liter összterfogatú édesvízi akváriumrendszer és a körpanorámás kilátótorony több órára rabul ejt majd bennünket. A toronyból Poroszló mellett a Tisza-tó, a Mátra és a Bükk is látszik. (Profí és hobbifotósok mindenképpen vigyenek kamerát!)

A szabadidőparkban két szárazföldi játszótér, egy „tutajos” vízi játszótér, pelikános tó, sövénylabirintus és számos állat várja az érdeklődőket. A Tisza-tavi Ökocentrum kikötőjéből pedig csónaktúrák és kishajós kirándulások is indulnak.



3. Pattanj két kerékre! – Kerékpáros kirándulás és program a Tisza-tó körül

2020-ban megépült a Tisza-tó körül a kerékpárút utolsó szakasza, így immár a négy hídon átvezető, közel 70 km-es, 2,5 méter széles kerékpárutat bejárva szabadon gyönyörködhetünk a táj szépségében.

A Tisza-tavi Kerékpáros Centrumnál találkozik a Tisza-tavi 65 km-es körkerékpárút és az EuroVelo11 Tiszamenti nemzetközi kerékpárút. A centrumban kerékpárkölcsonzésre, szervizelésre, és pihenésre is van lehetőség. Az épület öltözővel, zuhanyzóval, látványterasszal, kávézóval, illetve felnőtt és gyermek kerékpárokkal, és kutyák szállítására alkalmas utánfutóval várja a kerékpározás szerelmeseit.

Tipp! Mielőtt két kerékre pattanunk, célszerű tüzetesen megnézni a Tisza-tó kerékpáros térképét, amely részletezi az útvonalon a különálló kerékpárutakat és a közúton kijelölt szakaszokat is.

4. Hangulatos csónakázás a Tisza-tó vizén

A csónakázás már önmagában is élmény, ringatózás közben megismerhetjük a Tisza-tó vízi világát, bebarangolhatjuk a kis csatornákat, és közelről találkozhatunk a természettel.

Részt vehetünk motorcsónakos, vezetett túrákon, vagy magunk is bérelhetünk csónakot, akár egész napos programhoz is, kishajó vezetői engedély nélkül is.

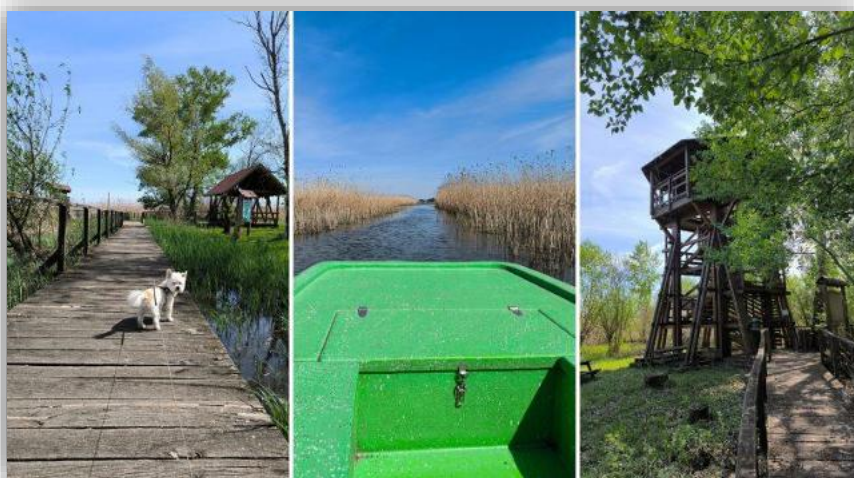
A nádassal benőtt területek, a növény- és állatvilág felfedezése és a tavirózsák látványa családi és baráti kikapcsolódáshoz, illetve romantikus kiruccanáshoz is remek programnak bizonyul majd.



5. Járd be a Tisza-tavi Vízi Sétány és Tanösvényt!

A varázslatos Tisza-tavi Vízi Sétány és Tanösvény csónaktúrával vagy kishajójáráttal közelíthető meg. A Tisza-tó növény- és állatvilágát, a gyékényeseket és az ártéri erdőket az 1500 méter hosszú pallóúton sétálva ismerhetjük meg.

Utunk során képes információs táblák, és megfigyelőtorony segíti a tájékozódást, bejárunk 3 szigetet, érintünk 2 madárvártát (ahol a madarakat hálóval megfognak és meggyűrűzik) és egy 15 méter magas megfigyelőtoronyhoz érünk.



Fontos infó! A menetrendi hajójáratok Poroszlóról, a Fűzfa Kikötőből indulnak, a kikötő mellett fekszik a Fűzfa Pihenőpark, ahol étterem, wellness, bowling, és gyermekbarát szolgáltatások várnak.

6. A Tisza-tó tanösvény, avagy az Örvényi Pákász Tanösvény és a Tiszavirág Ártéri Sétaút felfedezése

A Göbe-tó vízi világához kalauzol el bennünket a 12 állomásból álló, 1 km hosszú tanösvény, amely a vízben és a szárazföldön haladva mutatja be a pákászok életét.

Mivel foglalkozott a pákász?

A pákász a nádasban, és a lápos vidéken, halászáttal, vadászattal, illetve madarak fogásával és tojások gyűjtésével foglalkozott. A pákászok a lápok mindentudói voltak, akik akár háló nélkül is könnyedén fogtak halat.

A tündérrózsákkal teli tó nem csak szép, de élményekkel teli kirándulást tartogat számunkra. A vadregényes útvonal bejárása során megismerjük a Tisza-tó vízi világát, kipróbálhatjuk a lápon járást, a nádsípkészítést, felpróbálhatjuk az Örvényi Pákász hétmérföldes csizmáját, és megtudhatjuk, hogy valóban élmény-e sárgolyóval célba dobni.

A kirándulás a Szabics kikötőből indul, ahonnan csónakkal juthatunk el a kis szigetre. Itt előbb a Tiszavirág Ártéri Sétautat járhatjuk be, a végén egy kilátóval, majd az út egy hídon keresztül az Örvényi Pákász Tanösvényen folytatódik. Remek program a Tisza-tó környékén az egész család számára!



7. Tisza-tavi Mancsos Pancsoló – A legjobb program kutyákkal!

Ha kutyákkal szeretnénk bevenni a Tisza-tó környékét, nyáron feltétlenül érdemes ellátogatni a Tisza-tó holt részén fekvő fél hektáros területre, ahol egy kutyabarát, ingyenes strand vár bennünket. Az árnyékos fáknak és a büfésornak köszönhetően a kutyások számára a strand egész napos kikapcsolódáshoz is kiváló úti cél.



készítette: Németh Emese Sarolta – óvodapedagógus forrás, képek: www.csodahelyek.hu

Dúdló

Szülőbarát gyerekzenék



JaMese – Dudorászó szünidő

A Dudorászó szünidő a JaMese zenekar második családi lemeze, amelyen ismét Szabó T. Anna gyerekversei válnak énekelt klasszikusokká. A nagyszerű Zenés Adventi Kalendárium után ezúttal a szünidő tevékenységei elevenednek meg a zene és a vers segítségével. Dudorászva, rímeket mondogatva könnyebb a hosszú séta egy kiránduláson és egy forró nyári nap is könnyebben elviselhető. A hosszú vakációhoz kínál dallamokat, rímeket és zenei játékokat ez a lemez.

Hullámdal: https://www.youtube.com/watch?v=8n89M5B1ibA&list=RD8n89M5B1ibA&start_radio=1

Tengerember: https://www.youtube.com/watch?v=Rem46BTE590&list=RDRem46BTE590&start_radio=1



Alma Együttes – Szén, szerelem, költemény

A zenekar ezen lemezén nagy koncertslágerek, illetve különböző felkérésekre született dalai szerepelnek, úgy, mint a Liberoval közösen kiírt dalszövegíró verseny győztes dalai, a Nestlé etető mondóka író pályázata kapcsán született dalok, vagy a Lenornak készült Mennyi selymes puhaság. De helyet kapott a CD-n az egyik szelektív hulladékgyűjtő dalunk, az **Örömszene**, a Magyar Villamos Művek jótékonyági akciójához írt **Legszebb napom dal**, vagy éppen a Bartos Erika felkérésére megírt és azóta rajzfilm főcímdallá avanszált Bogyó és Babóca.

Mennyi selymes puhaság: <https://www.youtube.com/watch?v=P43l6q2XuGY&list=PLeyChFzZ2uKxZjpiS438ge8NUMVWX->

Ákos vitézi: https://www.youtube.com/watch?v=Hlk6y5SUDz0&list=PLeyChFzZ2uKxZjpiS438ge8NUMVWX-__&index=4

Édes álmokat hozó dal

Palya Bea: *Dunnás* <https://www.youtube.com/watch?v=08tW-KPIfHc&list=RDXCuUY0jicdg&index=4>



készítette: Szegfü-Raffer Petra – óvodapedagógus forrás, képek: rockdiszkont.hu, almazenekar.hu, youtube, pinterest

Mozgolódó

Mozgás, játék, napsütés: Így fejleszd az óvodásod a szabadban!

A tavasz utolsó heteivel és a nyár közeledtével végre elérkezett az az időszak, amit a gyerekek és a szülők egyaránt a legjobban várnak: a szabadtéri játékok szezonja. Az óvodás korosztály (3–6 évesek) életében a mozgás nemcsak egy tevékenység a sok közül, hanem a világ megismerésének, az idegrendszer fejlődésének és a tanulásnak az alapköve.

Amikor a gyerekek kint futkároznak a jó levegőn, szinte észrevétlenül fejlődik az egyensúlyérzékük, a koordinációjuk, a finom- és nagymotoros készségeik. Szülőként ehhez nincs szükségünk méregdrága fejlesztőeszközökre – a természet és a játszótér a legjobb edzőterem!

Lássuk, milyen egyszerű, mégis zseniális szabadtéri tevékenységekkel támogathatod a gyermeked fejlődését ezen a nyáron.

Játszótéri „szupertitkos” fejlesztések

A hagyományos játszótéri eszközök valójában tökéletes mozgásterápiás kellékek:

- **A hinta:** Nemcsak szórakoztató, de a ritmikus előre-hátra mozgás ingerli a belső fület, ami az **egyensúlyrendszer (vestibuláris rendszer)** fejlődéséért felelős. Ez a rendszer alapozza meg később a térbeli tájékozódást és az olvasási készségeket is.
- **Mászókák és kötelek:** A mászás során a gyermek kénytelen ellentétes kar- és lábmozgást végezni (reciprok mozgás). Ez a jobb és bal agyfélteke közötti kapcsolatot erősíti, emellett fejleszti a vállövet és a fogáserőt.
- **Mezítlábas kalandok:** Ha a fűben, homokban vagy egy biztonságos kavicsos ösvényen engeded mezítláb szaladgálni a gyereket, azzal a lúdtalp megelőzése mellett a talpi idegvégződéseket is stimulárod, ami finomítja a testtudatot.



Klasszikus udvari játékok újratöltve

Emlékszel még a gyerekkorod játékaira? Ideje átadni őket a következő generációnak!

Játék	Mit fejleszt?	Hogyan csináljátok?
Ugróiskola	Egyensúly, ruganyosság, szem-láb koordináció.	Rajzoljatok aszfaltkrétával színes négyzeteket, és gyakoroljátok az egy lábon, majd páros lábon ugrást.
Fogócska és bújócska	Hirtelen irányváltás, téri orientáció, reakcióidő.	A fák közötti szlalomozás és a hirtelen megállások kiválóan erősítik a törzsizomzatot.
Célpadobás	Szem-kéz koordináció, finommotorika, erőkifejtés szabályozása.	Gyűjtsetek tobozokat vagy kavicsokat, és próbáljátok belelőni velük egy vödörbe, vagy rajzoljatok céltáblát a betonra.

Kerekeken és vízen: A nyár slágerei

A jó idő a gurulós eszközök főszezonja. A **futóbicikli** és a **roller** zseniálisan készítik elő a későbbi kétkerekű, pedálos biciklizést, hiszen a gyerekeknek maguktól kell megtalálniuk a súlypontjukat.



Ne feledkezzünk meg a **víztől** sem! A strandon, vagy akár a kertben egy pancsolóban, slaggal való játék során a víz ellenállása miatt minden mozdulat kétszer annyi izommunkát igényel. A vízbe ugrálás, a buborékfújás és a vízpisztolyozás mind-mind játékos fejlesztés.

Használjátok ki a napsütést, menjetek erdőbe, parkba, játszótérre! A közös, aktív játék nemcsak a testet edzi, de a lelket is feltölti, és a nap végén garantálja a pihentető, mély alvást – ami, lássuk be, a szülőknek is igazi ajándék.

készítette: Bodnár Zsuzsa – óvodapedagógus forrás: www.kmtakademia.hu kép:freepik

Naptárállítás a Tulipán csoportban

Játékosan az idő nyomában – hogyan segíti a gyermekek fejlődését a mindennapi naptárhasználat?

A Tulipán csoport iskola-előkészítő mindennapjaiban kiemelt szerepet kap a közös naptárállítás. Ez a tevékenység a gyermekek egyik kedvenc reggeli csoportszokása, amely nemcsak örömteli közös élményt nyújt, hanem számos területen támogatja fejlődésüket is.

Óvodáskorban az idő fogalma még nehezen értelmezhető a gyermekek számára. A napok, hetek, hónapok és évszakok váltakozása sokáig „láthatatlan” folyamat számukra. Éppen ezért különösen fontos, hogy az idő múlását játékos, kézzelfogható módon tapasztalhassák meg. Ebben nyújt nagy segítséget a Montessori pedagógiai szemléletre épülő naptárhasználat.

Maria Montessori olyan eszközöket alkotott a gyermekek számára, amelyek önálló felfedezésre ösztönöznek, és segítenek megérteni a világ működését. A Montessori-jellegű naptár pontosan ilyen eszköz: láthatóvá és átélhetővé teszi az idő múlását.

A gyermekek minden nap közösen állítják be:

- az aktuális évszakot,
- a hónapot,
- a hét napját,
- a dátumot,
- valamint az időjárást.

A beszélgetések során olyan kérdések kerülnek elő, mint:

- Milyen évszakban járunk?
- Melyik hónap következik?
- Mi volt tegnap, és mi lesz holnap?
- Hányadik napja van a hónapnak?
- Melyik évszakban születtél?
- Milyen változásokat látunk a természetben?



A rendszeres ismétlődésnek köszönhetően a gyermekek fokozatosan megértik az idő körforgását és az események sorrendiségét. Megtanulják, hogy a hét napjai ismétlődnek, az évszakok váltják egymást, és

minden eseménynek megvan a maga ideje. Ez biztonságérzetet ad számukra, miközben fejlődik időbeli tájékozódásuk és gondolkodásuk.

A naptárállítás komplex módon fejleszti a gyermekek képességeit:

- erősíti a matematikai gondolkodást,
- segíti a számfogalom kialakulását,
- fejleszti a sorszámolást és a számlálást,
- támogatja az emlékezetet és a figyelmet,
- gazdagítja a szókincset,
- fejleszti a relációs fogalmak használatát (előtte, utána, tegnap, ma, holnap),
- segíti a finommotorika és a szem-kéz koordináció fejlődését,
- ösztönzi az önálló gondolkodást és az érvelést.



A gyermekek különösen szeretik, amikor saját élményeiket is megoszthatják: mikor van a születésnapjuk, melyik a kedvenc évszakuk, vagy milyen időjárást szeretnek a legjobban. Így a tanulás személyes élményekhez kapcsolódik, ami még motiválóbba teszi számukra a tevékenységet.

Otthoni közös játék és beszélgetés

A naptár használata otthon is remek közös családi program lehet. Néhány percnyi napi beszélgetés sokat segíthet a gyermekek időérzékelésének fejlődésében. Érdeemes együtt megbeszélni:

- milyen nap van,
- milyen programok várhatók a héten,
- milyen az időjárás,
- melyik hónapban járunk,
- milyen ünnepek közelednek.

A közös naptárhasználat erősíti a gyermekek biztonságérzetét, segíti a napi rutinok megértését, és lehetőséget ad tartalmas beszélgetésekre is.

Ajánlott inspiráció otthoni használathoz:

Kívánunk sok örömteli közös pillanatot, játékos tanulást és vidám beszélgetéseket az egész családnak!

készítette: Balázs Róbertné, Hajni – óvodapedagógus, fejlesztő, differenciáló pedagógus kép:getty images

Egyszer volt, hol nem volt

Szalai Borbála: Le a délutáni alvással!



Nincs rosszabb dolog az óvodában (sőt: az egész világon), mint a délutáni alvás! Dani, a Ló csoport egyik vezére egyszerűen felháborítónak tartotta, hogy az óvó nénik ilyesmire kényszerítenek egy csoportnyi szegény, ártatlan gyereket, akik nem is álmosak. Ők bezzeg nem alszanak, hanem vidáman kavargatják a kávéjukat egész idő alatt! Egyik nap összefogott Krisztivel, a csoport másik vezérével, és ketten bátran megkérdezték:

– Teca néni, Eta néni, nem lehetne olyan törvényt hozni, hogy mától töröljék el a délutáni alvást?

Teca néni és Eta néni vidáman felnevetett:

– Hát, gyerekek, majd ha a parlamentben a politikusok úgy döntenek, akkor

nem kell többé aludnotok. Addig viszont sipirc az ágyba!

Danit és Krisztit bosszantotta, hogy a vezetőség megint nem veszi komolyan a gyerekek ötletét. Ugyanez volt a múltkor is, a csoportnév megváltoztatásánál, és tessék: sikerült elintézni! Mi lenne, ha ezt is megpróbálnák? A terv megvalósítására megint a délutáni alvás adott remek alkalmat. (Erre, mondjuk, tényleg jó volt a délutáni alvás, lehetett közben ügyet intézni!) Miután minden elcsendesedett, és az óvó nénik már leültek kávézni, Dani balra lehajolt az ágyáról, és odasúgta a mellette fekvő Marcinak:

– Marci, menjünk el a parlamentbe, és intézzük el, hogy töröljék el a délutáni alvást!

– Oké – bólintott Marci álmosan, és továbbsúgta a mellette fekvő Jankának a nagy tervet.

Ugyanekkor Kriszti is lehajolt az ágyáról jobbra, és megsúgta Ábelnek, Ábel Vincének, és így tovább, míg az egész Ló csoportban körbe nem ért a hír. Dani az óvónőkre sandított: nem vettek észre semmit. A gyerekek ekkor egyenként, lábujjhegyen kisurrantak az épületből.

Odakint Dani megkérdezte:

– Nem tudja valaki véletlenül, hogy hol van a parlament? Mert amúgy én is tudom, csak elfelejtettem.

– A 2-es villamossal kell menni, és úgy hívják, hogy Kossuth tér. Arra járunk haza apukámmal – mondta Kriszti. Most már semmi akadálya nem volt, hogy az ovisok a parlamenthez vonuljanak. Az utcán és a villamoson a felnőtt utasok csodálkozva nézték az elszánt kis csapatot, akik óvó néni nélkül is fegyelmezetten, párokba rendeződve közlekedtek.

A Ló csoportosoknak elállt a szavuk, amikor felnéztek a hatalmas, kupolás épületre. Hirtelen nagyon-nagyon kicsinek érezték magukat (pedig már középsősök voltak!). De Dani nem hagyta, hogy kialudjon a harci tűz.

– Mit kíván a Ló csoport? – kérdezte fennhangon.

– Ébren levést délután! – harsogta a csapat egyszerre. Most már nem lehetett megállítani őket. Vince, az erős gyerek bedörömbölt a kapun.

– Mit akartok, tökmagok? – kérdezte egy borostás őr.

– Mi nem vagyunk tökmagok – felelte Dani, aztán még jobban bekeményített. – Megmondom, mi lesz most: azonnal a pulikutyusokhoz vezet minket!

– Kikhez? – kérdezte suttogva Janka. Kriszti megmagyarázta a legjobb barátnőjének:

– Tudod, az óvó néni mondta: a parlamentben dolgoznak a pulikutyusok, ők találják ki a törvényeket. – Aztán az őrhöz fordult. – Vezessen minket a Nagy Kutyaéhoz azonnal!

A borostás ember vállat vont, és beengedte a Ló csoportot.

A parlament belseje iszonyú vidám látványt nyújtott. Mindenféle loncsos fekete, fehér és szürke pulikutyusok szaladgáltak csaholva. Páran morogva összemarokodtak, de csak játékból. A Nagy Kutya egy emelvényen ült egy hatalmas terem közepén.

– Jó napot kívánunk, mi nem akarunk aludni délután az oviban! – vágott a közepébe Dani.

– A Ló csoport követeli, hogy holnaptól töröljék el a délutáni alvást! – tette hozzá Kriszti, hogy mindenképp világos legyen a dolog. A Nagy Kutya kilógatta a nyelvét, és úgy gondolkozott egy kicsit. Aztán azt vakkantotta:

– Teljesen igazatok van. Én sem szerettem a délutáni alvást, amikor még kispuli voltam. Máris adom a törvényt. Tessék! De vigyázzatok rá, nehogy megegyétek hazafelé! – azzal egy saftos, nagy csontot nyújtott át a gyerekeknek. Amikor a bátor Lovak visszaértek, az óvó néni még mindig a kávéjukat kavargatták gyanútlanul. Dani boldogan szorongatta a szerzeményt az ágyban. Teca néni közben elkezdte keltegetni a gyerekeket. Mekkora néz majd, mikor felmutatja nekik a törvénycsontot! És holnaptól soha többé nem lesz délutáni alvás!

– Dani, ébresztő! – szölongatta valahonnan messziről az ismerős hang. – Már mindenki rég felkelt!

Dani felült az ágyban. Kicsit szédült a feje, és kicsit furcsa volt minden. Lenézett a jobb kezére, de csont helyett csak a takaróját markolta erősen. Teca néni megsimogatta a fejét.

– Látod, végre te is pihentél egy nagyot, Danikám! Na ugye, hogy jó dolog a délutáni alvás?



Hasznos tippek szülőknek

Képernyőidő és függőség

Mennyit játszhat a gyermek?

A szülőknek két fontos dolgot kell szem előtt tartani, ha játszik a gyerek: mivel játszik, és hogy mennyi időt tölt el vele. Az elsőtől elég betartani a korhatárra vonatkozó szabályokat, a játékidő meghatározásához azonban figyelembe kell venni az életkort és az egyéni adottságokat, odafigyelést, következetességet és kompromisszumkészséget igényel. **Fontos, hogy a játékidőt egyben kell kezelni minden egyéb képernyő előtt töltött idővel (mobil, monitor, televízió, tablet).**

Számos kutatás már figyelmeztet minket, hogy a képernyőidő kikezdeheti a fizikai és mentális egészséget. Védni kell a gyerekek kiegyensúlyozott táplálkozását és alvásidejét is. Bár idősebb korban már ellenállóbb a szervezet, de a szülőknek is korlátozniuk kell képernyőidejüket, egészségük és a szülői példamutatás miatt is. A gyerek hajlamos azt tenni, amit lát, amit hall. Ha a szülő nem áll fel a televízió előtt, nyomkodja a telefonját vacsora közben az asztalnál, akkor ezt a gyerektől is nehéz lesz elvárni.

Azt is fontos megemlítenünk, hogy a videójátékokkal kapcsolatban számos tévhit és előítélet él, pedig kutatások igazolják, hogy eltűntek a félelmek. Azok a gyerekek, akik videójátékozással töltik szabadidejük egy részét, még ugyanolyanok, mint a többiek, ettől még nem lesznek erőszakosak, magányosak, vagy elhízottak. **Szülői figyelmet azonban igényelnek!** Az sem mindegy, hogy mit néznek a televízióban és mennyit tévézhetnek, így a játékidőt is menedzselni kell, a játékokat pedig felelősen kell megválogatni.



Mennyi időt tölthet a gyerek a képernyő előtt?

A legtöbb gyermek sajnos a javasoltnál sokkal több időt tölt képernyő előtt. A szülőknek törekedniük kell a korlátok kialakítására és betartására. Fontos azt is betartani, hogy a kisebb gyermekek csak szülő felügyelete mellett töltsenek időt a képernyő előtt.

18 hónap alatt: 0 óra

18-24 hónap: 0-30 perc

2-5 év: 30-60 perc

6-17 év: 2 óra

18 év fölött: 2-4 óra



Mit tanulhatnak meg a gyerekek a játékokban?

1. Vezetői szerepkör: aki online játékokban csapatkapitányi szerepet tölt be, az iskolai csoportmunkában is hasznos koordinátori, vezetői rutint szerezhethet.
2. Nyelvtudás: Úgy sarkallnak a játékok az idegennyelvű szövegek megértésére, hogy az egész nem is tűnik kényszernek.
3. Kockázatvállalás: A játékosoknak hirtelen kell döntési helyzetekben kockázatokat megítélni.
4. Önbizalom: A játékok nem állítanak leküzdhetetlen akadályokat, a sikerélmény növeli az önbizalmat.
5. Kreativitás: Egyes népszerű játékok kitalálása, létrehozása, az építés kreatív lehetőséget nyit meg a gyerekek előtt, főleg, ha a szülő is részese lehet ennek a játéknak.

Hogyan szabályozzuk a játékidő betartását?

- Határozzuk meg közösen és tartsuk is be!
- Ne időtartam szerint zárjuk le a játékot: egyezzünk meg kilépési pontokról, egy kör, szint, játszma végén.
- Törekedjünk a közös képernyőidőre.
- A játékidőt rendszeresen szakítsuk meg szünetekkel, amikor fel kell állni az eszköz mellől.
- Jelöljük ki eszközmentes területeket és időszávokat, például ilyen legyen az étkezés közben, a lefekvés előtti utolsó órában mindenképp. Éjszaka ne legyen hozzáférhető a gyerek számára!
- Tanuláskor minden eszközt tegyünk félre, mert kikapcsolva is elvonja a figyelmet.
- Mutassunk példát, mi is tartsuk be a megbeszélte szabályokat.
- Használjuk a szülői felügyeleti eszközöket: kontrolláljuk, kövessük és értékeljük ki közösen a heti képernyőidőt.



Végül a legfontosabb, hogy ahogy a való életben, úgy az online térben sem kell túrnunk a bántalmazást, zaklatást. Szülők és gyerekek egyaránt fordulhatnak az NMHH internetes tájékoztató és segítségnyújtó szolgálathoz, az internet Hotline-hoz akár online bántalmazással, akár káros tartalmakkal kapcsolatban.

Kis Kertészek akcióban

Amikor a gyermekek kertészkednek, számos alapvető természeti jelenséggel találkoznak, amelyek segítenek nekik felismerni és értékelni a természetes folyamatokat.

A kertészkedés nemcsak a motorikus készségeket fejleszti, hanem rendkívül fontos szerepe van abban is, hogy a gyerekek a természet működését megértsék, és kapcsolatba kerüljenek a környezetükkel.

E gondolatmenetet követve fogtak hozzá a tavaszi kerti



munkáknak kis Kertészeink az óvoda udvarán kialakított ágyásokban. Első lépésben kigyomlálták a veteményest, gereblyével fellazították a földet, majd elvetették a retek, a spenót, a rukkola magokat.

Mindeközben pedig türelmet tanultak, hiszen, a növények nem nőnek meg egyik napról a másikra, a sikerhez időre

és gondoskodásra van szükség.

Nincs jobb érzés, mint amikor a gyermekek meglátják az általuk elültetett növényeket kibújni a földből.

Bízunk benne, a csoda ez alkalommal sem marad el!



Az ilyen apró sikerek segítenek növelni a gyermekek önbizalmát, büszkeséget adnak, hogy ők maguk hozzájárultak valami szép és hasznos dologhoz.



Földre kerültek a paradicsom-, paprika és padlizsán palánták is a RijkZwaan Budapest Kft jóvoltából. Indulhat a kertészkedés olyan élményszerű tanulása, mely nemcsak a gyermekek tudományos ismereteit bővíti, hanem a természethez és annak védelméhez való felelősségteljes viszony kialakításában is fontos szerepet játszik. Nem utolsó sorban a friss levegőn végzett fizikai munka, a természet közelsége mind hozzájárulnak a lelki

egészséghez. A kertészkedés egy természetes stresszoldó tevékenység. **Kalandra fel!**

készítette: Tóth-Presinszky Mária – óvodapedagógus képek: saját

Cserbókás Gyerekszám

B. mondja az óvó néninek: Ideges leszek attól, hogy azt kell csinálnom, amit te mondasz.

Egy kislánynak új öblítőt használ az anyukája. Megdicsérték, hogy milyen finom az illata, erre azt felelte:

-Anyának illatos mosolya van!

Anyák napja közeledtével beszélgettünk, ki mit szeret csinálni az anyukájával. Egy kislány válasza ez volt:

- Szeretek Anyával elmenni fagyizni, és soha óvodában lenni!

Solymászbemutatót tartottak az óvodában. A fülesbagolyra azt mondta egy kisgyerek, hogy kamufüle van a bagolynak. A hollóra pedig egy kisfiú azt, hogy ragadozó varjú.

O: Anyunak ma van a születésnapja.

P: Ma született meg?

O: Nem, már évek óta

J: Régen a Cs. beleesett a wcbe, de most már nem, mert nagyobb lett a popója.

O: Az apukám most fogja ünnepelni a második születésnapját és 11 éves lesz.

P: D. még mindig nyugdíjazol?

J: É. nénivel megállapítottam táncolni fogom a zorba táncot.

O: Szerintem én kikakiltam az összes kakit.

B: Birkó embereknek leharapta a fülét.

O: A teknős úgy mászik, mint egy garangyos béka.

B: Szempilla (szemölcs) van az ujjamon.



B: I. néni leszel a párom?

J. néni: I. néni nem lehet a párod B., az ő párját úgy hívják, hogy Balázs.

B: Nem feleségnek kértem!

M: I. néni, te jössz két ünnep között dolgozni?

I néni: Nem.

M: Akkor megmondom anyának, hogy én sem jövök. Ha nincs óvó néni, akkor óvoda sincs.

I néni: Z. itt van apa!

Z:...hát ez nagyon jó! :

R: I. néni, amikor a vizet öntöttem, akkor véletlenül kiöntöttem, mert nincs meg a kézmozgásom.



összegyűjtötte: Huszti Rózsa – tagintézmény vezető képek: freepik



Pitypangos Gyerekszáj

E. néni: - Milyen színű a szemed Dani?

Cs.: - Dani színű.

E. néni: - A grapefruitnak a fehér héja milyen ízű?

Több gyerek egyszerre: - Undorító!

L: - Kérek viritót (piritóst)!

Gyerekek bújócskáznak a csoportban. P. nem találja M.-t.

P.: - E. néni be van dugulva az orrom, azért nem tudtam kiszimatolni, hol van M.

P. kikerekedett szemmel szólítgatja R. nénit: - R. néni! R. néni! J. nekem pukizott!

M.: - E. néni! Én annyira szeretem P.-t, hogy egész nap ölelgetném.

B. néni: -Mondjatok egy folyót.

N.: - Folyosó!

P.: - kiszáradt a torkomtól a tea.

L. törli a vizet az asztalról: - Nem tudom megrongyozni!

Uzsonnázás előtt elhúzták a függönyt, sütött a nap.

Zs.: - Húúúú...Ki adott nekünk napfényt?

A.: - Itt van a csukló a nyakamban (félre nyelt).



Jött a huszár, sorakozó!

Zs.: - D. néni szerinted hozza a lovát?

D. néni: - hát nem hiszem, ide az oviba nem jöhet be a lovacska.

ZS.: - Persze, hogy nem, mert nem fér bele a kocsijába.



E. néni: - Csak az hiányzik, aki hiányzik???

R.: - Nekünk soha nem korgik a hasunk.

B. a fiúkkal tortát süt a babakonyhában.

B.: - Mit csinálsz???. Már bele kevertem a tésztaalapot!



N. tenyerét a feje tetejére téve: - Én már csak idáig érek!

A.: - Én tudok alvás nélkül aludni!

A.: -Nézd óvó néni! ezt neked rajzoltam.

J. néni: - És mi ez?

A.: - Bolond ember!

L.: - Léteznek bűnözők!

J. néni: - Igen, sajnos.

L.: - Gyere! Megmutatom.... Valaki lerajzolt a padlóra!

A.: - J. néni ezt neked rajzoltam!

J. néni: - És mi ez?

A.: - Poppuncia!

J. néni: - Hogy micsoda??

A.: - Hát ugrálóvár!



Zs.: -Képzeld el J. néni! Úgy elaludtam, hogy felébredtem!

A.: - Csak a felnőtt apukák beszélhetnek csúnyán, a kislányok nem!

L.: - Képzeld J. néni a Liliéknél beleestem a kistóba.

J. néni: - És megütötted magad?

L.: - Nem, csak megpusziltam egy aranyhalat.

Zs.: - Nekem van egy CipkeJózsika babám!

N.: - Azért esszük az uborkát, hogy ne legyen ráncos az arcunk!

ZS.: - Én nem félek a semmitől!

L.: - Kérek szépen gurgurt (bulgurt).



összegyűjtötte: Kovács Regina – pedagógiai asszisztens képek: freepik



Hírek a Pitypang TehetségMűhelyből

„A tehetséget nem birtokolni kell, hanem megmutatni.”

Óvodánk hitvallása:” A harmonikus személyiségfejlődés meghatározó feltétele a tehetségek korai felismerése és az életkori sajátosságoknak megfelelő fejlesztése.



A tehetségígéretes gyermekek minél korábban jutnak képességeinek megfelelő, fejlesztő környezetbe, annál nagyobb esélyük van a teljes kibontakozásra.” – írja a RAABE KLETT Oktatási Tanácsadó és Kiadó Kft

Az óvodai tehetséggondozás célja a gyermekek erős oldalának a támogatása, - esetünkben a művészeti tehetségek támogatása -, de a tehetségterülethez kapcsolódó gyenge területek átlagos szintre felhozása is.



Kiváló lehetőséget biztosított ennek a megvalósításához az Európai Mobilitás Héthez kapcsolódó kreatív pályázat, melyet az Építési és Közlekedési Minisztérium, az Energiaügyi Minisztérium, a Belügyminisztérium és a Miniszterelnökség írt ki.

A projektmunka, a csoportos tevékenység, a kooperatív technikák alkalmazása mind segítette a kis tehetségcsirák további fejlődését.

Megjelent a gyermekek kreativitása, eredetisége, mely a művészeti alkotásban tükröződött. Ugyanakkor jelen volt a játékos tanulás is, hiszen az adott tevékenységen belül új ismeretekkel gazdagodtak óvodásaink.

A szorgalmas munka meghozta gyümölcsét! Kis Műhelyünk a zsüri döntése alapján KÜLÖNDÍJban részesült. Nyereményüket személyesen vehetik majd át a pályázat kiíróitól.



Büszkén kijelenthetjük, a 2025/26-os szorgalmi időszak TehetségMűhelye-s munkája is révbe ért.

Szigetszentmiklósi Pityang Óvoda - Pityang TehetségMűhely
"Így közlekedünk a lombkorona sétányon"



készítette: Tóth-Presinszky Mária – óvodapedagógus képek: Tóth-Presinszky Mária és Hepka Judit

Manóműhely

Balogh József: Vakáció

Nyakunkon a nyár már,
nyomában a játék,
mezőt, hegyet jární
eltökélt a szándék.

A csavargó szélben
táncoljon a labda,
és a játékot mi
nem is hagyjuk abba!

Mert élet a játék,
bár minden nap véges,
legyen az ép testben
lelkünk naptól fényes!



Bizony, bizony kedves Cserbókás, Pitypangos gyerekek, szülők, nagyszülők.

Idén is megérkezett a nyár, a sok napsütés, játék és vidám kaland ideje! Ilyenkor még jobb együtt alkotni és színes, kreatív dolgokat készíteni. Most mókás kavicsokat festhettek, amelyekből vidám figurák születhetnek, és gyönyörű papírpillangót is készíthettek a csuklótokra. Vegyétek elő a színes papírokat, filceket és az ügyes kezeteiket, és indulhat a nyári alkotás!



A kavics elkészítéséhez gyűjtsünk szép, sima felületű, viszonylag szabályos kavicsokat. A díszítéshez használjunk akril-festékfilcet! Érdeemes beszerezni néhány akril-festékfilcet, mert mindenféle felületre használható, nagyon jól fed, sokáig kitart, könnyű vele dolgozni, és kavicsfestéshez is ideális. Akár kagylókra is festhetünk vele.

Íme néhány egyszerű ötlet:



Csuklóra tehető papírpillangó



Kellékek: színes kartonpapír, olló, ceruza, filctoll

Színes papírra megrajzoljuk a pillangót a sablon segítségével tetszőleges színekkel és mintákkal kidíszítjük a szárnyakat, és a képen látható jelölést a szárnyak előtt ollóval bevágjuk, az ellentétes két oldalon, amit egymásba csúsztatunk a gyermek csuklóján.

Kellemes nyarat és jó munkát kívánunk!



készítette: Rupa Etelka – pedagógiai asszisztens képek: saját

Programajánló

Generali Gyerek Sziget // Hajógyári-sziget (2026. június 19-21.)

Idén nyáron is gyerekzsivajtól pezsdül fel a Hajógyári-sziget, hiszen kezdetét veszi az apróságok nagybetűs ünnepe, és megnyitja kapuit a Generali Gyerek Sziget. Június 19. és 21. között fergeteges, ingyenes programok várják a családokat: bábszínház, ugrálóvár, bohócok, koncertek, tánc, kézműves foglalkozások, vetélkedők, sportprogramok és megannyi kalandos élmény gondoskodik a felhőtlen kikapcsolódásról, míg a kisállatsimogató és a növényes játszótér a természet világába enged betekintést. Különleges, vízparti fesztivál, ahol játszva kapcsolódhattok ki – nem hiába emlegetik gyerekparadicsomként.



A nagy Attraktor Bábfesztivál:



Véssétek a naptárakba, izzítsátok a rokonságot, a szomszédokat, és kiáltsátok ti is világgá: 2026. június 26–27-én ismét gravitálódunk Pilisborosjenőn. Ne feledjétek: - Mi vagyunk a világ közepe!

Dátum és helyszín: 2026.06.26-27. Pilisborsjenő

Belépés ingyenes.

Családi hétvége a Ráckevei Levendulásban Június 13-14



Az idei évben is megrendezésre kerül a családi hétvégénk a levendulásban, ahol különböző gyerekprogramokon lehet részt venni, így a szülők nyugodtan élvezhetik a levendula szüretelést. Lesz csillámtetoválás, ugrálóvár, kirakodó vásár, mini játszótér, lovaglás, íjászkodás és sok más.

A gyerek programokon való részvétel feltétele az családi arató zacskó megvásárlása, családoként egy darab. Ára: 5000 Ft

Halásztelki Veterán Jármű Találkozó 2026

V. Halásztelki veterán autó találkozó 2026. augusztus 1-én a Sportcentrumban. Szeretettel várunk minden kedves érdeklődőt, aki szereti a régi és retro járműveket, vagy csak egy kis nosztalgiázásra vágyik. Ha van egy veterán korú járműve, - márkafüggetlenül lehet az autó, motor, teherautó, busz stb. - és szeretné megmutatni a nagyközönségnek, akkor feltétlenül ott a helye rendezvényünkön. Változatos programok kicsiknek és nagyoknak.



Repülónap Budaörs 2026 - Airshow a Repülőtéren:

2026. június 20-án Budaörsi Airshow. Régi és új repülőgépekkel, izgalmas légi- és földi bemutatókkal, egész napos sétarepülési lehetőséggel, harcászati kiállításokkal, földi látványosságokkal és gyermekprogramokkal várjuk az érdeklődőket a Budaörsi Repülőtéren. Szállj velünk, varázslatos programok várnak égen és földön!

Dátum és helyszín: 2026.06.20. Budaörs



készítette: Kovács Regina – pedagógiai asszisztens forrás, képek: www.facebook.com/anagyattraktor
www.programturizmus.hu/top50-csaladi-programok-gyerekekkel.html www.facebook.com/rackeveilevendulas

Jóga rovat

A jóga jótékony hatásai

A mai rohanó világban egyre fontosabb, hogy gyermekeink számára olyan mozgásformákat találjunk, amelyek nemcsak a testet, hanem a lelket is fejlesztik.



A **jóga** pontosan ilyen: játékos, vidám és nyugodt mozgásforma, amely az óvodás korosztály számára is rengeteg örömet és pozitív élményt nyújt.

A gyerekjóga különlegessége, hogy a mozgást mesékkel, utánzó játékokkal és fantáziavilággal köti össze. A gyerekek lehetnek nyújtózkodó cicák, erős fák, ugráló békák vagy akár szálló pillangók is. A játékos feladatok során szinte észrevétlenül fejlődik a mozgásuk, miközben jól érzik magukat és felszabadultan játszanak.

A jóga számos jótékony hatással van a gyermekek fejlődésére. Segíti a helyes testtartás kialakulását, erősíti az izmokat, javítja az egyensúlyérzékét és a koordinációt. A különböző mozdulatok fejlesztik a nagymozgásokat, a térérzékelést és a testtudatot is. Emellett a légzőgyakorlatok és relaxációs feladatok nyugtató hatással vannak a gyerekekre, segítenek oldani a feszültséget, és támogatják a figyelmet, valamint a koncentráció fejlődését.



A jóga nemcsak a testi, hanem az érzelmi fejlődést is támogatja. A gyerekek megtanulnak figyelni önmagukra, érzéseikre és egymásra is. A közös gyakorlások során fejlődik az önbizalmuk, az együttműködési készségük és az empátiájuk. Sok gyermek számára a jóga egy biztonságos, nyugodt tér, ahol megélhetik a sikerélményeket, és elfogadó közegben próbálhatják ki magukat.

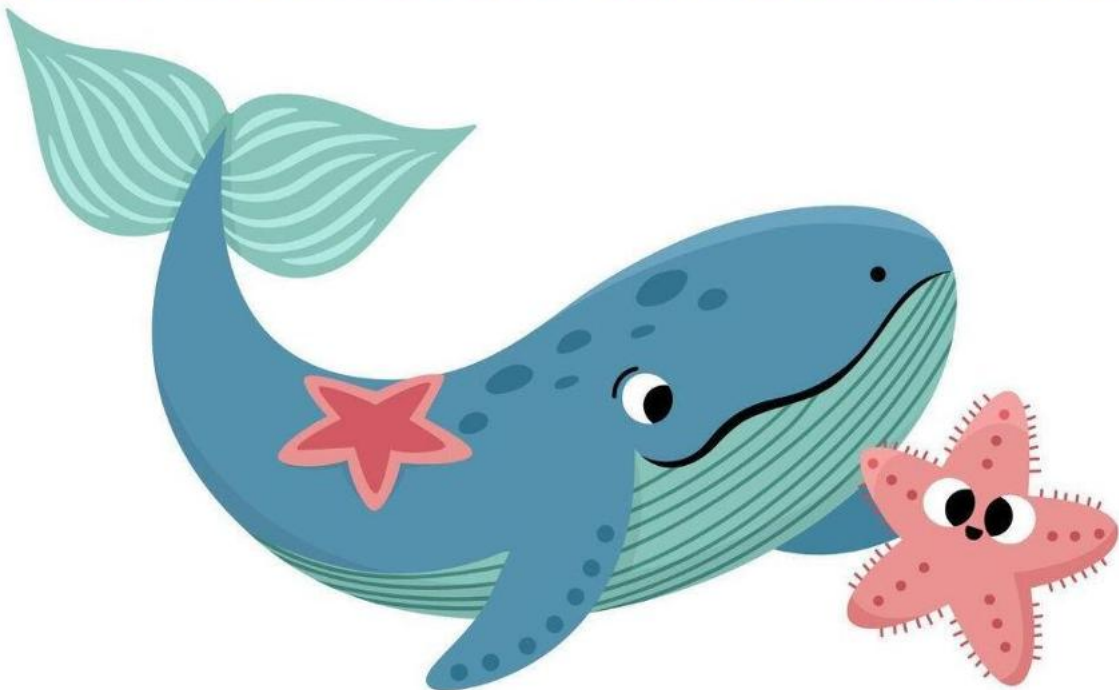
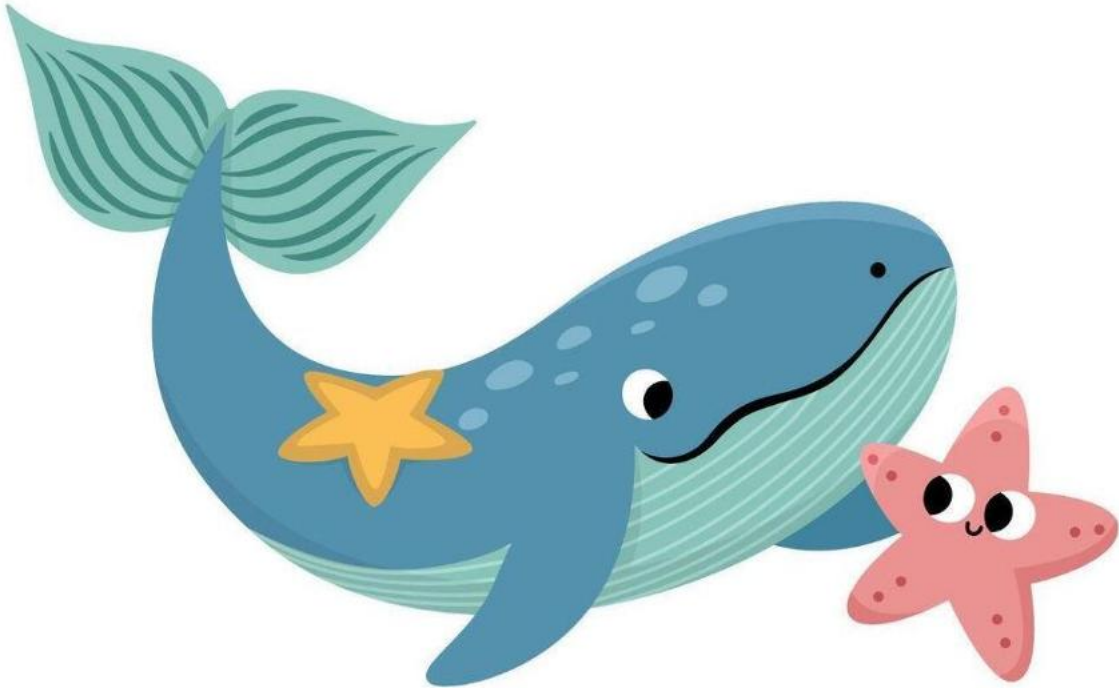
Különösen értékes élmény, amikor a gyerekek a szüleikkel együtt jógáznak. A közös mozgás erősíti a kapcsolatot, segíti az egymásra hangolódást, és olyan minőségi időt teremt, amelyre a hétköznapi rohanásban sokszor kevés lehetőség jut. A közös nevetések, játékok és nyugodt pillanatok mind hozzájárulnak ahhoz, hogy a gyermek biztonságban és szeretve érezze magát. A szülő számára is jó lehetőség arra, hogy kikapcsolódjon, lelassuljon, és valóban együtt legyen gyermekével.

A jóga tehát nem verseny és nem teljesítménykényszer. Sokkal inkább egy örömteli közös élmény, amely játékosan támogatja a gyermekek testi-lelki fejlődését. Érdemes kipróbálni akár otthon, akár közösségben, hiszen néhány vidám mozdulat és közösen eltöltött perc is sokat adhat kicsiknek és nagyoknak egyaránt.

készítette: Sereg Györgyi – óvodapedagógus, intézményvezető helyettes képek: pinterest

Játékos fejlesztő feladatok

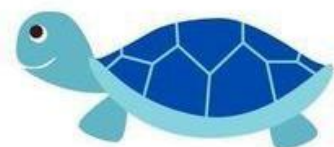
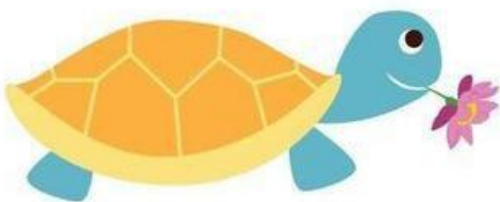
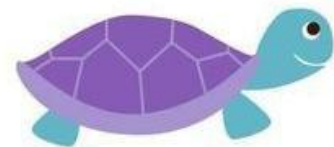
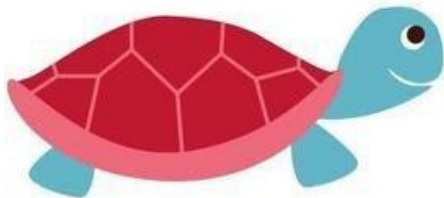
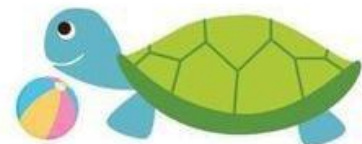
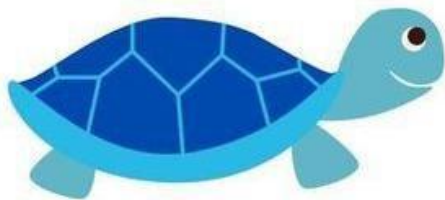
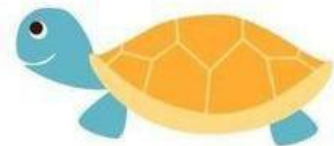
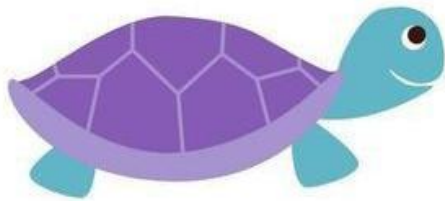
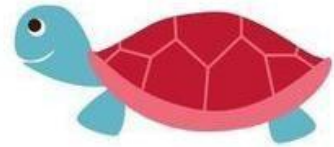
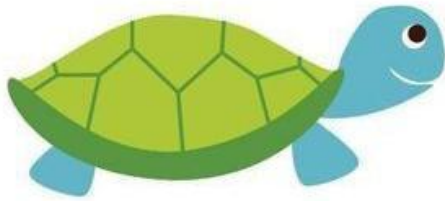
KERESS 10 KÜLÖNBSÉGET!



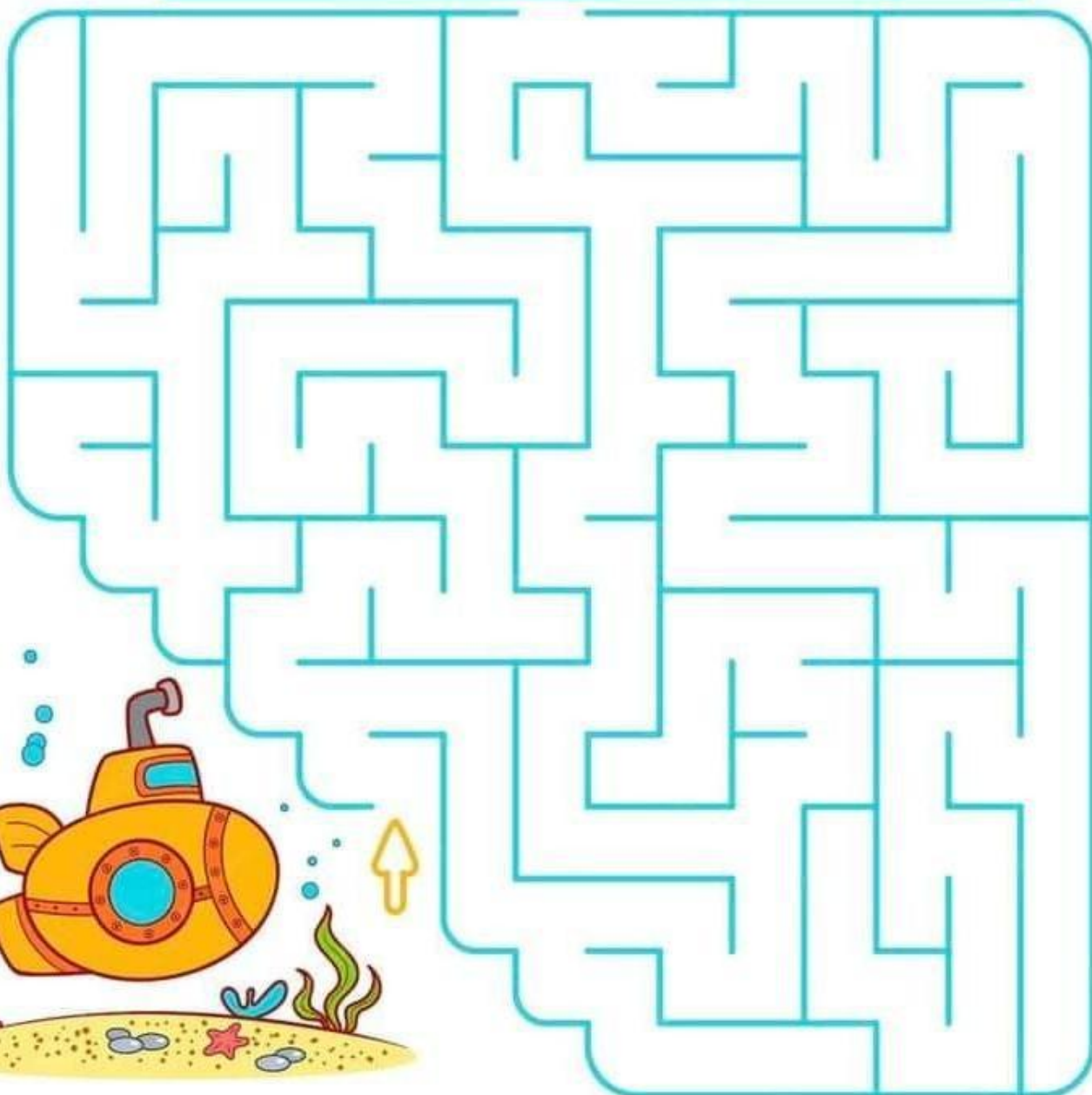
MIBŐL MENNYIT TALÁLSZ?



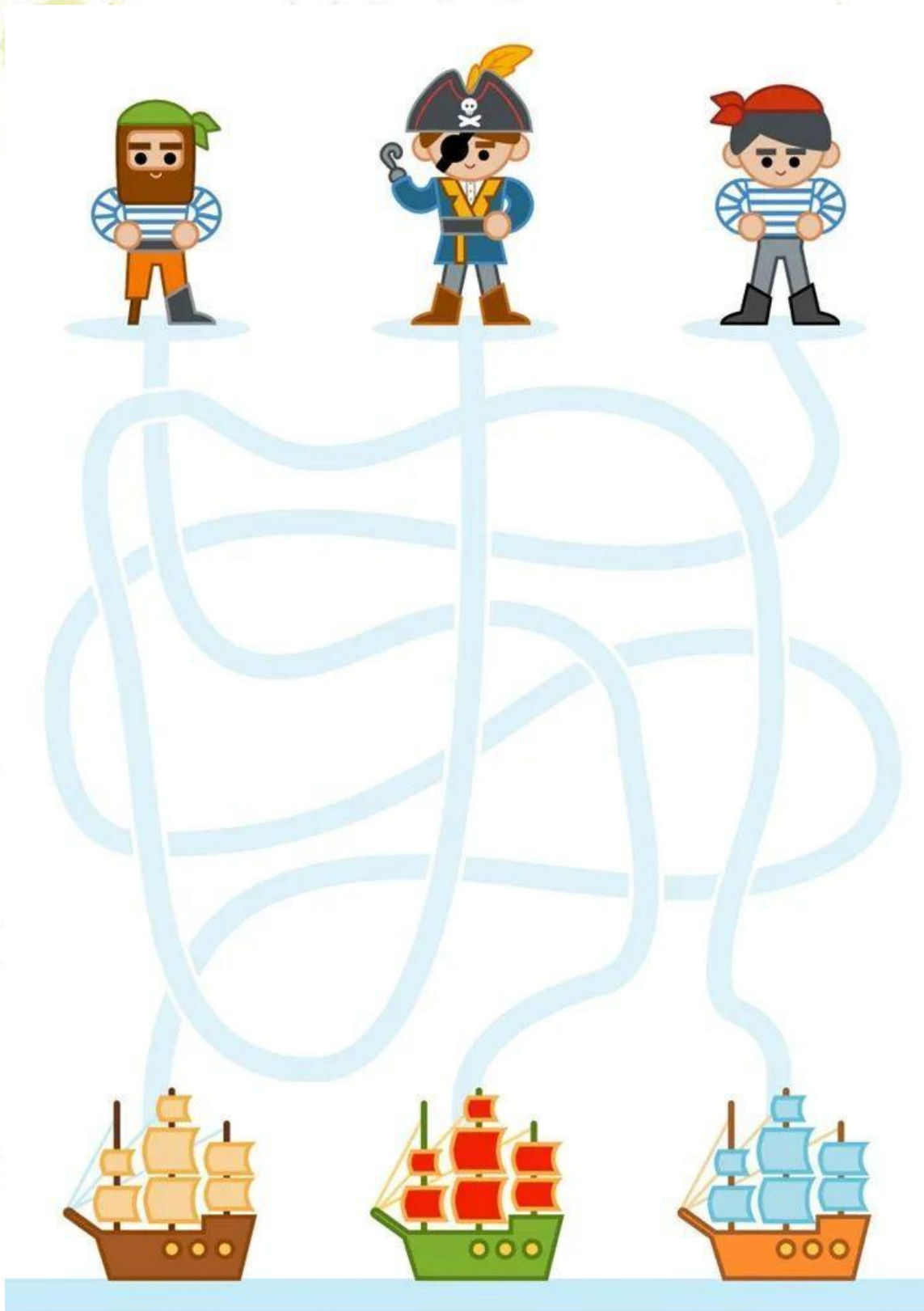
MEGTALÁLOD AZ ANYUKÁM?



SEGÍTS A TENGERALATTJÁRÓNAK!



MELYIK AZ ÉN KINCSEM?



készítette: Szegfü-Raffer Petra – óvodapedagógus forrás: pinterest

Így sütünk, főzünk mi

Pitypangos Dénes bácsi répatortája

Hozzávalók:

- 3 db tojás
- 130 g nádcukor
- 75 g repceolaj / napraforgó olaj
- 120 ml narancslé
- 270 g finomliszt
- 2 evőkanál fűszerkeverék (pumpkin spice / mézeskalács)
- 1 teáskanál sütőpor
- 1 csipet só
- 80 g dió (pirított, darált)
- 130 g sárgarépa (kinyomkodott súly)

Krémhez:

- 250 g mascarpone
- 250 g krémsajt
- 3 evőkanál porcukor
- Vanília ízlés szerint
- 1 evőkanál zselatinfix
- 2 marék dió

Elkészítés:



Készítsük elő a diót és a répát: a diót lepirítjuk, kicsit megtisztítjuk a vékony héjától, majd ledaráljuk, míg a répát kis lyukú reszelőn lereszeljük. Hagyjuk kicsit állni a répát, majd nyomkodjuk ki a levét - de véletlenül se dobjuk ki, ezt fogjuk használni folyadéként.

A tojásokat a cukorral nagyon alaposan kihabosítjuk -akkor jó, ha szép habos és világos. Ekkor jöhet bele az olaj, amit vékony sugárban csurgatunk hozzá, miközben folyamatosan habosítjuk. Használjunk semleges ízű, könnyebb állagú olajat (repce vagy napraforgó), az olívaolaj vagy a vaj túl nehéz, kevésbé lenne úgy könnyed a tészta.

Egy pohárba öntsük át a répa kifacsart levét, majd öntsük fel annyi narancslével, hogy összesen 130 g legyen a folyadék tömege. Ezt öntsük hozzá a tésztához és keverjük el alaposan.

Ezen a ponton jöhetnek a száraz hozzávalók. Először szitáljuk hozzá a lisztet, a fűszereket, a sütőport és a sót, amit aztán spatulával forgassunk össze a nedves tésztaalappal. Amikor a tészta már egynemű, hozzáadjuk a reszelt és kinyomogatott sárgarépát és a diót, majd az egészet alaposan átforgatjuk.

Egy kb. 22 centis kapcsos tortaformát kivajazunk, majd belekanalazzuk a tésztát és elsimítjuk a tetejét. 175 fokos sütőben 40-45 perc alatt készre sütjük, a végén tűpróbával ellenőrizve, hogy átsült-e a torta.

A kész répatortát hagyjuk teljesen kihűlni. Amikor ez megtörtént, vágjuk le a tetejét, ha túl púpos lenne, majd középen vágjuk félbe a tésztát, hogy megtudjuk tölteni a mennyei krémmel.

Krém elkészítése: egy kis tálba kimérjük az összes alapanyagot a dió kivételével, és teljesen csomómentesre keverjük. Tegyük hűtőbe az összeállításig.

A krém felét kenjük az alsó tortalapra, majd tegyük rá a felső tortalapot, amit kenünk meg a krém másik felével.

A diót késsel aprítsuk fel közepesen finomra, majd szórjuk meg vele a torta tetejét, és már tálalhatjuk is.

Cserbókás Évi néni egyszerű epres muffinja

Hozzávalók:

- | | |
|----------------------|---------------|
| - 12.5 dkg vaj | - 28dkg liszt |
| - 17 dkg porcukor | - 2tk sütőpor |
| - 2db tojás | - 2dl tej |
| - 1tk vaníliakivonat | - 25dkg eper |

Elkészítés:



Az epres muffin elkészítéséhez a puha vaját krémesre keverjük a porcukorral. Egyenként hozzáadjuk a tojásokat és a vaníliát, majd alaposan összedolgozzuk.

A lisztet keverő tálban átszítaljuk a sütőporral, majd a tejjel felváltva a tojásos masszához adagoljuk.

Az előzőleg megmosott, szárazra törölt és feldarabolt epret óvatosan a tésztába keverjük.

A 12 mélyedékes muffin formát papírkapszlival kibéleljük. Elosztjuk benne a muffin tésztát, majd a 180 fokra előmelegített sütőbe toljuk. Nagyjából 20 percig sütjük a süteményt, vagy amíg aranybarna lesz.

gyűjtötte: Németh Emese Sarolta – óvodapedagógus receptek: Kupi-Miterli Éva, Román-Párducz Dénes forrás, képek: receptvideok.hu www.mindmegette.hu

Mumus-űző mesék



Neked is vannak Mumusaid? Félelmeid?

A Mumus-űző mesék segítenek elűzni őket!

Ebben a rovatban mindig olyan mesekönyveket ajánlunk, amelyek megoldást nyújthatnak a gyermekeknek legyőzni egy-egy nehéz élethelyzetet, félelmet, rossz tulajdonságot.

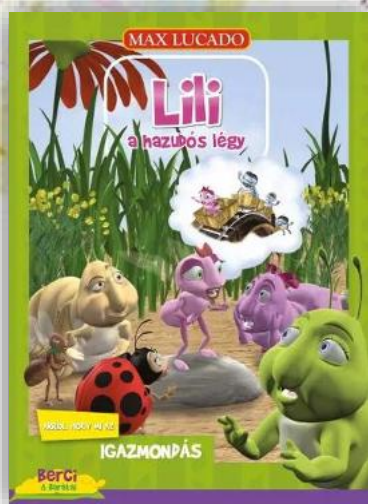
Neked mi a mumusod? – Fantáziahazugságok (Konfabuláció)

Biztosan minden kisgyermekes szülő találkozott már a jelenséggel, amikor a gyermeke úgy mesélt el egy kitalált eseményt, mintha az megtörtént volna. A valóságnak és képzeletnek ezt a fajta egybeemelését konfabulációnak nevezi a pszichológia, és egy teljesen természetes jelenséggé tekint rá. Persze nem mindegy, mikor és milyen mértékben válik ez gyakori szokássá a kicsi életében. Nem jó hozzáállás, ha megdorgáljuk a gyermeket, de az sem, ha csak legyintünk a fantáziadús füllentésekre. Ahogy a gyermekpszichológus javasolja, a legjobb, ha a gyermeki képzeletnek kijáró érdeklődéssel meghallgatjuk a történetet. Ezt követően pedig elmondjuk: érdekesnek találjuk, amit elbeszélte, de úgy gondoljuk, hogy a dolog másképp történhetett. Ha a mesét kibogoztuk, a valóságot felfedtük, már könnyebben megbeszélhetjük pontosan mi áll a dolgok háttérében. Fő tudatosítani a gyermekben, hogy nekünk szülőként a valós események is érdekesek. Ha pedig konkrét mesékkel segítenénk a hasonló élethelyzetben lévő gyermekünket, az alábbi mesékben megtalálhatjuk a feloldozás és feldolgozás lehetőségeit:



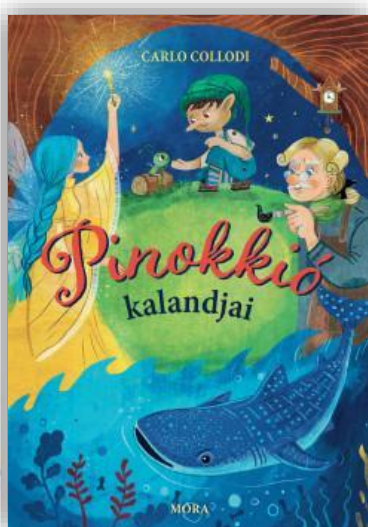
Maria Cecilia Cavallone: A fiú, aki farkast kiáltott (EMSE / Líra, 2023)

Az első mesekincstárban összegyűjtötték a legfontosabb, legszebb meséket, hogy már a kicsik is hallgathassák a történeteket, nézegethessék a bájos illusztrációkat. Unalmában az ember néha bolondozni kezd. És olyan is van, amikor nem érzi, hogy hol húzódik a határ a vicces és a nem vicces között. Mert vannak dolgok, amikkel nem viccelünk. Olvassatok a pásztorfiúról, aki saját bőrén tanulta meg, hogy mekkora bajt okozhat egy ártatlannak tűnő hazugság is.



Max Lucado: Lili a hazudós légy - Arról, hogy mi az igazmondás (Keresztyén Ismeretterjesztő Alapítvány, 2024)

Lili állandóan történeteket kreál, vicceket gyárt és hazudozik. A barátai már nem bíznak benne. Amikor látja, hogy kedvenc zenekarát, a Vízibogarakat elrabolják, segítségért szalad, de senki sem hisz neki, még Berci sem... Max Lucado Berci-sorozatának újabb része arra emlékezteti a gyerekeket, hogy mindig tartsák meg, amit ígértek, vegyék komolyan a saját szavaikat, és mondjanak igazat.



Carlo Collodi: Pinokkió kalandjai (Móra Ferenc Ifjúsági Könyvkiadó Zrt, 2024)

Pinokkió minden vágya az, hogy igazi kisfiú legyen. Azonban engedetlensége és kíváncsisága miatt egyik kalamajkából a másikba csöppen. Kalandjai során szerencsére csodás lényekkel is találkozik, például a jó Tündérrel, aki megígéri, hogy igazi gyerekké varázsolja, feltéve, ha jól viselkedik. Azonban a kis fabábu sokszor elbukik, ráadásul, amikor füllent, megnyúló orra is rögtön elárulja. Vajon Pinokkió képes lesz megváltozni, és viszontláthatja édesapját, Dzsepettót?



Kathryn Smith: Kamilla tündér - Kamilla, az igazmondás tündére (Fröhlich és Társai Kft. 2008)

Nyuszika füllentett a barátainak. Kamilla tündér elmagyarázza neki, hogy milyen fontos mindig az igazat mondani.

CERUZAFOGÁS

✎ Helyes ceruzafogás: a ceruza a középsőujj első ujjpercén pihen, miközben a hüvelyk- és mutatóujj csippentve tartja.

✎ Óvodáskor végére fejlődik olyan készségszintre a rajzmozgás és a laza, görcsösség nélküli ceruzafogás, ami az íráskészség elsajátításához szükséges.

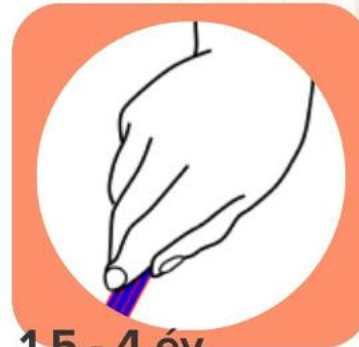
✎ A helyes ceruzafogás kialakítása hosszú gyakorlás eredménye, melyben a családnak is fontos szerepük van.

✎ A helyes ceruzafogás kialakulását segíti minden olyan játék, amellyel a gyermek gyakorolni tudja a "csippentő" fogást.

✎ Pl.: apró szemű dolgok válogatása, szedése, gyurmázás, festés, vágás, papírtépés, papír galacsin gyűrés, kéz- és ujjtornák, homokozás, gombolás, cipőkötés, kéz szappanozás, puzzle, legózás.



1 - 1,5 év



1,5 - 4 év



4,5 - 6 év

8300 Tapolca, Kossuth u. 2/1



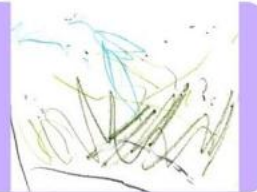
Veszprém Vármegyei Pedagógiai Szakszolgálat Tapolcai Tagintézménye



GYERMEKRAJZOK FEJLŐDESE

1-1,5 ÉVES KORBAN

**Nyomhagyás, kaszáló
vagy lengő firka.**



1,5 - 2,5 ÉVES KORBAN

**Az első értelmet jelentő
firka a körfirka.**



2,5- 3,5 ÉVES KORBAN

Fej-láb ember



3,5 - 4,5 ÉVES KORBAN

Pálcika ember: a törzshöz a végtagok egy-egy vonallal kapcsolódnak, a fej és törzs elkülönül. A szemek és a száj mellett az orr is megjelenik.



4,5 - 6 ÉVES KORBAN

A gyermekek a végtagokat – a fejhez és törzshöz hasonlóan – körvonallal jelenítik meg, az arc és a ruha részleteit is ábrázolják.



**Veszprém Vármegyei Pedagógiai Szakszolgálat
Tapolcai Tagintézménye**

Zöld tippek

Műanyagmentes mosogatás? Lehetséges!

A konyhai hulladékcsökkentés igen nehéz és nehezen megfogható feladatnak tűnhet, ha még csak most vágunk bele, azonban, ha egyszerre csak egy területre fókuszálunk (jelen esetben a mosogató területére), könnyedén számítható a felesleges műanyagok egy részét a konyhából. **Íme pár tipp arra, hogy a jövőben te is műanyagok nélkül mosogathass!**

Tiszta edények, rend, hulladékmentes konyha. Hogyan érhető el mindez, ha körbenézve a mosogató peremén elképzeltetlenné találod a mosogatást a sárga-zöld dörzsi szivacs, a jól bevált műanyag mosogatókefe, vagy a műanyag flakonban kapható mosogatószer nélkül?

Amennyiben a fent említettek elfogytak, elhasználódtak, vagy megértek már a cserére, hidd el, nem nehéz helyettesíteni őket zero waste alternatívákkal!

Hulladékmentes eszközök mosogathoz

1. Luffa szivacs (a műanyag szivacs alternatívája)

A háztartásokban használatos szivacsok többsége sajnos műanyagból készül, amik nem bomlanak le és az újrahasznosításuk sem lehetséges, ezért élettartamuk végén hulladéklerakón végzik. Már amennyi marad belőlük, mivel mosogatás közben számtalan – akár mikroszkopikus méretű – műanyag részecske szakad le róluk.



A luffa szivacs tökéletes alternatívája a műanyag szivacsnak: megfelelő használat mellett akár fél évnél tovább is használható, élete végén pedig komposztálható.

2. Lószőrös, vagy növényi sörtéjű fanyelű mosogatókefe (a műanyag szivacs alternatívája)



Természetes sörtéből és fenntartható fából készült, komposztálható mosogatókefék, a mosogatószivacs hulladékmentes alternatívái.

A lószőr sörtéjű kefével a friss, könnyen eltávolítható szennyeződések moshatód le, valamint az érzékenyebb felületekhez (pl. porcelán, teflon) ajánlott; a növényi sörtés mosogatókefék a makacsabb szennyeződésekkel is elbírnak. A nyél használata elsősorban ekeémásoknak, illetve azoknak ajánlott, akik nem szeretnék a mosogatólébe mindig teljesen belenyúlni.

3. Fanyelű, kókuszrost sörtéjű mosogatókefe (a fém dörzsi alternatívája)

A kókuszrost nagyon erős, ezért a durvább, makacsabb szennyeződésekhez tökéletesen alkalmazható, így kiválthatod vele a mosogató dörzsit.

Durva sörtéi miatt nem ajánlott teflonos, valamint olyan edényhez használni, amelynek a felülete könnyen sérül, karcolódik! Hosszú élettartamú, tartós termék, élete végén pedig komposztálhatod. Annak érdekében, hogy minél tovább tudd használni, ügyelj rá, hogy ne ázzon feleslegesen vízben, amikor pedig épp nincs használatban, tedd olyan helyre, ahol ki tud száradni!

4. Házi mosogatórongy (a szivacskenő alternatívája)

Ha az ismerősi körödben van olyan, aki tud kötni, bátran kérd meg arra, hogy készítsen neked egy mosogatórongyot. A bolti, műanyag szivacskenőkkel ellentétben ezt akár éveig is használhatod, ha vigyázol rá: mosd ki rendszeresen a többi konyhai törlőkendővel együtt.

5. Mosható törlőkendő (a papírtörlő alternatívája)

Ha elfogyott a papírtörlő, helyettesítsd a hulladékmentes, újrahasználatos, tartós alternatívájával, a mosható törlőkendővel! Ezeket a törlőkendőket ugyanazokra a célokra alkalmazhatod, mint az egyszer használatos papírtörlőket és a kisebb konyhai szennyeződések eltávolításához használt műanyag szivacsokat.

6. Házi mosogatószer

A bolti mosogatószerek többnyire műanyag flakonban kaphatóak, melyek miután kiürültek – ha nem szelektálhatóak – a kukába dobást követően vagy hulladéklerakóra kerülnek, és soha nem bomlanak le; vagy hulladékégetőbe kerülnek, és elégetik őket. Amennyiben szeretnéd a műanyag hulladékod mennyiségét csökkenteni (esetleg teljesen megszüntetni), remek lépés lehet, ha saját magad készíted el a mosogatószeredet.



Azonban, ha nincsen kedved, vagy időd elkészíteni a házi mosogatószert, készen is vásárolhatsz hulladék- és műanyagmentes mosogatószappant, ami a kezeidhez kíméletes, de az edényeken tapadt szennyeződésekkel hatékonyan elbánik. Biológiailag könnyedén lebomló, növényi alapú mosogatószer, ami nem terheli a környezetet. Nagyon szuper például a *marseilles szappan*.

7. Mosogatógép tablettá

Az általában darabonként kis műanyag csomagolásba rejtett mosogatógép tablettákat is kiválthatod egy nagyon egyszerűen elkészíthető tablettával.

Ha nincs kedved, vagy időd elkészíteni házilag a mosogatógép tablettákat, készen is vásárolhatsz természetes összetételű mosogatógép port.

8. Vízkömentes és illatos mosogató

A műanyag flakonos általános tisztítószernek is van egy szuper egyszerű, otthon is csukott szemmel elkészíthető alternatívája.

Zöld receptek

Mosogatószer

Amire szükséged lesz:

- 3 evőkanál reszelt vagy apróra vágott mosószappan,
- 1 teáskanál mosószóda,
- 15 csepp citrom illóolaj (de az édes narancs vagy a teafa illóolaj is remekül megállja a helyét),
- 2 nagyobb csésze víz.



Hogyan készítsd el:

1. Vegyél elő egy sajtreszelőt és reszelj le nagyjából 3 evőkanálnyi mosószappant (vagy használj eleve mosószappan reszeléket). Ha többet sikerült lereszelned, arányosan növeld a többi összetevő mennyiségét.
2. Melegítsd fel a vizet egy edényben (de ügyelj rá, hogy ne forrjon).
3. Szórd bele a szappant, s ha megolvadt, húzd le a tűzhelyről.
4. Ezután add hozzá a mosószódát és az illóolajat, s keverd addig, míg egy homogén gélt nem kapsz. Abban az esetben, ha csomóssá válik tegyél még hozzá vizet, s tedd vissza a tűzhelyre egy kicsit melegíteni, hogy az összetevők könnyebben összekeveredjenek.
5. Ha úgy érzed nagyon becsomósodott a mosogatószer, egy botmixerrel segíthetsz a problémán.
6. Ha kész vagy, tedd egy régi mosogatószeres flakonba vagy üvegbe, és használhatod is!

Mosogatógép tableta/por

Amire szükséged lesz:

- 3 evőkanál mosószóda,
- 5 evőkanál szódabikarbóna,
- 4 evőkanál citromsav,
- 3 evőkanál nátrium-perkarbonát,
- 5 csepp teafa illóolaj,
- 4 evőkanál só,
- kevés víz.



Hogyan készítsd el:

1. Egy tálban keverd össze a száraz hozzávalókat (mosószódát, szódobikarbónát, citromsavat, nátrium-perkarbonátot és a sót).
2. Apránként, folyamatos kevergetés mellett spriccelj rá kevés vizet.
3. Csepegtesd rá az illóolajat.
4. Kanalazd egy jégkockatartóba a masszát és alaposan nyomkodd bele.
5. Ha nagyon szétesne a keverék, adj hozzá még egy kis vizet.
6. Hagyd egy éjszakán át száradni, majd tárold befőttesüvegben, vagy csatos üvegben.

Megteheted, hogy elhagyod a formázást. Ez esetben a 4. lépésed az legyen, hogy a por állagú masszát átöntöd egy jól záródó edénybe, majd tárold naptól védett helyen, gyermekek elől elzárva. Használatkor egy kiskanállal adagold a szükséges mennyiséget közvetlenül a rekeszbe.

Általános tisztítószer keverék az illatos és vízkömentes mosogatóhoz

- Fogj egy csatos üveget és tegyél bele fél rész citromsavat,
- fél rész szódobikarbónát,
- majd csöpögtess rá 3-4 csepp teafa vagy citrom illóolajat,
- és keverd össze alaposan.

Használd mosogató után úgy, hogy 1-2 teáskanállal teszel a mosogatóba, majd a luffa szivacsod segítségével átdörzsölöd vele a csaptelepet és a mosogatót is. Végül öblítsd le hideg vízzel, és töröld egy konyhai törülközővel szárazra a felületeket.

Amennyiben extra gyors megoldásra vágysz, szórj a mosogatóba egy kis citromsavat, engedj rá egy kis vizet, és dörzsöld át a csapot. Meglátod, nagyszerűen működik majd önmagában is!



készítette: Szegfü-Raffer Petra – óvodapedagógus forrás: korforras.hu képek: pinterest, korforras.hu anapfenyillata.hu dizko.hu

Egyszer volt, hol nem volt

A fiú és az üres virágcserep

(koreai népmese)

Egyszer régen élt egy bölcs és boldog király. Egy bánata volt csupán: hogy nem születtek gyermekei. Sokat törte a fejét, hogyan segíthetne magán, míg egyszer remek ötlete támadt:

"Kiválasztom az ország legbecsületesebb gyermekét és örökbe fogadom." Nyomban megparancsolta a szolgálóinak, hogy minden gyermeknek adjanak virágmagvakat, és kihirdette:

- Aki ezekből a magvakból a legszebb virágokat neveli, azt fiammá vagy lányommá fogadom!

A gyerekek buzgón nekiláttak az ültetésnek, öntözésnek, hiszen mindannyian szerettek volna a bölcs király fogadott gyermekeként élni. Szon Il is szorgalmasan öntözte a magvakat, de hiába teltek a hetek, bizony semmi eredmény nem mutatkozott: a magvak csak nem akartak kicsírázni.

"Milyen különös" - álmélkodott Szon Il, s végül az édesanyjához fordult segítségért.

- Mi lehet az oka, hogy nem csíráznak ki a magvaim? - kérdezte.



- Talán másik földre kellene átültetned őket - tanácsolta anyja.

Szon Il átültette a magvakat, de ott sem indultak fejlődésnek. Hamarosan felvirradt a nap, amikor a királynak meg kellett tekintenie a virágokat. Díszbe öltözött az egész város, a sok-sok gyerek meg az utcára tódult, és szorongatták a szebbnél szebb virágokat. A király sorra elhaladt előttük, de bizony egy szikrányi öröm se látszott az arcán.

Az egyik ház előtt azonban megpillantotta a pityergő Szon Ilt, aki üres virágcsereppel álldogált az utcán. Halvány mosoly derült föl a király arcán, és maga elé hívatta a kisfiút:

- Hát te meg mit állsz itt ilyen búsan ezzel az üres virágcsereppel? - kérdezte tőle.

Szon Il hüppögve mesélte el, hogyan ültette el a magvakat, hogyan öntözte, gondozta, de azok mégsem indultak fejlődésnek.



A király ennek hallatára karjába kapta Szon Ilt, és boldogan kiáltotta:

- Ez az én becsületes kisfiam!

Az emberek értetlenül nézték, mi történik, és egyikük lármázni kezdett:

- Miért fogadod örökbe ezt a fiút az üres virágcsereppel?

A király ekkor így szólt:

- Minden virágmag, amit a gyermekeknek kiosztottam, főtt mag volt. Egy sem csírázhatott ki közülük.

Az emberek erre helyeslően bólogattak, a gyermekek pedig, akik a pompás virágokat szorongatták, igencsak elszégyellték magukat hiszen valamennyien más magvakat ültettek el.

VÉGE

készítette: Hepka Judit – óvodapedagógus kép:<https://diafilm.hu/products/a-kisfiu-meg-az-ures-viragcserep-nepmesekincstar-diasorozat>

Ott voltunk a Zöld Követ által kiírt „20+26 – Így kezdőd környezetbarátan az új évet!” kihívásban

A természet közelsége formálja a személyiséget, különösen a korai életszakaszokban.

A gyermekeknek szüksége van azokra a motorikus, taktilis, emocionális, szociális ingerekre, melyeket az illatok, szagok, a hideg-meleg érzés megtapasztalása, a föld maszatalása adhat meg nekik.

E gondolatokat megvalósítva csatlakozott a Levendula csoport a Zöld Követ által kiírt kihívásba, melyben a résztvevőknek a megadott választható ökológiai lábnyomot csökkentő zöld feladatot kellett teljesíteni.



A kihívások hasznosak, egyszerűek, a hétköznapi környezetvédelmi törekvések közé könnyen beépíthetők voltak. Mind e mellett erősítették a tudatos döntéseket, a közösségi élményeket.

Lelkes kis csapatunk, a teljesség igénye nélkül, készített idény gyümölcsből gyümölcssalátát tízórára, ültetett/nevelt magból növényt, télen gondoskodott a madarokról, gyűjtötte a komposztba a gyümölcsmaradékot.



Büszkén mondhatjuk, gyermekeink munkája célba ért, a zsüri különdíját hozták el!

készítette: Tóth-Presinszky Mária – óvodapedagógus képek: saját

Ovikezdés magabiztosan

Most született, és szeptember pedig már óvodás lesz, igaz!? Pedig olyan, mintha csak most született volna... Tudjuk, milyen érzés, sokan mi is átmentünk ezen!

Az anyukák túlnyomó többsége tele van ebben az időszakban aggodalommal, kérdésekkel, kétségekkel és bizonyos dolgokban tanácstalannak érik magukat. Összegyűjtöttünk néhány tanácsot, amivel segíteni szeretnénk, hogy ez az időszak ne feszültséggel és félelemmel, hanem izgatottsággal teli készülődéssel, felkészüléssel teljen.

Beszélgessetek arról, hogy mi fog történni!

Már a nyári időszakban mond el neki, hogy mi vár Rá/Rátok, milyen lesz az óvoda, hogyan zajlik ott egy napja majd, kik várják (óvó nénik, dadus nénik), milyen játékok lesznek ott, hol lesz és mit csinál addig Apa és Anya, stb. Figyelj arra, hogy vidáman, jókedvűen mesélj neki róla! Nagyon „éles radarjaik” vannak, ha azt látja rajtad, hogy Te (is) félsz, vagy tartasz tőle, ő is átveszi ezt az érzést.

Sétáljatok el az ovi felé, nézzétek meg az épületet és az udvart együtt!

Ha lehetőségetek nyílik rá, menjetek el egy nyílt napra is! Sok intézményben van már a beiratkozás előtti vagy utáni időszakban. Ismerkedjen az épülettel, új környezettel, emberekkel és az óvodai dolgozókkal!

Esetleg vegyetek/szerezzetek be egy helyes kis hátizsákot, amivel majd tud menni az oviba.

Érdeklődj az óvodai napi rutinról – ha a Tiétek eltér attól (felkelés, délutáni alvás), próbáljátok meg összehangolni a kettőt szeptemberig, hogy ne legyen a gyerkőcnek nagy változás majd az óvodakezdés! Készíthetsz napirendi kártyákat is: ezek segítségével elmesélheted a gyermekednek, hogy hogy telik egy óvodai nap, illetve biztonságérzetet kelt benne, hiszen ezáltal el tudja képzelni és tudni fogja mi vár rá.

Önállóság

Pár hónappal ovi előtt próbáld egy kicsit erőltetni a következő dolgokat, ha addig esetleg lemaradásban lennétek, hogy minél önállóbban, élvezettel meg tudja csinálni:

- pohárból inni egyedül
- evőeszközzel enni egyedül
- megtörölni a száját egyedül
- kezet mosni egyedül, feltúrni a póló, pulcsi ujját

- orrot fújni – próbáld meg játékosan tanítani. Például egy papírzsepit szétszedsz rétegeire, és egy réteget hanyattfekve ráterítesz a nózijára, próbálja meg az orrával fújni úgy, hogy megemelkedjen
- cipőt húzni, levetni
- ruhát felhúzni, levetni
- oviban már szobatisztának kell lennie

Szerezz be neki kényelmes ruhákat, valamint megfelelő benti cipőt!

A legfontosabb, hogy kényelmes legyen, amit a gyermekünk visel! Legyen biztonságos, ne akadályozza őt a játékban, ne izzadjon bele. Nem érdemes megvenni a nagyon drága ruhákat, cipőket – a sok játékban hamar tönkre mehetnek, kiszakadhatnak. Cipő szempontjából fontos az is, hogy jól tartsa a gyermek bokáját, valamint könnyen tudja fel- és levenni azt.

Győződj meg róla, hogy minden meg van-e, amit az óvoda kér a kezdésre!

Itt olyanokra gondolunk, mint az oviszsák, kistörölköző, váltóruha, benti cipő, ágynemű például...

Fontos, hogy **MINDENBE** rajzoljátok majd bele a gyerkőc jelét, hogy az óvó nénik, dadus nénik és a gyerkőc is meg tudja majd ismerni a saját dolgait.

A <https://pitypangovi.hu/dokumentumok/> oldalon részletes leírást találhattok, hogy mi milyen „csomagot” szoktunk kérni a leendő ovisainktól.

Te magad is készülj fel lelkileg és érzelmileg is!

A legtöbb szülőnek - és mondhatjuk talán azt, hogy leginkább az édesanyáknak -, nagy érzelmi megterhelés az óvoda kezdeti időszaka, még akkor is, ha minden rendben megy és minden „tökéletes”. A gyermekünk megnőtt, nem velünk lesz otthon napközben, hiányzik, aggódunk... Vajon vigyáznak rá rendesen? Adnak neki inni eleget? Ha elesik az udvaron, segítenek neki? Ilyen és ehhez hasonló kérdések kavarnak bennünk... Igyekezz higgadt maradni, és bízz meg az óvodai dolgozókkal! Ha kérdésed van, ne félj feltenni azokat! Ha ez segít megnyugodni, akkor ne tartsd magadban!

Még valami... Sírhatsz is! De ne a gyerkőc előtt! Bírd ki a kocsig, vagy hazáig, ha tudod 😊

Teljesen normális, ha Téged is megvisel ez az időszak – add ki magadból nyugodtan. Ha mégis a gyermeked előtt elsírod Magad sem gond, csak magyarázd el neki, mit érzel.

Hidd el, ez az időszak is tud szép lenni a maga nemében, tartogathat Nektek sok-sok örömet és nagyon szép dolgokat, amiket nagyon jó lesz együtt megélni és átélni!

Nyugi. Minden rendben lesz. ❤️

+1 Könyvajánló ovikezdéshez

Balázs Panna: Szandra és az ovi – Kiscsoportos mesék



Ez a mesekönyv kedves történetekkel mutatja be az óvodai mindennapokat, és garantálja, hogy gyermekeknél egy kicsit se legyen ijesztő az óvoda!

Farkas Nóra: Összeköt a szeretet



Ez a történet elmeséli a gyermekeknél, hogy mi az a láthatatlan madzag, ami akkor is összeköt Titeket, ha éppen nem vagytok együtt...

Dany Aubert – Chaterine Leblanc: Oviba megyek!

Ebben a mesekönyvben pedig egy olyan kismackóról olvashattok, aki nem akart óvodába menni, de mivel az anyukája sokat mesél arról neki, hogy milyen lesz ott, mire elérkezik az idő az összes aggodalma elszáll és boldogan kezdi meg az óvodát.



Czernák Eszter: Sárkányovi



Vajon milyen lesz az első nap az oviban? Tényleg lesz ott sok-sok játék, lesznek új barátok? Zoé, a háromfejű sárkánygyerek, mint minden kisovis, aggódva érkezik a Szivárvány Óvodába: biztosan ismeretlen csoporttársak, szokatlan ízek, rengeteg pakolás és unalmas délutáni alvások várnak rá! Aztán megismerkedik a csoporttársaival, és a Sárkányoviba bizony nem embergyerekek járnak, hanem jetik, manók, tündérek és trollok! Vajon a kis sárkány és új barátai együtt rájönnek, hogy oviba járni igazából a legjobb móka?