

Májusi beszámoló

Testmozgás, egészség

Mozgás, sport, móka, tánc, kirándulás, akadálypálya, torna, játék, egészség... Ezekből nem volt hiány ebben a hónapban! A május igazi örökmozgó, boldogságfokozó hónap volt.

Az egészséges életmódra nevelés egész évben kiemelt célom volt, de Boldogságórás témakörként ebben a hónapban kiemelt hangsúlyt kapott a testmozgásra, egészséges táplálkozásra való törekvés.

Nagyon sokféle játékos mozgást, táncot kipróbáltunk az internet segítségével. Gyerekeknek szóló táncokat mutattam nekik. A legnagyobb vidámság kísérte a Monkey Dance-t, de eljártuk például az Abécé táncot is. Így dobtuk fel a reggeletet, vagy frissítettük fel magunkat délutánonként.

Boldogságórán meghallgattunk Bagdi Bella: Jól érzem magam című dalát. Jót nevettek a gyerekek, mikor megnéztük a „Hülye járások minisztériuma” videót. Természetesen nem hagyhattuk ki, és mi is kipróbáltuk az iskola folyosóján, hogyan tudunk különféle vicces mozdulatokkal járni. Ezt követően elmentünk a tornaterembe, ahol vidám labdás, fogócskázós közös játék után megtanultuk a „Evolúciós játékot”. Meglepődtem, milyen tájékozottak voltak az evolúció szót illetően, így pillanatok alatt megértették a játék lényegét, hogy a játék során most egy mozgásfejlődésen kell végig menniük. Természetesen mindenki elérte a „Boldogságórás diák” fázist.

A témakörhöz kapcsolódóan kitaláltam a gyerekeknek egy rajzos-tornázós feladatot, amit több napon át valósítottunk meg. Torna-kártyáknak neveztük el azokat a kis lapokat, amelyeken pálcika emberkék tornamozdulatokat mutattak. Jó móka volt ezeket a mozdulatokat leutánozni. A kis kártyáinkat kivittük az udvarra is, és bevontuk az udvaron tartózkodó gyerekeket is az utánpótlás játékunkba. Kölcsönadtuk a kártyákat más osztályoknak is. Rajzórán le is rajzoltuk ezeket a figurákat, és egy érdekes technikával színes kis alkotásokat hoztunk létre. A munkák a falújságra kerültek, ahol hirdették a testedzés egészségmegőrző szerepét.

A jó idő is egyre többet csalogatott bennünket a szabadba. Élmenyekkel telve érkezünk haza a zalakarosi osztálykirándulásunkról. Egész nap az önfelelt játék, labdázás, mászókázás, túrázás tette varázslatossá a napunkat.

A „Világnapi móka májusban” feladat közül hármat valósítottunk meg. Természetesen nem maradhatott el az édesanyákról való megemlékezés. Szeretettel gondolva rájuk, verset tanultunk, ajándékokat készítettünk.

Ezen kívül megünnepeltük a Madarak és fák napját is. Beszélgettem a gyerekekkel, e témával kapcsolatos kisfilmeket néztünk meg. Verset olvastunk, rajzoltunk. A gyerekek a fákhöz, madarakhoz fűződő szeretetüket, tiszteletüket a kis alkotásaikban fejezhették ki.

A legnagyobb várakozást a gyermeknap övezete. Az alsó tagozatosok fergeteges gyermeknapi programján mi is részt vettünk. A tanítóink lelkesedésének, remek szervezésnek köszönhetően az egész nap a játékról, vidámságról szólt. A 7 próba akadálypályán mutathattuk meg erősségeinket, ügyességünket, gyorsaságunkat. Színházi előadáson vettünk részt; kutyabemutatón csodálhattuk meg ezeknek a kis állatoknak az okosságát, türelmét; pónilovon is lovagolhattunk. A programok szünetében a zöldség és gyümölcstál kínálatából falatoztunk.

Na, ránk ebben a hónapban nem lehet mondani, hogy mozgásszegény életmódot éltünk! Nézzétek meg a képmontázsainkat!









