

MATERSKÁ ŠKOLA BUDAPEŠTIANSKA 1,
ELOKOVANÉ PRACOVISKO VIEDENSKÁ 34, KOŠICE 04013



SPRÁVA K PROJEKTU,, Telo je ako DOM – rád ja bývam v ňom“



AUTORKA a GARANT PROJEKTU:

Mgr. IVETA STRUKANOVÁ

KOORDINÁTOR KY PROJEKTU:

ALICA BOBÁKOVÁ,

VALÉRIA MOLNÁROVÁ

Správa k projektu: Telo je ako DOM – rád ja bývam v ňom“

Ciele projektu:

- Podporiť komplexnú starostlivosť o duševné zdravie.
- Zabezpečiť rovnaký prístup k starostlivosti o duševné zdravie pre všetky deti.
- Zabezpečiť rovnaký prístup k starostlivosti o telesné zdravie.
- Neustále motivovať deti pesničkami, riekankami a hrami k starostlivosti a uvedomovaniu si seba samého.
- Prehlbovať ich poznanie o sebe samom a o druhých.
- Uvedomovať si vlastné hodnoty, ako aj hodnoty iných.
- Uvedomovať si vlastné možnosti a schopnosti.
- Schopnosť vytvoriť si a udržať si hodnotné vzťahy.
- Naučiť sa vytvoriť si psychickú pohodu.
- Utvrdiť v nich poznatky správnosti konania pri ochrane a podpore svojho vlastného duševného, telesného a fyzického zdravia.
- Podporovať a rozvíjať u detí sebaaprijatie sa takého akým som, učiť sa a chápať svoje potreby
- Učiť sa zvládať stres a agresivitu sebaopoznaním a sebaovládaním.

Projekt „Telo je ako DOM – rád ja bývam v ňom“ sme realizovali počas školského roka 2021/2022 a 2022/2023. Konkrétne od júna do októbra 2022. Tento projekt bol splnený na základe 5 aktivít.

Aktivita v mesiaci jún

- Zhotovili sme informačné nástenky, ktoré sme umiestnili do budovy materskej školy, na webové sídlo školy, ako aj na školský dvor do informačného panelu Macko Pu. Obsahom bol zámer projektu o spracovaní a zapojení sa k Výzve Fondu zdravia a zámere projektu a o pripravovaných aktivitách.

Aktivita v mesiaci september: Nákupy k aktivitám na obe školy

- Riaditeľka našej MŠ nakúpila učebné pomôcky na hudobnú výchovu - Rytmická sada v kufríku z rozpočtu školy.
- Nakúpili sa učebné pomôcky na telesnú výchovu :
 - Relaxačné matrace 4 ročné obdobia JAR, LETO, JESEŇ, ZIMA
 - Molitanové obrázkové kocky na pohybové aktivity detí – Štyri ročné obdobia
 - Vyjadri svoje emócie
 - Maxi pečiatky Emócie
 - Kobercová skladačka Emócie

Aktivita č.1 : Výroba triednych emočných kartičiek všetkých detí – na tému : Takto sa cítim -takto t'a vidím /september/

- Deti s pani učiteľkami vyrábali emočné kartičky všetkých detí- túto edukačnú aktivitu vykonávali deti spolu s pedagogickými zamestnancami. Cieľom tejto aktivity bolo uvedomiť si aké emócie máme , vedieť ich pomenovať a vysvetliť. Tieto vyrobené emočné kartičky sme používali aj pri ďalších aktivitách počas celého školského roka.

Aktivita č.2 : Zahráme si veselo a pobežíme okolo

- Pri aktivitách zameraných na hudobné vyjadrenie emócií sme využili rytmickú sadu v kufríku – Zahráme si veselo a pobežíme okolo, kde
 - aktívnou formou pomocou hudby a hudobných nástrojov sme sa u detí snažili eliminovať stres a umocňovať radosť z hry
 - naučiť deti relaxovať pri hre na hudobné nástroje

- naučiť deti na školskom dvore relaxovať na relaxačných podložkách JAR, LETO, JESEŇ, ZIMA
- vedieť naučiť deti prehrávať a zdolávať prekážky v súťažných disciplínach, pri súťažiach v pohybových aktivitách
- Túto úlohu plnili všetky deti na školskom dvore spolu s aktivitou športujem s ADAMKOM. P. učiteľky školský dvor vyzdobili farebnými krepovými stuhami, pretože aj farba vie vplývať na emócie či už pozitívne alebo negatívne, pripravili pre deti športové náčinie a náradie, fitness stroje, padák, deti hádzali loptičkou na cieľ, skákali cez prekážky atď. Touto aktivitou sme sa deťom snažili priblížiť šport ako taký, zároveň chceme u deti prebudiť a podporiť záujem o zdravú stravu, zdravú výživu. Deťom sme chceli touto aktivitou ukázať, že nie je dôležité stále vyhrať, ale aj akokoľvek športová aktivita je pre náš organizmus prínosná a vzbudzuje v nás pocit dobrej nálady a pozitívneho myslenia. Každý kto športuje je víťazom, pretože sa stará o seba samého a o svoje telo a dušu.

Aktivita č.3: Namaľujem a nakreslím si kamaráta v podmaze hudobného diela v korunách stromov.

- Namaľujem a nakreslím si kamaráta v podmaze hudobného diela v korunách stromov
 - v tieni stromov v školskom areáli, deti maľovali na veľké fólie omotané na kmene stromov, kde sa výtvarné snažili vystihnúť, ako vnímajú svojho kamaráta. Toto aktivitou sme sa snažili o umocnenie vnútorného prežívania za pomoci hudobných diel vážnej hudby.

Aktivita č.4: Aj toto môžem vyjadriť- Mám právo NA a je to v poriadku.

- Deti spolu s učiteľkami skladali obrázkové koberce emócií, ktoré vyjadrovali, radosť, hnev, smútok, aj plač, to všetko na tému : Aj toto môžem vyjadriť – Mám PRÁVO NAa je to všetko v poriadku. Touto aktivitou chceme deťom ukázať, aby prejavili vždy naplno svoje emócie za ktoré sa hanbiť netreba a v prípade ak si so svojimi negatívnymi emóciami nevedia poradiť, resp. spracovať ich je správne obrátiť sa a požiadať o pomoc iných.

Aktivita č.5 „Maľovanie bosými nožičkami na biele plátno “/október/

- Touto netradičnou formou aktivity eliminácie stresu a relaxácie sme chceli deťom vysvetliť a ukázať, že aj pomocou farieb vieme vyjadriť svoje pocity.
- Použitím svetlých farieb (žltá, červená, ružová) vieme vyjadriť svoju radosť, úsmev a svoju pozitívnu náladu
- Použitím tmavých farieb vieme vyjadriť svoj hnev, zlosť, svoj plač.
- **Ciele, ktoré sa majú danými aktivitami dosiahnuť:**
- Dbáť na psychickú pohodu detí a pedagógov na vyučovacích hodinách, nepreťažovať deti množstvom práce, ale viac im venovať svoju pozornosť
- Dodržiavať psychickú hygienu u detí, striedať rušnejšie a pokojnejšie aktivity, dovoliť deťom podieľať sa na výbere aktivít a tým rešpektovať temperament dieťaťa.
- Dať deťom možnosť primeraným spôsobom prejavíť svoj nesúhlas a hnev a nie násilne ho tlmiť a hromadiť napätie v sebe, ale dať najavo svoje emócie vhodným spôsobom.
- Predchádzať konfliktným situáciám v triede, naučiť sa otvorene komunikovať a snažiť sa rešpektovať názory iných.
- Zabezpečiť humanizáciu výchovno – vzdelávacieho procesu a snažiť sa vytvoriť bezstresové prostredie, kde deti nájdu pochopenie, oporu, istotu u všetkých zamestnancov školy.
- Zapájať deti do mimoškolských aktivít, ktoré budú podporovať ideu rozvoja medziľudských vzťahov a vyzdvihnutie hodnoty človeka

Podporovať a rozvíjať u detí:

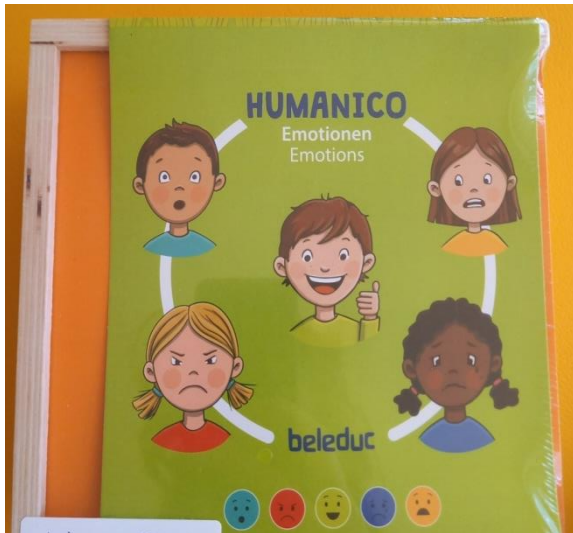
- Zvládnuť na elementárnej úrovni svoje emócie.
- Vysvetliť, prečo je dôležité svoje emócie prejavíť, vyjadriť primerane vhodným spôsobom.
- Vedieť ako so svojimi pocitmi a emóciami pracovať.
- Učiť deti prijať a rešpektovať pocity, emócie a názory iných.
- Pomáhať integrovaným a zdravotne nezvýhodneným deťom sa plne zúčastňovať aktivít bez pocitu hanby a viny
- Pomáhať deťom z menšinových skupín a deťom s jazykovou bariérou zapájať sa do vyučovacieho procesu, rešpektovať potreby a odlišnosti iných

- Viest' deti k rešpektovaniu deti s inou kultúrou, národnosťou, ako aj farbou pleti.
 - Naučiť deti k zdravému životnému štýlu – viesť a usmerňovať deti k zdravej strave, pohybu, učiť deti zmysluplne využívať voľný čas, aby robili niečo pekné a vhodné pre svoje zdravie, kondíciu a psychickú pohodu.
 - Usmerňovať deti k vylúčeniu drog, škodlivých návykových látok, nezdravých potravín a pitia nezdravých tekutín zo svojho života.
-
- V mesiaci október sme sa zapojili do projektu Košická Šarkaniáda, ktorú sme spojili s akciou Október – mesiac úcty k starším , Vitaj babka, dedko. Touto akciou v priestoroch našej MŠ sme chceli vyjadriť úctu a vďaku naším starkým a upevniť puto medzi generáciami. Deti si spolu s p. učiteľkami pripravili pre starých rodičov krátky kultúrny program, ktorým vyjadrili svoju lásku a úctu k starým rodičom. Akciu sme ukončili tvorivými dielňami kde si dedkom a babkou a s vnúčatkami vytvorili vlastných šarkanov.

V obrázkových prílohách sú súčasťou aj zdokumentované aktivity k projektu „Telo je ako DOM – rád ja bývam šťastný v ňom“.

Obr. 1. Nakúpené učebné pomôcky k projektu











Plnenie úloh výherného projektu FOND ZDRAVIA .

Váž. rodičia v mesiaci OKTÓBER v týždni od 5.10.2022 – 10.10.2022 budeme plniť úlohy výherného grantového projektu Fondu zdravia .TÉMA : „Pokoj v duši – zdravie v tele“

Projekt vypracovala riaditeľka školy a bol úspešný, získali sme 1500€ na nákup učebných pomôcok pre deti oboch škôl.

Prvé čiastkové úlohy projektu boli splnené – objednané UP sú na školách a realizácia čiastkových úloh sa bude prevádzať s deťmi .

Zodpovedné za realizáciu plnenia projektu sú koordinátorky:

Na MŠ Budapeštianska 1 p. uč. Molnárová, Bobáková
EP Viedenská 34 p. uč Bc. Plachetková, Mačatková

Koordinátorky si zvolajú všetky učiteľky oboch škôl a spoločne sa dohodnú a určia si pracovné postupy a termíny na splnenie týchto hlavných úloh .



Názov nášho projektu:

**„TELO JE AKO DOM - RÁD JA BÝVAM
ŠŤASTNÝ V ŇOM“**

1. Projekt našej školy k duševnému zdraviu vychádza z komplexnej starostlivosti o duševné zdravie. Je vytvorený na princípe systémového prístupu k starostlivosti, so snahou zabezpečiť rovnaký prístup k starostlivosti o duševné zdravie tak, ako k starostlivosti o telesné zdravie. Je jedným z pilierov “Zdravej školy” ktorú máme aj

v zameraní a cieľoch nášho Školského vzdelávacieho programu - *ROK v materskej škole.*

Starostlivosť o duševné zdravie u detí budeme realizovať cez tieto 3 najdôležitejšie piliere :
Prostredníctvom :

Hudobnej výchovy – ktorá eliminuje stres, podporuje a umocňuje u detí stav radosti a duševnej pohody

telesnej výchovy – ktorá napomáha zmiernovať napätie a úzkostné stavy

Pobyt v prírode v lone zelene a kvetov – pobyt a pohybové aktivity a relaxácia detí na čerstvom vzduchu v areáli školských dvorov

ČO BUDEME TEDA PLNIŤ :

1.ÚLOHA Výroba triednych emočných kartičiek všetkých detí –
na tému : *Takto sa cítim -takto ť'a vidím*

URČENÉ PRE : vykonajú všetky triedy (deti a pedagogickí zamestnanci) **5.10.2022**

2. ÚLOHA Zahráme si veselo a pobežíme okolo

aktívnou formou pomocou hudby a hudobných nástrojov eliminovať stres u detí, umocňovať radosť z hry, naučiť deti na školskom dvore relaxovať na relaxačných podložkách, vedieť aj prehrávať a zdolávať prekážky v súťažných disciplínach, pri súťažiach v pohybových aktivitách. **URČENÉ PRE**: Plnili všetky triedy na školskom dvore spoločne s aktivitou športujem s ADAMKOM v mesiaci 9/2022

3. ÚLOHA Namaľujem a nakreslím si kamaráta *v podmaze hudobného diela v korunách stromov.*

V tieni stromov školských areálov - maľovanie na veľké fólie omotané na kmeň stromov, výtvarne vystihnúť ako dieťa vníma svojho vybratého kamaráta. Umocnenie vnútorného prežívania za pomoci hudobných diel vážnej hudby.

URČENÉ PRE všetky triedy na školskom dvore dňa **6.10.2022**

4. ÚLOHA Skladanie obrázkových kobercov emócií vyjadrujúce radosť, hnev, smútok, plač - na Tému *Aj toto môžem vyjadriť – Mám PRAVO NA a je to v poriadku.*

URČENÉ PRE- všetky triedy dňa **7.10.2022**

5. ÚLOHA Netradičné formy eliminácie stresu, relaxácie – **MAĽOVANIE BOSÝMI NOŽIČKAMI NA BIELE PLÁTNO.**

URČENÉ PRE Termín : **10.10.2022** maľovanie nožičkami - výroba obrazu – deti 5-6 ročné oboch škôl spoločne s koordinátorkami projektu.

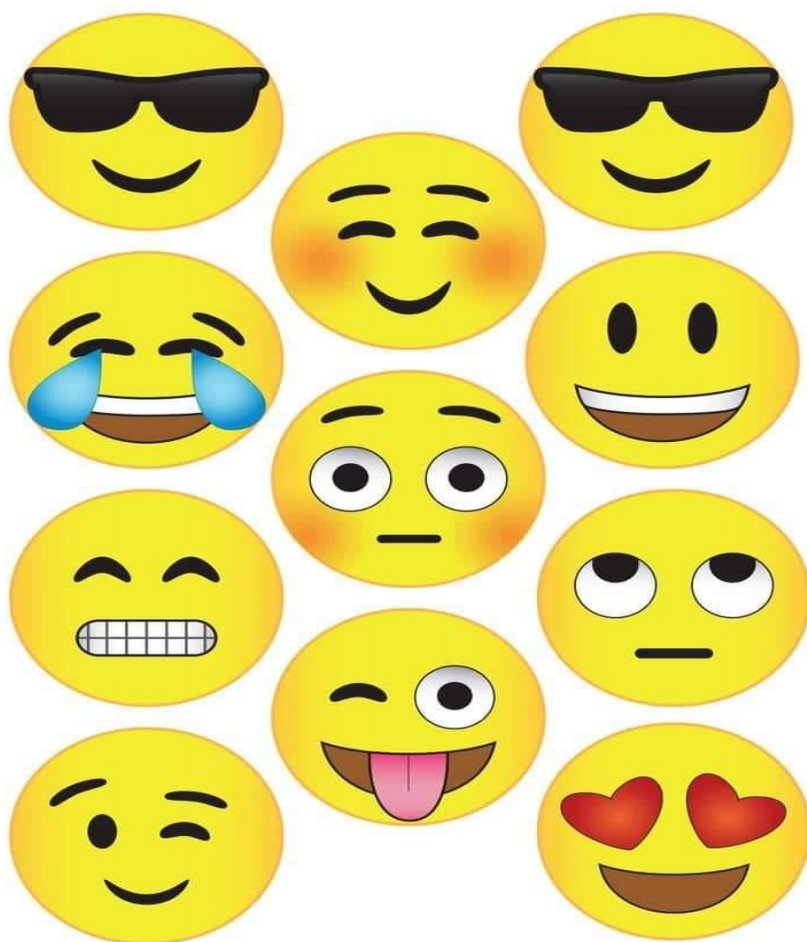
Informačné nástenky v MŠ /Aktivita č.1/





Výroba emočných kartičiek







/Aktivita č.2/ Športujem s Adamkom







/Aktivita č.3/ Namaľujem a nakreslím si kamaráta v podmaze hudobného diela v korunách stromov.





/Aktivita č.4/ Skladanie obrázkových kobercov emócií vyjadrujúce radosť, hnev, smútok, plač



/Aktivita č.5/ Maľovanie bosými nožičkami na biele plátno





Október – mesiac úcty k starším , Vitaj babka, dedko.





