

Óvodafejlesztés Kunhegyes Város
Óvodai Intézményében
TÁMOP-3.1.11-12/2-2012-0030



„ÉP TESTBEN ÉP LÉLEK” - Egészségnap a Zádor úti Óvodában

2013. október 9-én tartottuk Egészségnapunkat a TÁMOP-3.1.11-12/2-2012-0030 pályázat keretén belül. Az egészséges életmódra nevelés, az egészséges életvitel alakítása, a gyermek testi fejlődésének elősegítése ebben az életkorban kiemelt jelentőségű. Feladatunk a gyermekek gondozása, testi szükségleteinek, mozgásigényének kielégítése, harmonikus, összerendezett mozgásfejlődésének elősegítése,

a gyermeki testi képességek fejlődésének támogatása, a gyermekek egészségének védelme, edzése, óvása, megőrzése, az egészséges életmód, a testápolás, az étkezés, az öltözködés, a pihenés, a betegség megelőzése az egészségmegőrzés szokásainak alakítása. Megfelelő szakemberek bevonásával a szülővel, az óvodapedagógussal együttműködve speciális gondozó, prevenciós és korrekciós testi, lelki nevelési feladatok ellátása. Mind ezeknek a feladatoknak megfelelően állítottuk össze Egészségnapunk programját, amelyet közösen alkult.

- Gyülekezés.
- Tízóraizás.
- Az egészséges és tápláló tízórai után közös mozgás: zumbafitnessz friss levegőn, az óvoda udvarán.
- Zöldség és gyümölcs szobrászat a neves séf Rácz túrkevei Lajos irányításával, mely a szülők és gyerekek aktív közreműködésével zajlott. Az alkotó munka folyamán lehetőség nyílt kevésbé ismert zöldségfélék és gyümölcsök kóstolására, megismerésére.
- Szobrászkodás után a gyerekek interaktív társasjátékban vettek részt, ahol az egészséges életmódhoz kapcsolódó találos kérdések, mókás feladatok szerepeltek.
- Ez idő alatt a szülők részére Nánási Istvánné tartott előadást a

téli megbetegedések megelőzéséről, az egészséges életvitel fontosságáról.

- A védőnő előadását Rácz túrkevei Lajos bemutatója követte, melynek témája a modern konyhatechnika alkalmazása

mindennapjainkban, illetve az, hogy hogyan tehetjük a gyermekek számára vonzóvá és hogyan találjuk a „nemszeretem” zöldségeket.

- Dél elmúltával a

gyerekek elfogyasztották az óvoda élelmészvezetője, Madarasi Miklós-né által összeállított a nap szellemiségének megfelelő ebédet.

- Az egészségnapot Tarné Földes Andrea Füstmese című interaktív előadása zárta.

A nap végére mindenki kellemesen elfáradt, ugyanakkor olyan élményekben volt részük, ami színesítette és gazdagította ismereteiket.

Ezúton szeretném megköszönni az előadónak, a szülőknek és az óvoda minden dolgozójának az aktív közreműködését. Reméljük, hogy az

következő években is sikerül ilyen tartalmas és színvonalas rendezvényt megvalósítanunk, amihez továbbra is számítunk a szülők és segítők részvételére.

Czupp Ilona
mb. tagóvoda vezető

