

Fejezetek a Szabadon játékosan örömmel című kiadványunkból (5. rész)

Tegyünk fel **találós kérdéseket**:

“Télbe nyárba egy ruhába”
(fenyőfa)

“Ma még locsog,
holnap kopog,
minden gyerek
csúszkálni fog.”
(jég)

“Ajtót, ablakot becsukok,
a kéményből füstöt lopok.
A gyerekek engem várnak,
a felnőttek nem kívánnak.”
(a hó)

“Télen szalad sebesen,
nyáron pihen csendesen.”
(szánkó)

“Hullongó, szállongó,
markodban olvadó,
csillogó, ragyogó,
nem mogyoró, nem dió.”
(hó)

- Kihaszználhatjuk az időt, a jó hangulatot arra is, hogy játékosan, rímekbe szedve megtanuljuk a hónapok és napok nevét. Amúgy is kapcsolhatjuk ezt az évkezdéshez. Ne didaktikusan, egyszerűen csak egy legyen ez a sok felmerülő érdekesség között.

Hónapsoroló (magyar népköltés)

Január elől jár,
a nyomán február,
március szántó-vető,
április neveltető,
május szépen zöldellő,
június nevelő,
július érlelő,
augusztus csépelő,
szeptember gyümölcs hozó,
október borozó,
november téltlő,
december pihenő.

- Játshatunk is: Milyen nap van ma? Mi lesz holnap? Mi volt tegnap előtt? Mit csináltunk akkor? stb.

- Kapcsolhatjuk mindehhez rögtön a napszakok kérdéskörét is! Vegyük elő a "Játékház" című Ravensburger társasjátékot, s a képek kirakása közben nézegessük meg, melyik szobában mit csinálnak az emberek, milyen napszak lehet, melyik napszakban mit szoktunk ott csinálni? (30 kép van)

- A kisebbeknek elmesélhetjük a “Visszajött a répa” c. kínai népmesét.

“Igen nagy hó esett, a völgyeket, a hegyeket mind magas hó takarta. A nyuszinak elfogyott az ennivalója, útnak indult hát, hogy szerezzen valamit. Egyszer csak boldogan kiáltott fel a nyuszi:

- Hohó! Két répát találtam!

Megette az egyik répát. Maradt még egy. Azt gondolta a nyuszi: “Nagy a hó, hideg az idő. A csacsi otthon van, bizonyára nincs mit ennie. Elviszem ezt a répát, hadd lakjék jól!” Szaladt a nyuszi a csacsi házához, hanem a csacsi nem volt otthon. Letette a répát, s otthagya a csacsi házában.

Azért nem volt otthon a csacsi, mert ő is ennivaló után járt. Talált is egy nagy édeskrumplit, örömmel hazavitte.

Belépett a csacsi a házába, látta a répát, csodálkozott nagyon: “Hát ez hogy került ide?”

A csacsi megette az édeskrumplit, aztán azt gondolta: “Nagy a hó, hideg az idő. A bárányka otthon van, bizonyára nincs mit ennie. Elviszem neki ezt a répát, hadd lakjék jól!”

Szaladt a csacsi a bárányka házához, hanem a bárányka nem volt otthon. Letette a répát, s otthagya a bárányka házában. Azért nem volt otthon a bárányka, mert ő is ennivaló után járt. Talált is egy káposztát, örömmel vitte haza.

Belépett a bárányka a házába, látta ám a répát, csodálkozott nagyon: “Hát ez hogy került ide?”

A bárányka megette a káposztát, aztán azt gondolta: “Nagy a hó, hideg az idő. Az őzike otthon van, bizonyára nincs mit ennie. Elviszem neki ezt a répát, hadd lakjék jól!”

Szaladt a báránka az őzike házához, hanem az őzike nem volt otthon. Letette a répát, s otthagya az őzike házában. Azért nem volt otthon az őzike, mert ő is ennivaló után járt. Talált is egy karalábét, örömmel hazavitte.

Belépett az őzike a házába, látta a répát, csodálkozott nagyon: “Hát ez hogy került ide?”

Az őzike megette a karalábét, aztán azt gondolta: “Nagy a hó, hideg az idő. A nyuszi otthon van, bizonyára nincs mit ennie. Elviszem neki ezt a répát, hadd lakjon jól.”

Szaladt az őzike a nyuszi házához. Hanem a nyuszi már jóllakott, s aludt édesen. Az őzike nem akarta fölkelteni a nyuszt, letette a répát, s otthagya.

Felébredt a nyuszi, s nagyra nyitotta a szemét csodálkozásában: “Ejnye! Visszajött a répa! Nahát!”

Gondolkozott egy keveset a nyuszi, s hamar kitalálta, hogy csak a barátai hozhatták neki ajándékba.”

Ezek az üldögélős, babrikálós foglalatosságok abból a szempontból is nagyon hasznosak ebben az időszakban, hogy a hosszabb időre a csoportszobába szoruló gyerekek - és felnőttek - idegrendszeri terhelését is csökkenthetjük általuk. Magyarul: legalább néhány gyerek üldögél, csendesen tevékenykedik, nem rohangál, nem kiabál. Az egész csoport zajszintje, és tömegérzete csökken ezáltal.

Egyáltalán ne szégyelljük, hogy ilyen “önző” gondolatok vetődnek fel bennünk, sőt, meggyőződéssel, harcosan képviseljük, hogy önmagunkkal, a családdunkkal, és az eljövendő - még általunk felnevelendő nemzedékek érdekében is *kötelező* idegeink védelme.

S lám, máris kiderült: nem is önzés mindez, hanem közérdek! És akkor még nem is beszéltünk arról, hogy az óvodásaink idegrendszerét is *kötelességünk* védeni - ez hozzá tartozik az egészséges életmódhoz - s nekik sem tesz jót, ha napi sok órás hangos ordításban, állandó lökdösődésben, s ebből fakadóan előbb-utóbb verekedésben, de legalábbis veszekedésben telnek a napjaik.

Szervezzük tudatosan úgy a napi életet, hogy több nyugodt foglalatosság között is lehessen válogatni, azt fogjuk látni, hogy a gyerekek maguktól, nagy örömmel vesznek majd részt ezekben, saját belső igényük is űzi őket.

Mennyivel jobb ez így, tudatosan szervezve, mint ha nagy szabadjára engedve, egyre emelkedettebb hangon játszanak, aminek következtében mi is egyre emelkedettebb hangon próbálunk fegyelmezni...! A spirál vége a kölcsönös ordítás.

Számukra is az a megfelelő, ha nem egyszerre nyüzsög mindenki, hanem elmélyülten, megelégedetten, de üldögélve játszik a csoport egy része, így a többieknek nagyobb tér áll rendelkezésükre a súrlódásmentes jövő-s-menős, toligálós, stb. játékokra. A nap folyamán a szereplők aztán természetes módon cserélődnek, általában senki sem tölti üldögéléssel az egész napját! De ha mégis, - mert belefeledkezett pl. a szövésbe - miért kéne megzavarnunk benne? Délután, vagy holnap kimozogja majd magát.

Ugyanígy fogadjuk el azt is, hogy vannak gyerekek, akik szinte soha nem ülnek le ezekhez a játékokhoz! Próbálhatjuk kicsit elcsábítani ugyan őket, de itt az erőszak többet ártana, mint használna. Mi óvónők sem vagyunk egyformák! Mi pl. ilyen szempontból is nagyon jól kiegészítettük egymást, mert míg egyikünk nagyon szerette ezeket a varrogatós foglalatosságokat, addig

másikunk három percen belül rosszul lett minden ilyen tevékenységtől. Ha magunkba nézünk, nagyon jól meg tudjuk érteni a gyerekeket. Mi is felosztottuk hát a teendőket, s így mindketten azzal foglalkoztunk, amit a legnagyobb szeretettel - s így a leghatékonyabban - tudtunk átörökíteni a gyerekeknek.

Ha a fentieket el tudjuk fogadni, akkor arra is fokozottan figyeljünk ebben az időszakban, hogy a gyerekek testi és lelki egészségéhez elengedhetetlenül szükséges ebben az időszakban is az elegendő mozgás, a friss levegő, és a benti levegő megfelelő oxigén-, és páratartalmának biztosítása!

Mindenekelőtt nem győzzük hangsúlyozni, hogy ebben az időszakban is minél többet legyünk kint az udvaron! (A következő "lehetőség"-ben olyan tevékenységeket is összegyűjtöttünk, amelyekkel a kinti futkosás "megfűszerezhető" - de ezeket majd ott soroljuk fel.) Ha bent tartózkodunk, akkor egy kis ablakon át gondoskodjunk a folyamatos légcseréről, de így is, naponta többször is nyissunk ki 1-1 percre egy nagyobb ablakot, ezzel átcserélve a terem levegőjét. Helyezzünk el minél több párologtató tálat, vagy ha van rá anyagi forrásunk, vegyünk párásító berendezést.

Beszéljük meg a szülőkkel, hogy minden gyerek szekrényében legyen valamilyen kis tégelyben zsíros krém, s szoktassuk rá a gyerekeket arra, hogy menjenek ki, s kicserepesedett szájukat, kiszáradt orrlyukaikat (bocsánat, hogy ilyenről írunk, de éppen azért látjuk szükségét, mert nem szoktak írni róla) krémezzék be. Erre ugyanúgy figyeljünk oda, és tanítsuk meg, mint a zsebkendő használatot, mert ugyanolyan fontos! A véresre cserepesedett szájszél egyrészt fáj, másrészt a herpesz melegágya, a beszáradt orron át pedig egyrészt

ugyanúgy nem lehet levegőt kapni, mint az állandóan folydogálón, másrészt a kiszáradt orrnyálkahártya elveszti szűrő funkcióját: a baktériumokat szállító por nem tud megtapadni rajta, hanem akadály nélkül a szervezetbe jut! Mindezeket megelőzhetjük a krém használatával. Figyeljünk oda erre is!

Feltétlenül legyen lehetőségük a gyerekeknek a nap bármely időszakában inni! Biztosítsunk teát, vagy állandóan friss vizet erre a célra. Ha ez nem újdonság, hanem a mindennapok része, akkor nem fognak szórakozásképpen iszogatni, de folyadékigényüket ki tudják elégíteni. (Gondoljunk arra, hogy még gondolkozni is csak az agy megfelelő folyadék-telítettsége esetén tudunk, nem szólva arról a nyugtalanságról, amit az értelmetlenül kínzó szomjúság okozhat. Ne kelljen lopva inni a mosdóban, piszkos marokból, esetleg tényleg megbetegítően hideg vizet!)

Mozgásigényük kielégítésére is megoldást kell találnunk. Ha nincs más megoldás, vigyünk be tornaeszközöket a csoportszobába, tanítsuk meg őket arra, hogy hol használhatják ezeket, és hogyan vigyázzanak egymásra - és önmagukra. Még jobb természetesen, ha kialakítunk a csoportszobán kívül egy "dühöngőt", amire vagy rálátunk, vagy felnőtt felügyeletet tudunk biztosítani. (Dadus néni, vagy a fedési időszakban az egyik óvónéni.) Átalakítható az öltöző is így (s akkor vehetik birtokba, amikor mindenki megérkezett, s feltakarítottuk), de jó, ha van tornaszoba, vagy bármilyen kis hely. Mindenki nézzen körül a saját épületében - lényeg az, hogy néhány gyerek ott zavartalanul mozgásos játékot tudjon játszani.

Határozzuk meg, hogy hányan férnek el, s ha “betelt a létszám”, akkor várnia kell annak, aki még szeretne kimenni. Ha ezt szabályként elfogadtatjuk, és betartatjuk, akkor elkerüljük a tömegjeleneteket, s máris sokat tettünk a baleset megelőzés érdekében. Szerelhetünk erre a helyre bordásfalat, “Tini-kondit”, bevihetjük a Rotikom elemeit, de egyszerűbb eszközök is elegendőek! Egy habtenisz, vagy egy gyerekasztal, amin ping-ponggal lehet pötyögni, Bady-roll hengerek, füles labdák, hulla-hopp karikák, ugrókötelek, körgumik, egy torna szőnyeg, amin bukfencezni lehet, egy-két labda, vagy végső soron

néhány hablabda, amit kézzel-lábbal dobálhatnak, rúghatnak. (Csinálhatunk rongyfocit!) Lehet kis kosárlabda hálót felszerelni, vagy öntapadós célbadobó játékot, akármit, ami mozgásra készíti a gyerekeket.

Az ilyen hely aztán felhasználható esetleg arra is, (ha tényleg belátható általunk), hogy aki délután kb. egy órányi pihenés után fel akar kelni, vagy felébred, kimehessen a teremből, zavartalanul - de csendben - elfoglalja magát, ne kínlódjon az ágyban! Így nem piszkálják fel egymást unalmukban, s nem csak a korán ébredő, vagy nem alvó gyerek kínjain enyhíthetünk, hanem az alvó gyerekek nyugalmát is biztosíthatjuk. (Hányan emlékeznek vissza még felnőtt korukban is undorral az óvodára csak azért, mert ott órákon át nyugodtan kellett feküdniük! Kinek jó ez?)