

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

SPRÁVA K PROJEKTU
„FOND ZDRAVIA“



AUTORKA a Garant

PROJEKTU : Mgr. IVETA STRUKANOVÁ

KOORDINÁTOR KY PROJEKTU: Aurélia Mačatková

Bc. Jana Plachetková

Správa k projektu :

Projekt „**Fond zdravia**“ - Pani riaditeľkou Materskej školy Budapeštianska 1, Košice Mgr. Ivetou Strukanovou bol spracovaný grantový projekt o poskytnutie dotácie v rámci Grantového programu na rok 2022 z Fondu zdravia mesta Košice. Spracovaný grantový projekt bol úspešný a pre splnenie a vyhodnotenie projektu boli stanovené nasledovné úlohy:

- Príprava a realizácia edukačných aktivít a výchovno-vzdelávacích podujatí pre deti, pedagogických zamestnancov, rodinných príslušníkov detí MŠ s cieľom podpory telesného a duševného zdravia
- Materiálno-technická podpora výchovno-vzdelávacej činnosti v oblasti poskytovania učebného procesu v prírode

Aktivity sa realizovali podľa počasia v priestoroch materskej školy a na školskom dvore Budapeštianska 1 a alokovaného pracoviska Viedenská 31 Košice v mesiacoch september a október 2022.

Cieľ projektu:

Základným cieľom projektu je dlhodobé motivovanie detí, prehĺbovanie ich poznania, ovplyvňovanie správania sa pri ochrane a podpore vlastného duševného zdravia, telesného a fyzického zdravia.

Projekt našej školy k duševnému zdraviu vychádza z kompletnej 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.

Duševné zdravie nie je len neprítomnosť duševnej poruchy. Má mnoho dimenzií, pomocou ktorých ho dokážeme opísať, ale jednoznačná definícia neexistuje. K jeho základným znakom patrí:

-vedomie vlastnej hodnoty

-uvedomenie si vlastných možností

-schopnosť vytvárať a udržiavať hodnotné vzťahy

-psychický pocit pohody

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

1 hudobná výchova: eliminuje stres, podporuje a umocňuje u detí stav radosti a duševnej pohody

2 telesná výchova: napomáha zmierňovať napätie a úzkostné stavy

3 pobyt v prírode: pohyb a pohybové aktivity v lone prírody, relaxácia, detí na čerstvom vzduchu v areály školských dvorov.

Takto sa cítim – takto ťa vidím- na túto tému prevedieme spoločne s deťmi niekoľko aktivít

Aktivita č.1 výroba triednych emočných kartičiek

Všetky deti si spoločne s pani učiteľkou vyrobili svoje emočné kartičky, či smajlíkov. Vysvetlili sme si pri tom pojmy ako napr. „čo je emócia“. Deti si svoje kartičky maľovali, vystrihovali a následne sa pokúsili svoju emóciu aj napodobniť. Porozprávali sme sa aj o tom, že nie každý deň máme dobrú náladu, a že je dobré ak svoje emócie dokážeme vyjadriť. To však neznamená že budeme na niekoho zlý. Ak sa so zlou náladou zveríme neokému kamarátovi, určite nás dokáže rozveseliť. Preto je potrebné, aby sme svoje pocity a emócie vedeli dať najavo. /Foto príloha č.1/

Aktivita č.2 zahráme sa veselo, pobežíme okolo

Touto aktivitou zároveň plníme projekt NPPD . na školskom dvore sme si túto aktivitu urobili spoločne s aktivitou **Cvičíme s Adamkom**. Pomocou hudby sme si zacvičili na našich fitness strojoch, zdolávali sme rôzne prekážky. Nášho Adamka sme naučili chodiť po nerovnom povrchu, vysvetlili sme mu, prečo je pohyb na čerstvom vzduchu prospešný pre naše zdravie. Po cvičení sme sa zrelaxovali na relaxačných podložkách a na záver sme si zahrali hru s padákom. /Foto príloha č.2/

Aktivita č.3 namaľujem a nakreslím si kamaráta

Takto ťa vidím. Deti si pri počúvaní vážnej hudby maľovali svojho kamaráta na fóliu, ktorá bola upevnená okolo stromov. Antonio Vivaldi a jeho 4 ročné obdobia presne vystihovali krásne jesenné počasie. Pri výbere kamaráta deti neváhali ani chvíľu. /Foto príloha č.3/

Aktivita č.4 skladanie obrázkových kobercov emócií

„Ako sa cítim“. Pomocou obrázkových kobercov sme si najskôr zopakovali čo sú emócie, že je dôležité, aby sme ich neskrývali ale naopak, vyjadrovali ich v každej situácii. Deti si emočné koberce prezerali, pomenovali jednotlivé emócie, pokúšali sa ich napodobniť. Na zazver si každé dieťa vybralo jednu emóciu, ktorú aktuálne cíti a pokúsilo sa vysvetliť, prečo je to tak. Popoludní sme si triede pečiatkovali aktuálne emócie na papier s maxi pečiatkami. /Foto príloha č.4/

Aktivita č.5 maľovanie bosými nožičkami

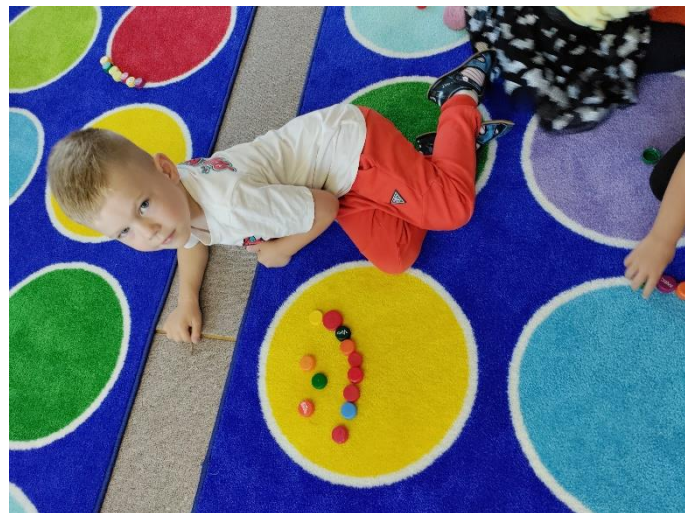
Na záver celého projektu sme s deťmi maľovali bosými nožičkami na biele plátno. Touto aktivitou sme sa pokúsili eliminovať stres čo sa určite podarilo, keďže deti táto aktivita bavila asi najviac zo všetkých. Na predpripravené plátno najskôr dotvárali obrázok a na záver podľa vlastnej fantázie obrázok dotvorili. Šťastné tvare a úsmev detí, bol pre nás tou najväčšou odmenou. /Foto príloha č.5/

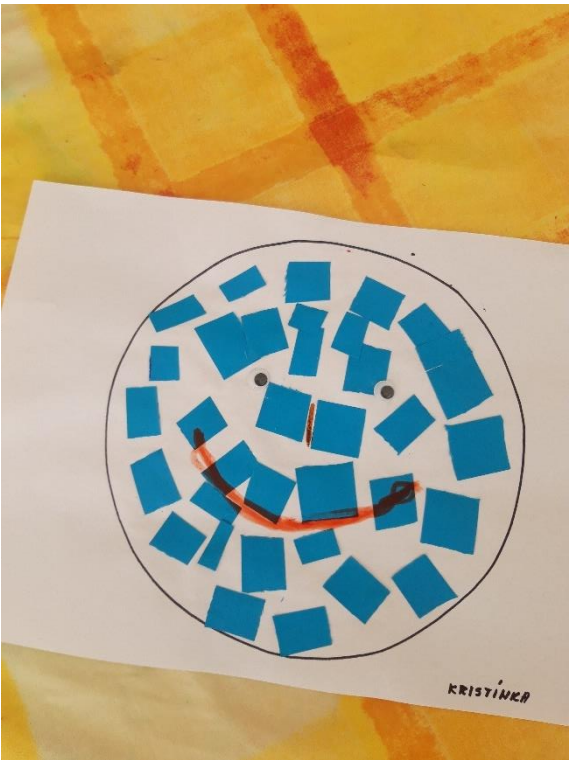
Na základe hore uvedených aktivít sme dosiahli ciele projektu :

Dlhodobé motivovanie detí, prehľbovanie ich poznania, ovplyvňovanie správania sa pri ochrane a podpore vlastného duševného zdravia, telesného a fyzického zdravia

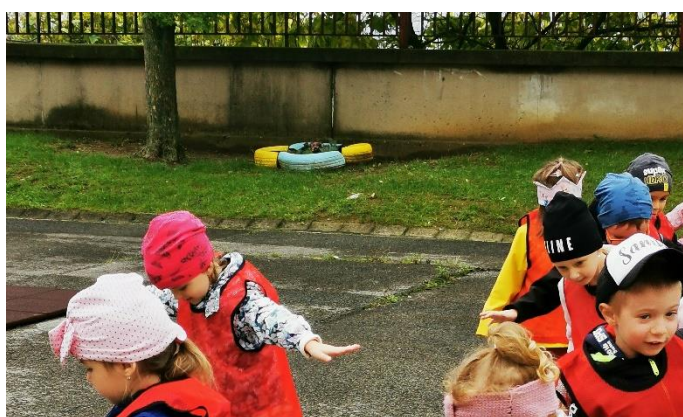
Fotodokumentácia

Príloha č.1 výroba triednych emočných kartičiek





Príloha č. 2 zahráme sa veselo, pobežíme okolo









Príloha č.3 namaľujem a nakreslím si kamaráta



Príloha č.4 skladanie obrázkových kobercov emócií





Príloha č.5 maľovanie bosími nožičkami







