

## Egészségnevelési hónap

A november iskolánkban az egészséges életmód jegyében telik. A hónap folyamán minden tanuló részt vehet a számára vonzó egészséggel kapcsolatos programokon. Az idei évben sok új és újszerű rendezvény színesítette iskolánk kínálatát. Sor került ételkóstolókra, receptversenyre, gyümölcs- és zöldségsaláták készítésére. Akiket a gyógynövények érdekeltek, szintén nem unatkoztak. Csapatversenyekre, játékos sorversenyre és különféle sportos ügyességi versenyekre is lehetőség nyílt.



November hónapban, a hagyományoknak megfelelően idén is kiemelt szerepet játszott a Rákóczi-telepi Tagintézményben az egészségre nevelés.

Hetente más jellegű programokat valósítottak meg. Az egészséges táplálkozással, kenyérfogyasztással kapcsolatban Szokolai Tamás pékmester tartott előadást, majd meg is kóstolhatták a remek termékeket és a hozzá felhasznált különféle magvakat, anyagokat.

Az osztályok által készített gyümölcssalátákkal zöldség és gyümölcsfogyasztás fontosságára hívták fel a figyelmet. De hogy a játék, a szórakozás se maradjon ki, az alapanyagokból ötletes szoborkompozíciók is készültek.

A testmozgás népszerűsítésére rendkívül jó hangulatú zumba órán táncolhattak a tanulók. A tanórákon stresszoldó gyakorlatokat végeztek.

A lelki élet fejlesztése érdekében mandala-színezést iktattak be.

Megrendezték a már szinte hagyománnyá váló tökös délutánt, amikor tökemelésben próbálhatták ki magukat a gyerekek.

Mindezt megörökítendő, az óvodásokat is bevonva, rajzpályázatot hirdettek az egészséges életmóddal kapcsolatban.

Elmondhatjuk, hogy Fabók Lászlóné vezetésével, Balczóné Sinkó Mónika és Tantucz Alexandra segítségével az iskola teljes közösségének bevonásával mozgalmas, tartalmas hónapot tud maga mögött az iskola.



## Egészséges délután

A Vörösmarty Mihály Általános Iskola pedagógusai nagy gondot fordítanak a diákok egészséges fejlődésére, a testi- lelki harmónia kialakítására. A mindennapokon túl, november hónapban az alsó és a felső tagozatos diákok számára játékos délutánt szerveznek a nevelők. Cél, hogy rávilágítsunk mily nagy kincs az egészség, amire rendszerint már csak akkor gondol az ember, amikor már nincs. Ebben a tanévben a mentális egészség, az egészséges táplálkozás, a tudatos vásárlás került fókuszba, a felső tagozatosoknál.

Becsüljük embertársainkat, s adjunk lehetőséget, hogy alaposabban megismerhessék az egészségükkel kapcsolatos felelősségüket, teendőiket

Ez a délután kicsit másként zajlik, mint ahogyan az szokásos. Megismerkedhetnek a felsős diákok a szervezetük változásaival, az egészség megőrzésének lehetőségeivel, a betegség megelőzésével. A mentális egészség fontosságával, annak megőrzési módjával. Segítségünkre voltak: Horváthné Csepregi Éva iskolapszichológus, aki önismereti foglalkozást tartott. A felsősök diákok életkornak megfelelő, a gyakorlatban alkalmazható, ismeretszerző, feladatsort oldhattak meg ezen a délutánon.

Az Egészséges játszóházi foglalkozáson az 1-2. osztályosok számára 3-3 helyszínen játékos formában bővítettük ismereteiket. A legnagyobb sikere a "Mocorgó Bingó" játéknak volt. Interaktív táblajátékok segítségével a helyes mosdóhasználat és a helyes kézmosás szabályainak játékos átisméltése mellett a táplálkozásra is nagy hangsúlyt fektettünk. A testi egészség mellett a lelki egészség is fontos iskolánkban, s mindez szerető környezetben melegszívű tanítókkal közös játékkal meg is valósulhatott. A 3-4. évfolyamon az Okosdoboz interaktív feladványait fejtették meg, a helyes kézmosásról tekinthettek meg filmet, s próbálták ki a szabályos kézmosást, majd táplálékpiramist építhettek. Sok új ismerettel gazdagodhattak tanítványaink.

Tanulságos, érdekes délutánon vehettek részt a diákok, sajátíthatták el az egészség megőrzését, s talán ennél is fontosabb a mentális egészség megőrzését.



## Törptanoda

Törptanoda programsorozatunk második foglalkozására november 18-án került sor. A két helyszínen több mint 40 leendő kisiskolás vett részt. A hangulatos dramatikus játékokban egy „törpös” mese köré gyűjtötték kollégáim a foglalkozás feladatait. A drámapedagógia eszközeit kihasználva mozogtak, játszottak a gyermekek. A zene, tánc már az első percekben megfelelő hangulatot teremtett. A közös játékot felsőbb évfolyamon tanuló színjátszók irányították. A játékos feladatok fejlesztették az óvodások készségeit, hatott érzelmeikre. Gyakorolták az irányokat, kúsztak, másztak. A közös éneklést követően zenére mozogtak úgy, hogy közben megfogalmazták érzelmeiket. A játékok végén segítettek az iskolába készülő kis törpnek kiválasztani az iskolai tanszereket. Beszélgettek az iskoláról, ki miért várja már és mi kell ahhoz, hogy ügyes tanuló váljék belőlük. A szülők most is érdeklődve figyelték a foglalkozást, kérdeztek az iskolában folyó munkáról. Ez a program újból jó alkalom volt arra, hogy az óvodásoknak és szüleiknek közelebb hozzuk az iskola hangulatát, oldjuk szorongásukat, ismerkedjenek a leendő első osztályos pedagógusokkal. Az élményszerű program mindenkire pozitívan hatott. A Törptanoda az igazolványok kiosztásával ért véget, ahová bekerült az újabb pecsét.



## Komposztálás Rákóczitelepen

Iskolánk a Magyar Környezeti Nevelési Egyesület által meghirdetett Európai Hulladékcsökkentési Hét akciójában vett részt, mely 2015 november 21 – 29 között került megrendezésre.

„A konyhától a kertig: minden a komposztba, amit lehet!”

A projekthét keretén belül kialakítottunk közösségi komposztálót egy kijelölt helyen iskolánk udvarán 7 db raklapból. A közösségi komposztálót iskolánk minden tanulója használhatja. Az iskolaudvaron keletkező szerves hulladék (falevél, elszáradt növények, zöldségmaradványok, almacsutka) kerül a komposztálóba, melynek összegyűjtésében tanulóink nagy szerepet vállalnak. A tantermi és gilisztakomposztáló elhelyezése révén olyan speciálisan kialakított edényeket ismerhettek meg a gyerekek, amiben folyamatosan gyűjthették a körülöttük keletkező lebomló szerves hulladékokat. A hulladékot egyrészt adalékanyaggal keverték össze, melynek segítségével a szerves hulladék könnyebben bomlik le anaerob körülmények között. Másrészt a hulladék trágyagiliszták segítségével komposztálódik. A hulladékot komposztálás előtt felaprítják a gyerekek. Az edények a tantermekben kerültek elhelyezésre, ahol az osztályok kezeli a komposztot.

A program célja az iskolai komposztálás beindítása, az iskolában keletkező szerves hulladék komposztálása, a diákok és rajtuk keresztül a szülők megszólítása. Az akciótlet megvalósításával szeretnénk felhívni a figyelmet a hulladék keletkezés megelőzésének, a termékek újrahasználatának, valamint az anyagok újrahasznosításának fontosságára, továbbá a tudatos és felelősségteljes gondolkodás kialakítására.



## Arany dobókocka

Az egyre népszerűbb versenyt 2005 óta rendez meg iskolánk. 2011-től a 3-4. osztályosok is jelentkezhetnek a megmérettetésre. A november 27.-i versenyen a kistérség 13 iskolájának 111 tanulója mérhette össze tudását.

A helyi iskolák tanulói mellett Békéssámsónról, Nagyszénásról, Tótkomlósról és Dombegyházáról is neveztek diákok. Az évfolyamonkénti helyezések mellett gazdára talált az Arany Dobókocka-díj is, amit az a versenyző vihetett haza, aki a legjobb teljesítményt nyújtotta. Idén Viczián Márk, a Vörösmarty iskola tanulója érdemelte ki a díjat 81 százalékos teljesítményével.



## Tanítsunk játékokkal!

Ha azt kérdezzük mi a sakk? Legtöbbször ezeket a válaszokat kaphatjuk: játék, sport, verseny, szabadidő hasznos eltöltése...

Mi, az Orosházi Vörösmarty Mihály Általános Iskolában 3 éve erre a kérdésre már azt is válaszoljuk, hogy a sakk az egy jó módszer arra, hogy diákjaink okosabbak, kreatívabbak legyenek, és még jobban szeressenek iskolába járni, szeressenek tanulni. Polgár Judit Sakkpalota programját már intézményünk 6 pedagógusa megismerte és tanítja általa a gyerekeket. Ám nem csak sakkozni tanulnak meg a gyerekek, hanem ennél sokkal többet! A jól felépített, gyermekcentrikus oktatási program komplex módon öleli fel az alsó tagozatos tantárgyakat, és sok-sok játékkal fűszerezve teremt élvezetes órákat a kicsi gyerekek számára. Igazi készség/ képességfejlesztés rejlik benne, s így minden gyermek fejlődik a játék közben.

Magyar és külföldi pedagógusok számára már eddig is tartottunk több bemutató foglalkozást. 2015. november 30-án ismét megtelt az iskola sok-sok érdeklődő pedagógussal, óvónénivel. Az 1. a és az 1. c osztályosok mutatták meg, hogy mennyi mindent tanultak meg az iskola első 3 hónapja alatt a sakk segítségével. A sakkbábok a Sakkpalotában élnek, mindnek neve van, egyenként szeretik őket a gyerekek. Az 1. c osztályosok a kedvenc játékaikból válogatták össze a bemutató anyagát. Mozgásos, kézügyességfejlesztő, számolós és betűkhöz kapcsolódó, interaktív táblás izgalmas feladatokat oldottak meg a gyerekek. Az 1.a osztályosok pedig igazi Sakkpalotás órát tartottak- a sakkadást tanulták meg az órán.

A 2.a és 3.a osztályosok énekszóval hívták a vendégeket a program folytatására. A szakmai program előadásokkal folytatódott: először Öryné Gombás Csilla-tanító/tananyagfejlesztő tartott előadást, aki a Polgár Judit Sakk Alapítványt képviselte Orosházán. Ezt követően 3 alsós tanító tartott ötletbörzét: bemutatták, hogy a napi gyakorlatban hogyan alkalmazzák a játékokat, eszközöket, hogyan fejlesztik a gyerekeket játék közben?

A sakk az élet játéka, hiszen minden lépésünknek következménye van - ezt a gondolatot már az elsősök is maguk fogalmazzák meg. Azt szeretnénk, ha okos, kreatívan gondolkodó felnőttek lennének majd a mai kisdíákokból, s hisszük, hogy ez a módszer is hozzájárul ehhez.

Szakmai programunk célja a tudásmegosztás volt. Fontosnak tartjuk, hogy a jól bevált módszereket minél többen megismerjék. Reméljük, hogy programunk újabb kollégákban ébresztett kedvet ahhoz, hogy megismerjék a tehetségfejlesztő sakk-módszert és alkalmazzák azt napi gyakorlatukban!

