

Ľudské telo – V zdravom tele, zdravý duch.

Materskej škole Palárikova 22, ktorej zriaďovateľom je mesto Košice bol poskytnutý grant na základe Zmluvy, na realizáciu projektu pod názvom „*V zdravom tele, zdravý duch*.“ Poskytovateľom grantu bol Fond zdravia mesta Košice, n. f. Získané prostriedky boli použité na nákup didaktických pomôcok. Projekt „*V zdravom tele, zdravý duch*“ bol realizovaný v termíne od 12.01.2015 do 16.01.2015.

Cieľom projektu bolo upevniť a rozvíjať poznanie detí o ľudskom tele a jeho potrebách, budovať základy zdravého životného štýlu dodržiavaním zásad zdravej výživy, realizáciou pravidelných preventívnych a rekreačných cvičení a vytvárať stav duchovnej pohody. Dlhodobý cieľ smerujúci k vytváraniu pozitívneho vzťahu k svojmu zdraviu i zdraviu iných, budovanie pohybovej kultúry, zlúčenie telesnej a psychickej rovnováhy vedúcej k telesnému i psychickému zdraviu sme začali naplňovať plnením čiastkových cieľov v realizovaných hrách a aktivitách.

V priebehu rôznych denných aktivít s deťmi využívame fitlopty, podložky na cvičenie, stopy, prekážkové dráhy a ďalšie športové náčinie, ktorými sme hravou, zaujímavou a nenásilnou formou rozvíjali pohybové schopnosti detí, utvárali návyky správneho držania tela, zvyšovali telesnú zdatnosť a pohybovú výkonnosť detí. Zamerali sme sa na naplňovanie dlhodobého cieľa, ktorý smeruje k vytváraniu pohybovej kultúry, budovaniu pozitívneho vzťahu k pohybu a pohybovým aktivitám, snažíme sa predchádzať odchýlkam oporného a pohybového aparátu. **Stručný priebeh realizácie:**

Edukačný projekt „*V zdravom tele, zdravý duch*“ sústreďoval ako dominantnej témy štyri základné podtémy, a to:

- Moje telo
- Stravujem sa zdravo
- Čo mi škodí, čo prospieva
- Pohybom k zdraviu detí.

V podtému „**Moje telo**“ deti využili didaktické pomôcky - Telo a výraz tváre, Logico primo, keyboard, interaktívnu tabuľu a softvér Dominik a jeho dobrodružstvá. Deti zostavovali ľudské telo, pomenovali jednotlivé časti ľudského tela a priradzovali im funkciu. Poznávali dôležité vnútorné orgány, orientovali sa v priestorových a časových pojmoch, pocitoch a emóciách. V hre na očného lekára prostredníctvom zábavných testov realizovali vyšetrenia ďalekozrakosti, krátkozrakosti a na základe priradovania tvarov i testy kontrastu, či farebného vnímania.

V podtému „**Stravujem sa zdravo**“ deti v rozprávkovej téme „*V kráľovstve zdravia*“ pomáhali princeznej *Vitamínke* a zachránili ju pred zlým kráľom *Chrípka*. Pri vytváraní pojmovej mapy triedili potraviny na zdravé a nezdravé, utvárali si návyky správnej životosprávy. Budovanie pozitívnych postojov k zdravému životnému štýlu sme upevnili v relaxačno-dramatickej a pracovnej atmosfére pri tvorbe zdravého košíka pre princeznú.

Podtéma „**Čo mi škodí, čo prospieva**“ nadväzovala na získané poznatky, ale vyžadovala si vyšší stupeň kognitívneho myslenia u detí, integrovala aplikáciu, zdôvodňovanie, hodnotenie i tvorivé myslenie. Pri tvorbe plagátu „*Chceme dýchať čistý vzduch*“ zaujali hodnotiaci postoj k základným pravidlám zdravého životného štýlu, hodnotili spôsob správania a konania v svojom okolí a prejavili tvorivé myslenie pri riešení problémových úloh i úloh divergentného charakteru.

Podtéma „**Pohybom k zdraviu detí**“ bola vyvrcholením každodenne realizovaných cvičení na fitloptách, zdravotných cvikov, udržali rovnováhu a zachovávali správne držanie tela pri cvičení. Využitím hudobno-pohybových, hudobno-dramatických, pohybových hier si deti budovali pozitívny a bohatý vzťah k pohybu a pohybovým aktivitám. Tento grantový projekt bol realizovaný s finančnou podporou Fondu zdravia mesta Košice, n. f.

Spracovali: Mária Šipošová, riaditeľka MŠ Palárikova 22

Eva Pavúková, Mgr., učiteľka MŠ – koordinátorka projektu



Cvičíme s fitloptami



Práca na interaktívnej tabuli „*Moje telo*“



Tvorba pojmovej mapy



Hudobno-dramatické hry



Námetová hra „U lekára“ a „U očného lekára“



Tvorba „Snehový panáčik“