

Plán aktivít

Zoznam aktivít, ktoré nám pomôžu plniť'- Skutočne zdravá škola

September

- Stretnutie akčného tímu- na začiatku školského roka sa zriadi akčný tím a zorganizuje sa stretnutie, kde si naplánujeme aktivity, ktoré budeme realizovať počas celého školského roka a stanovíme si vízie pre našu materskú školu.
- Informujeme rodičov pomocou nástenky, plagátov a webovej stránky o zapojení sa materskej školy do programu.
 - Vytvoríme si nástenku o dôležitosti pohybu a zdravej stravy pre naše telo.
 - V školskej záhrade sa postaráme o zber jabĺk a úrody v záhonoch.
 - Deň mlieka.

Október

- Vyzbierané ovocie využijeme v jedálni, kde si pripravíme koláč z jabĺk.
- Ovocie, ktoré nájdeme popadané po zemi vyzbierame a nakrájané si ho necháme vysušiť.
- Deťom pomocou prezentácie ukážeme, akým spôsobom prebieha spracovanie úrody.
- Rýľovanie, jesenné hnojenie, hrabličkovanie lístia na školskom dvore.
- Ochutnávka ovocia, zeleniny, ktoré sme si vypestovali/ priniesli z domu- zaradenie k téme v Deduškovej záhrade.

November

- Hrabeme lístie na školskom dvore, vyčistenie záhonov, príprava stromov na zimné obdobie.
- Upratovanie na školskom dvore, odloženie a vyčistenie náradia.
- Nespracované ovocie si upravíme do kompostera, ktorý máme na školskom dvore.
- Postavíme si búdky pre vtáčiky a zapojíme do výroby aj rodičov.

December

- Prikrmujeme vtáctvo
 - Počas ranného kruhu si zaradíme masáž chodidiel- perličkové masáže.
 - Počas vianočného obdobia usporiadame v školskej jedálni slávnostný vianočný obed s deťmi si prestrieme obrus, vyzdobíme si stôl a ochutnáme tradičné vianočné jedlá pomocou ktorých deťom priblížime dôležitosť zachovania tradícií.

Január

- Čistíme vtáacie búdky, prípade vyrábame nové, dosypeme krmivo.
- Vysušené bylinky z leta si zalejeme do čaju a miesto sladeného čaju sa napijeme zdravého, výživného čaju.

Február

- Kŕmenie zvieratiek v lese- vyzbierame si rožteky, jabĺčka a zanesieme ich do kŕmidiel v lese.
- Plánujeme výsadbu na nové záhony.
- Vykonáme zimné prehodenie kompostu
- Zábavne žemličky- deti si pripravlia samostatne raňajky pomocou zeleniny a zdravej nátierky.

Marec

- Rozvezieme vyzretý kompost
- Rozmiestňujeme očistené alebo nové vtáacie búbky.
- Čistíme kvetináče; popisujeme štítky na označovanie rastlín, ktoré budeme na jar potrebovať.
- Do tried si nasadíme semiačka paradajky, papriky.
- Prevzdušníme trávnik pomocou hrabličkovania pôdy.

Apríl

- V školskej jedálni si pripravíme smoothie nápoj z ovocia a tvarohu.
- Príprava pôdy na sadenie- okopávanie, úprava terénu.
 - Pripravíme hmyzie domčeky pre čmeliaky a včely samotárky.
 - Prevzdušníme trávnik pomocou hrabličkovania pôdy.
 - Prihnojíme kríky kompostom.
- Pestovanie bylín na školskom dvore- sadenie, polievanie oboznámenie sa s ich významom- po ich vysušení si pripravíme bylinkový čaj v zime.
- Zasadíme si kríčky ríbezlí, černíc, egrešov o ktoré sa budeme starať.
- Zasadíme si na školskom dvore ovocné stromčeky- slivky, hrušky a jablka.

Máj

- Turistická vychádzka do okolitej prírody
- V týždennom projekte o zdravej výžive zorganizujeme besedu s odborníkom.
- V týždennom projekte o zdravej výžive si zaradíme jedlá podľa farieb.

Jún

- Výroba zeleninového šalátu/ ovocného šalátu v jedálni u čerstvej zeleniny/ovocia.
- Počas ranného kruhu si zaradíme masáž chodidiel- perličkové masáže.
- Vytvoríme si knihu receptov, ktoré sú vhodné pre zdravé stravovanie.
- Zo zeleniny z našej jedálne si vyrobíme zvieratká, ktoré si zjeme a ochutnáme tým aj zeleninu, ktorú ešte nepoznáme.
- Na dvor si zabezpečíme vždy džbán s čistou vodou miesto sladeného čaju počas teplých dní.

Júl

- Vytvorenie si pocitového chodníka na školskom dvore.
- Výroba nanuku z domáceho ovocia.
- Návšteva družstva/ farmára vo Vavrečke spojená s ochutnávkou čerstvého kravského mlieka.
- Záhradná slávnosť do ktorej zapojíme rodičov, zamestnancov a zorganizujeme slávnosť na ktorej spoločne oslávime úspechy spojená s ochutnávkami jedál zo školskej jedálne.
- Hry v prírode- zaradíme pohybové hry na čerstvom vzduchu.
- Deti si vytvoria na týždeň jedálničiek podľa svojich predstáv.

Aktivity priebežne doplníme na základe aktuálnych tém/ nájdených inšpirácií.