

Námskrá 3 ára nemenda árgangur 2006

Velkomin á Heiðarsel

Á Heiðarseli er unnið samkvæmt heilsustefnunni. Markmið leikskólans er að auka gleði og vellíðan nemenda með áherslu á hreyfingu, leik, næringu og listsköpun í leik og starfi.

Leikskólastarfið fléttast saman af fjölbreyttum námssviðum, námsþáttum og daglegu lífi og leik nemandans. Dagleg umönnun felst í því að annast hvern nemanda líkamlega og andlega af hlýju, gleði, áhuga og ábyrgðarkennd.

Gefnar hafa verið út námskrár fyrir hvern aldur fyrir sig. Námskrárnar eru ætlaðar fyrir kennara og foreldra.



Daglegt líf leikskólans

Fataklefi



Hólf nemenda eru merkt með mynd af þeim sjálfum og nafni þeirra. Nemendur eru hvattir til að ganga frá fötunum sínum og reyna að klæða sig sjálfir en fá þá hjálp sem þeir þarfnast. Fylgst er með því að klæðnaður nemenda sé í samræmi við veður. Nauðsynlegt er að hafa aukafatnað í fatakassa nemandans sem geymdur er í leikskólanum.

Markmið:

- Að auka færni nemandans til að klæða sig sjálfur
- Að þjálfa gróf- og fínhreyfingar
- Að auka orðaforða, t.d. með heitum á fatnaði, árstíðum, veðurfari og fleiru

Leiðir:

- Aðstoða nemandans við að klæða sig sjálfur, myndaspjöld eru í fataklefa sem sýna hvaða föt á að fara í hverju sinni
- Nemandi er gefinn tími og rými til þess að klæða sig sjálfur

Útivera

Heiðarsel býr yfir góðu og stóru leiksvæði þar sem mögulegt er fyrir nemendur að hreyfa sig og finna viðfangsefni við hæfi. Samkvæmt heilsustefnunni er lögð áhersla á að hver nemandi fari út minnst einu sinni á dag. Í nágrenni leikskólans eru einnig áhugaverð svæði sem nýtast vel til vettvangsferða.

Markmið:

- Að nemandi fái útrás fyrir hreyfipörf sína
- Að efla grófhreyfingar, þrótt og styrk nemandans
- Að nemandi komist í snertingu við náttúruna og upplifi útiveru á jákvæðan hátt

Leiðir:

- Vera með daglega útiveru
- Efla frjálsa og skipulagða leiki
- Fara í vettvangsferðir



Hreinlætisvenjur

Markmið:

- Að nemandi læri almennar hreinlætisvenjur
- Að nemandi eflist í sjálfshjálpi
- Að nemandi verði sjálfbjarga varðandi salernisferðir en þó með eftirfylgd

Leiðir:

- Venja nemanda á að þvo sér um hendur eftir klósettferðir, máltíðir, útivist og eftir þörfum
- Kennari er til staðar og aðstoðar eftir þörfum, þannig skapast öryggir hjá nemanda.

Máltíðir



Lögð er áhersla á hollan mat í leikskólanum þar sem stuðst er við fæðuhring Manneldisráðs Íslands í þeim efnum. Markmið er að hafa ekki unna kjötvöru og sem minnst af fitu, sykri og salti í fæðunni. Matartímar og borðhald hafa auk þess mikið uppeldislegt gildi þar sem leitast er eftir að skapa notalega stund þar sem tækifæri gefst til að ræða saman. Nemendur eru hvattir til að tjá sig með því að biðja um það sem þá vantar. Í hádegismat á hver nemandi sitt sæti við matarborðið, með því öðlast hann aukið öryggi. Í morgunmat og síðdegishressingu getur nemandi valið hvenær hann borðar innan þess tíma sem matartíminn stendur yfir. Í hverjum fataklefa er upplýsingatafla þar sem hægt er að fylgjast með matseðli hverrar viku fyrir sig. Matseðil er einnig að finna á heimasíðu leikskólans.

Markmið:

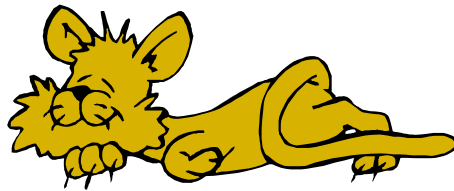
- Að nemandi læri að borða allan algengan mat
- Að nemandi læri að skammta sér hæfilega á diskinn
- Að nemandi læri að nota hnífapör
- Að nemandi temji sér góða borðsiði

Leiðir:

- Vera með hollan og fjölbreyttan mat í leikskólanum
- Nemendur eru hvattir til að smakka allan mat
- Nemendur þjálfast í að nota hnífapör
- Kennarar kenna borðsiði og eru fyrirmynd

Hvíld

Hvíld er afar mikilvæg í leikskóla, þeir nemendur sem þurfa að sofa leggjast á dýnu en hinir eiga rólega stund þar sem þeir hlusta á sögur eða rólega tónlist. Nemendur mega koma með snuð eða annan tengihlut að heiman sem þeir geta haft í hvíldinni. Svefntími fer eftir þörfum hvers og eins.



Markmið:

- Að nemandi slaki á og hvílist frá leiknum um stund
- Að nemandi öðlist öryggiskennd og líði vel

Leiðir:

- Hver nemandi hefur sinn kotta og teppi og hvílist á dýnu með kennara sinn nálægt
- Hlusta á þægilega tónlist í hvíldinni
- Lestur bóka

Frjáls leikur



Leikurinn er hornsteinn leikskólastarfsins, bæði sem kennsluáðferð leikskólakennarans og námsleið nemandans. Hinn frjálsi leikur hefur verið kallaður „leikur leikjanna“ þar sem nemandi fær að skapa leikinn úr eigin hugarheimi. Í frjálssa leiknum er boðið upp á eftirtalin leiksvæði; listakrók, leikstofu, leirkrók, tölvu, byggingarkrók, spilakrók, bílakrók, frjálсан krók, sull eða grjón og sal (sjá skólanámskrá Heiðarsels). Nemendur geta valið sér leiksvæði innan vissra marka þar sem taka þarf tillit til fjölda nemenda á hverjum stað. Hvert leiksvæði er merkt með mynd og nafni króksins auk leyfilegs fjölda nemenda.

Markmið:

- Að stuðla að frumkvæði og sjálfstæði nemenda
- Að auka úthald nemenda í leik
- Að auka félagsfærni og samleik
- Að auka hugmyndaflug nemenda og gefa þeim tækifæri til að prófa nýja hluti í gegnum leik

Leiðir:

- Boðið er upp á fjölbreytileg viðfangsefni sem hæfa þroska, áhuga og getu hvers og eins
- Búnaður og rými leikskólans er vel nýtt með því að hafa leikkrókana á dreifðu svæði
- Nemandi velur sér svæði og er hvattur til að standa við val sitt

Samverustundir/Ávaxtastundir



Á Heiðarseli er daglega farið í samverustund í heimakrók deildarinnar. Nemendur og kennarar ræða saman, syngja og fræðast um nýja hluti, til dæmis er fjallað um heiti daga, mánaða og veðrið í tengslum við árstíðirnar. Auk þess eru ávextir/ grænmeti í boði fyrir nemendur þar sem heilsustefna leikskólans byggir á því að nemendur fái ákveðinn skammt af þeim á hverjum degi.

Markmið:

- Að stuðla að alhliða námi
- Að eiga notalega stund saman
- Að nemendur læri að tjá sig og hlusta á aðra
- Að nemendur fái ávexti og grænmeti að borða

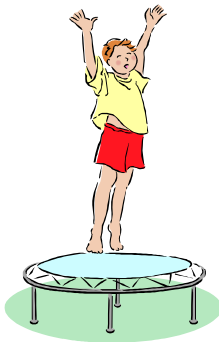
Leiðir:

- Ræða saman, syngja, lesa sögur og fara í leiki
- Rætt um venjur síði og veðrið
- Boðið upp á ávexti/grænmeti á hverjum degi og nemendur hvattir til að smakka

Skipulagt starf leikskólans

Skipulagt starf leikskólans samanstendur af hreyfingu og vinnustundum þar sem unnið er með málörvun og listsköpun. Auk þess er söngstund eða Heiðargleði einu sinni í mánuði á föstudögum yfir vetrartímann.

Hreyfing



Heiðarsel er heilsuleikskóli sem leggur mikla áherslu á hreyfingu í starfi leikskólans. Í hreyfipjálfun eflist alhliða þroski nemanda, hann öðlast betri líkamsvitund en góð líkamleg færni leiðir af sér ánægðari nemanda. Þriggja ára nemendur fara í hreyfistund tvisvar í viku. Unnið er með ákveðið þema tvær vikur í senn.

Hreyfistundirnar samstanda af fjölbreyttri hreyfingu með leikjum, þrautabrautum og dansi ásamt slökun í lok hvers tíma. Salur er einnig í boði meðan frjálssi leikurinn er. Strákasalur er á mánudögum og miðvikudögum, stelpusalur á þriðjudögum og fimmtudögum, á föstudögum er salurinn fyrir yngstu nemendurna. Einnig er mikið lagt upp úr því að nemendur fái að leika sér á útileiksvæði leikskólans.

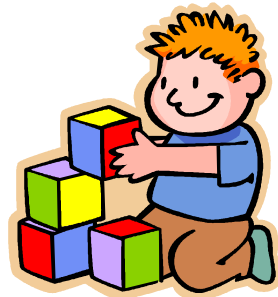
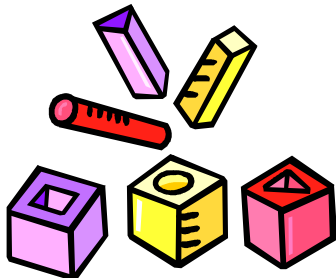


Markmið:

- Að stuðla að líkamlegri og andlegri vellíðan og gleði
- Að efla snerpu og þol
- Að nemendur læri að þekkja og skynja líkama sinn
- Að virða leikreglur og fara eftir fyrirmælum

Leiðir:

- Boðið er upp á skipulagðar hreyfistund tvisvar í viku yfir vetrartímann
- Boðið upp á sal á hverjum degi þar sem nemendur geta verið í frjálsum leikjum
- Útivera á hverjum degi

**Vinnustundir**

Á Heiðarseli eru vinnustundir tvisvar í viku yfir vetrartímann, nemendum er skipt í hópa eftir aldri. Verkefni eru miðuð við hvern aldurshóp og gerð er áætlun fyrir hvern mánuð út frá námssviðum Aðalnámskrá leikskóla. Nemandi er í sama hóp með sama kennara allan veturinn. Með þessu móti myndast góð tengsl á milli nemenda og kennara og nemendur öðlast aukna öryggiskennd. Markmið með vinnustundum er að nemendur vinni að sameiginlegu markmiði og þjálfí samskiptahæfni sína

Listsköpun

Í listsköpun er unnið út frá áætlun fyrir hvern aldur, mánuð í senn. Listsköpun er einn af áherslupáttum heilsustefnunnar. Skapandi starf eflir gagnrýna hugsun nemandans, þjálfar rökhugsun og eflir skynjun.

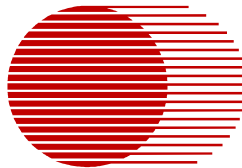
Markmið:

- Að nemendur þekki grunnlitina, gulan, rauðan, grænan og bláan
- Að efla samhæfingu augna og handa
- Að nemendur kynnist óhefðbundnum efnivið
- Að þjálfar fínhreyfingar
- Efla tjáningu og skynjun



Leiðir:

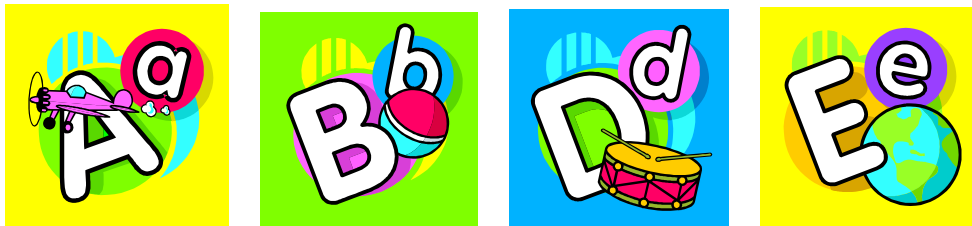
- Unnið er með ákveðinn grunnlit í ákveðin tíma
- Vinna með blýanta, liti, málningu, myndvarpa, skæri, leir og lím
- Gerðar verða tilraunir með ólíkan efnivið
- Vinna með óhefðbundinn efnivið eins og sand, mold, steina og fleira úr náttúrunni



Málrækt

Málrækt er einn af áherslupáttum leikskólastarfsins sem tengist inn á allt daglegt starf leikskólans. Nemendur fara í markvissa málörvunarstund einu sinni í viku þar sem lögð er áhersla á þjálfun hljóðkerfisvitundar, eflingu orðaforða og málskilnings.

Í leikskólanum er Bókakoffort frá Bókasafni Reykjanesbæjar sem fer á milli deilda yfir vetrartímann. Nemendur og foreldrar geta fengið lánaðar bækur heim úr koffortinu.



Markmið:

- Að efla orðaforða og auka málskilning
- Að þjálfva virka hlustun
- Að hvetja nemendur til að tjá sig og segja frá
- Að læra einfalda söngtexta, vísur og þulur
- Að nemendur þjálfist í að hlusta á sögur

Leiðir:

- Fara í einfalda leiki eins og að klappa atkvæði
- Hlusta á hljóð úr umhverfinu
- Lesa bækur og kennarar segja sögur
- Bjöllur og hristur verða notaðar
- Söngvar sungnir
- Bækur á deildum og bókasafn leikskólans er aðgengilegt fyrir nemendur

- Nemendur og foreldrar geta fengið lánaðar bækur heim úr Bókakofforti Bókasafns Reykjanesbæjar

Tónlist

Tónlist er hluti af námi leikskólans. Nemendur fara í tónlistartíma einu sinni í viku yfir vetrartímann. Gildi tónlistar og tilgangur með kennslunni er að nemendur kynnist tónlist á jákvæðan hátt í gegnum leik og gleði.



Vettvangsferðir

Markmið:

- Í vettvangsferðum er lögð áhersla á að nemendur kynnist nánasta umhverfi leikskólans

Leiðir:

- Farið verður í gönguferðir um nágrenni leikskólans, allt eftir getu og áhuga nemenda

Söngstund/Heiðargleði

Einu sinni í mánuði yfir vetrartímann er sameiginleg söngstund eða Heiðargleði á sal leikskólans. Deildirnar þrjár skiptast á að stjórna þessum stundum og útfæra eftir sínum áhugamálum og áherslum hverju sinni. Í söngstundum er sungið og farið með pulur sem verið er að vinna með. Á Heiðargleði er dansað og spilað á hljóðfæri eða nemendur sýna atriði sem þeir hafa æft á sinni deild. Auk þessa er morgunsöngur alla mánudaga í sal skólans þar sem allir nemendur og kennarar syngja saman.

Markmið:

- Að njóta tónlistar á ýmsan hátt
- Að nemendur læri að hlusta og syngja saman í hóp
- Að æfa nemendur í að koma fram fyrir hóp

Leiðir:

- Nemendur leikskólans fari með sínum aldurshópi í söngstund, lögð verður áhersla á léttu söngtexta og hreyfisöngva
- Nemendur æfðir í að koma fram fyrir nemenda hópinn í heimakrók, standa og syngja fyrir aðra á deildinni

Vinsamlegast munið að merkja
fatnað vel og athuga daglega
hvort eitthvað
vantar í fatakassann.
Ganga þarf vel frá hólfi
nemandans á hverjum degi.
Tæma þarf hólfin á föstudögum.

