



Szakmai Program 3. számú melléklete

ÁLTALÁNOS NAPIREND

Bölcsődénk a családi nevelésre építve, azt kiegészítve biztosítja a kisgyermek egészséges fejlődését. A bölcsődei élet legfőbb alaptevékenysége a játék: a gyermekek a játék segítségével ügyesednek, képességeik fejlődnek, megismerik a környezetüket. A játék a társas kapcsolatok alakulásának és az érzelmi élet gazdagodásának is a legfontosabb színtere. Megkönnyíti a szocializációt, a közösségi magatartás kialakulását.

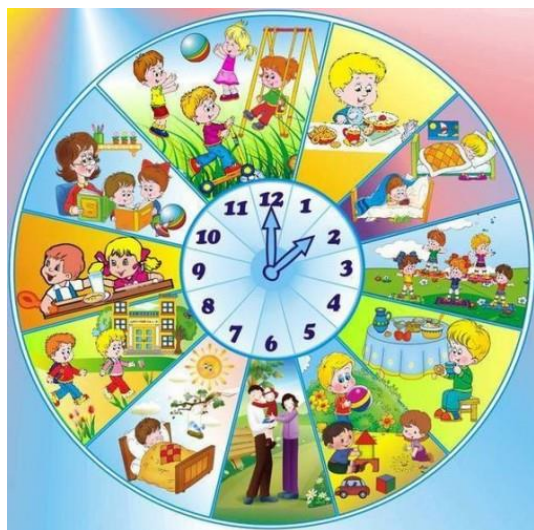
A kisgyermeknevelők a nyugodt légkör megteremtésével a kisgyermek életkori- és egyéni sajátosságainak figyelembevételével segítik, támogatják a folyamatos játékot.

A bölcsőde napirendje fix, hiszen minden nap ugyanabban az időben végzik a gondozási-nevelési feladatokat. A napirendben a játéktevékenység és a gondozási tevékenységek rendszeresen ismétlődnek, mindig ugyanabban az időben történnek, így a kisgyermek számára könnyen kiismerhető, követhető, kiszámítható. A kiszámíthatóság és a biztonság a legfontosabb a kisgyermek számára és ez a napirendben jól érvényesül. A helyes életritmus, szabályos napirend megkönnyíti a gyermekek számára a megszokást, az alkalmazkodást, fokozza biztonságérzetüket.

Napirendünk rugalmas abban a tekintetben, hogy befolyásolják évszakok, az időjárási körülmények, a gyermekek igényei, fejlettségi szintje, az életkor szerinti összetétel stb.

A 12 hónapnál fiatalabb gyermekeknek egyéni napirendet kell biztosítani.

Fontosnak tartjuk, hogy minden kisgyermek megtalálja a napirenden belül a saját helyét, az egyéni igényeik kielégüljenek, és jól érezzék magukat intézményünkben a társaik között.



A napirend ismertetése során engedjük meg a kedves szülők, hogy néhány tanáccsal is ellássuk Önöket. A bölcsődénkben a következőképpen alakul a napirend.



Napirend részletezése, tanácsok szülőknek

- A kisgyermeknevelő reggel, érkezéskor tájékozik a szülőtől az előző napi és éjszakai eseményekről, majd szabad játéklehetőséget biztosít a gyermek számára.
A szülő feladata, hogy átöltöztesse a gyermeket, majd bekísérje a csoportba. Fontos, hogy ez a kis időszak a gyermekről szóljon, mert ebben az életkorban még nehéz az elválás. Beszélgessenek vele, nyugtassák meg, hogy délután visszajönnek érte, de ne húzzák túl hosszúra a búcsúzkodást, mert az a szülőknek és a gyermeknek is rossz. A síró kisgyermek a csoportban rövid időn belül megnyugszanak.
- Kézmosás után a kisgyermek a csoportnál ülve reggeliznek, családias, oldott légkörben.
A reggeli érkezésnél figyelni kell, hogy időben érkezzünk, mert a reggeliztetést nem szabad megzavarni. Reggelente amúgy is a legtöbb gyermeknek idő kell, hogy feloldódjon, de a többi gyermekre is tekintettel kell lenni, hiszen, ha reggeli közben a kisgyermeknevelő a később érkezett gyermekek átvételével foglalkozik, az megzavarhatja a csoport többi tagját. A leírtakra tekintettel gyermeket 8:00 és 8:30 között nem veszünk be. Köszönjük a megértést!
- A kisgyermeknevelő elvégzi a szükséges gondozási műveleteket, szükség szerint pelenkát cserél, közreműködik a nagyobbak kézmosásánál, segít a helyes szokások kialakulását a tisztálkodással kapcsolatban.
Szobatisztaságra nevelés úgy jelenik meg a bölcsődében, hogy meg van a lehetősége a gyermeknek arra, hogy ne a pelenkába végezze a dolgát. A kisgyermeknevelők nem erőltetik a szobatisztaságot, hiszen az egy biológiai és egy pszichológiai folyamat eredménye, amit külsőleg nem szabad erőszakkal befolyásolni.
- Reggeli után a gyermekeknek szabad játék tevékenység indul.
A délelőtti folyamán a gyermekek számára - az időjárástól és az évszaktól függően - biztosított a szabad játékválasztás lehetősége. A csoport együtt tartózkodik a csoportszobában vagy játszóudvaron. A kisgyermeknevelő a szabad önfeledt játéklehetőség mellett olyan, a gyermekek részéről önkéntesen választott, egyéni érdeklődést figyelembe vevő, fejlesztő hatású programokat kínál, melyek elősegítik a kisgyermek testi, értelmi, érzelmi és szociális fejlődését (pl.játékos torna, alkotó tevékenység, mese, ének, mondóka, vers stb.).



- A szabad játéktevékenység közben tízórai van felkínálva 100 % -os gyümölcslé, tea, limonádé formájában. Azért nem tartalmazabb a tízórai és azért nem gyümölcsöt kapnak a gyerekek, mert úgy eltelítené a gyomrukat, hogy valószínűleg kevesebbet ebédelnének. Aki nem jön az asztalhoz, azt később megkínálják, vagy oda viszik, ahol a gyermek játszik, mert az elmélyült játékot nem szabad megzavarni.
- Jó idő esetén a kisgyermeknevelők mesekönyveket, babákat, plüss állatokat tesznek egy takaróra, vagy színes ceruzákat, lapokat visznek ki, így a játék változatos és fejlesztő az udvaron is.
Erős napsugárzás esetén vagy hőségriadó elrendelésekor 10:30 óra után megkezdjük a bejövetelt az udvarról gondozási sorrendben, eltolt soros napirend szerint. Ekkor átöltöztetés után kézmosás következik, majd a csoportszobában folytatják a játéktevékenységet a gyerekek.
- A kisgyermeknevelő "saját" gyermekeinek nevelését-gondozását mindig ugyanabban a sorrendben végzi, gyermeki autonómiájuk tiszteletben tartása mellett, önállóságukat segítve.
A legkisebbeket a kisgyermeknevelő gyakran meg is ebélteti hamarabb, hogy az udvaron kellőképpen elfáradt gyermek időben ágyba kerülhessen.
- Leginkább főzelékeket vagy rakott ételeket kapnak, valamilyen húsos feltéttel, időnként leves is van a terítéken. Nagyon fontos, hogy a fejlődésben lévő szervezetük minden fontos vitaminokat, fehérjét, zsírokat, szénhidrátot megkapjon, mert ezek elengedhetetlenek az egészséges testi és szellemi fejlődéshez.
- Ebéd után leveszik a cipőjüket, a nagyobbak önállóan a kicsik kis segítségével, és lefekszenek aludni. Az alváshoz magukkal vihetik az otthonról hozott plüss, ami az alvást segíti elő.
A délelőtti tevékenység miatt a gyermekek hamar elfáradnak, és megkezdődik a pihenés. A szobatiszta gyermekeknek már nem tesznek pelenkát, csak az édesanya kérésére.
Ha valamelyik gyermeknek különleges elalvási szokásai vannak és megoldható a bölcsődében, abban is partnerek a kisgyermeknevelők. (pl.: valakit simogatni kell elalvás előtt).



- Ébredési sorrendben gondozási feladatok (tisztázás, mosakodás), szabad játéktevékenység. Ébredés után, még uzsonna előtt, pisilnek, kezet mosnak, fésülködnek. A kisgyermeknevelők ebben is az önállóságra tanítják a gyermekeket.
- Nem kell megijedni, ha valamit otthon nem eszik meg a gyermek, mert a bölcsődében valószínű, hogy meg fogja enni. A csoport hatására fejlődik a gyermekük személyisége, és étkezési szokásai is.
- Uzsonna után lehet haza vinni a gyermekeket. Általában fél négykor már sorban állnak a szülők, de fontos lenne ilyenkor is, hogy várják meg az uzsonna végét és egyesével menjenek a gyermekekért.

Mindig kérdezzék meg a kisgyermeknevelőtől és a gyermektől is, hogy milyen napja volt, hogy érezte magát, mennyit evett, kivel játszott stb., mert ezzel megerősítik, hogy mennyire figyelünk rá és érdekel minket, hogyan zajlott a napja.

Ha nem akar a gyermekük nyilatkozni, akkor hagyják, majd mondja magától, ha ő úgy gondolja. Ha még nem tud beszélni, akkor is kérdezzék meg, mert az érzéseit így is ki tudja fejezni.





Nyári napirend

- 6:30 – 8:00 Folyamatos érkezés, gyermekek fogadása a csoportszobában, jó időben az udvaron
- 8:00 - 8:30 Reggelizés
- 8:30-9:00 Gondozási feladatok, tisztázás, WC használat, tisztálkodás
- 9:00–9:45 Szabad játék tevékenység időjárás függvényében az udvaron vagy csoportszobában
- 9:45 – 10:00 Tízórai
- 10:00 – 10:45 Szabad játék tevékenység időjárás függvényében az udvaron vagy a csoportszobában
- 10:45 - 11:30 Udvarról való folyamatos bejövetel, gondozási feladatok, tisztázás, WC használat, tisztálkodás, ebédhez készülődés
- 11:30 - 12:00 Ebédelés
- 12:00 - 14:45 Alvás, pihenés
- 14:45 - 15:00 Gondozási feladatok, tisztázás, WC használat, tisztálkodás, uzsonnához készülődés
- 15:00 - 15:20 Uzsonnázás
- 15:20 – 17:00 Szabad játéktevékenység időjárás függvényében a csoportszobában vagy az udvaron, folyamatos hazamenetel.





Őszi napirend

(A napirendi pontok részletezését ld. a nyári napirendnél. Eltérések esetén részletezés az adott napirendnél.)

- 6:30 – 8:00 Folyamatos érkezés, gyermekek fogadása a csoportszobában
- 8:00 - 8:30 Reggelizés
- 8:30-8:45 Gondozási feladatok, tisztázás, WC használat, tisztálkodás
- 8:45–9:45 Szabad játéktevékenység a csoportszobában
- 9:45-10:00 Tízórai
- 10:00 – 10:45 Szabad játéktevékenység időjárás függvényében az udvaron vagy a csoportszobában
- 10:45 - 11:30 Udvarról való folyamatos bejövetel, gondozási feladatok, tisztázás, WC használat, tisztálkodás, ebédhez készülődés
- 11:30 - 12:00 Ebédelés
- 12:00 - 14:45 Alvás, pihenés
- 14:45 - 15:00 Gondozási feladatok, tisztázás, WC használat, tisztálkodás, uzsonnához készülődés
- 15:00 - 15:20 Uzsonnázás
- 15:20 – 17:00 Szabad játéktevékenység időjárás függvényében a csoportszobában vagy az udvaron, folyamatos hazamenetel





Téli napirend

(A napirendi pontok részletezését ld. a nyári napirendnél. Eltérések esetén részletezés az adott napirendnél.)

- 6:30 – 8:00 Folyamatos érkezés, gyermekek fogadása a csoportszobában
- 8:00 - 8:30 Reggelizés
- 8:30-8:45 Gondozási feladatok, tisztázás, WC használat, tisztálkodás
- 8:45–9:45 Szabad játéktevékenység a csoportszobában
- 9:45-10:00 Tízórai
- 10:00 – 10:45 Szabad játéktevékenység időjárás függvényében az udvaron vagy a csoportszobában
- 10:45 - 11:30 Udvarról való folyamatos bejövetel, gondozási feladatok, tisztázás, WC használat, tisztálkodás, ebédhez készülődés
- 11:30 - 12:00 Ebédelés
- 12:00 - 14:45 Alvás, pihenés
- 14:45 - 15:00 gondozási feladatok, tisztázás, WC használat, tisztálkodás, uzsonnához készülődés
- 15:00 - 15:20 Uzsonnázás
- 15:20 – 17:00 Szabad játéktevékenység a csoportszobában, folyamatos hazamenetel





Tavaszi napirend

(A napirendi pontok részletezését ld. a nyári napirendnél. Eltérések esetén részletezés az adott napirendnél.)

- 6:30 – 8:00 Folyamatos érkezés, gyermekek fogadása a csoportszobában
- 8:00 - 8:30 Reggelizés
- 8:30-8:45 Gondozási feladatok, tisztázás, WC használat, tisztálkodás
- 8:45–9:45 Szabad játéktevékenység időjárás függvényében az udvaron vagy csoportban
- 9:45-10:00 Tízórai – jó időben az udvaron
- 10:00 – 10:45 Szabad játéktevékenység időjárás függvényében az udvaron vagy a csoportban
- 10:45 - 11:30 Udvarról való folyamatos bejövetel, gondozási feladatok, tisztázás, WC használat, tisztálkodás, ebédhez készülődés
- 11:30 - 12:00 Ebédelés
- 12:00 - 14:45 Alvás, pihenés
- 14:45 - 15:00 Gondozási feladatok, tisztázás, WC használat, tisztálkodás, uzsonnához készülődés
- 15:00 - 15:15 Uzsonnázás
- 15:15 – 17:00 Szabad játéktevékenység időjárás függvényében a csoportszobában vagy az udvaron, folyamatos hazamenetel





4-5 hónapos korú gyermek napirendje

Ekkor a babák 3-4 alkalommal alszanak egy nap, és a váltás szinte egyik pillanatról a másikra bekövetkezhet. Ebben a korszakban nagyon résen kell lenni, mert az eddig csak „eszik-alszik baba” már kezd mozgolódni, átfordulni, egyre többet van ébren, és az 5. vagy a 4. nappali alvást lassan elhagyja, nem igényli. Az alvásidők esetén azzal is kell számolni, hogy maga az altatás is igénybe vehet bizonyos időt.

Példa 4 nappali alvással, amiből három a bölcsődében történik:

- 6:30 – 8:00 Érkezés / Reggelizés
- 8:00 - 8:45 Önálló játék
- 8:45 - 10:00 Délelőtti alvás
- 10:00 - 10:15 Tízórai
- 10:15 – 11:30 Közös vagy önálló játék (pl. járóka) csoportszobában / udvari tartózkodás babakocsiban
- 11:30 - 12:15 Déli alvás
- 12:15 - 12:45 Ebédelés
- 12:45 - 14:00 Közös vagy önálló játék
- 14:00 - 15:20 Első délutáni alvás
- 15:20 - 15:40 Uzsonnázás
- 15:40 – 17:00 Közös vagy önálló játék / Hazamenetel



Az önálló játék nem azt jelenti, hogy egy 4-5 hónapos baba egy teljesen órán keresztül egyedül legyen a járókában hagyva. De olyan van, hogy beteszik a járókába, aztán játszik ott 10-15 percet. Nyüzsög, kisgyermeknevelő pl. énekel neki, kiveszi kicsit. Aztán pár perc múlva visszateszi, és megint elnézelődik 10-15 percet. Az is önálló játéknak számít, amikor a kisgyermeknevelő vele van, de nem játszik vele, hanem elszórakoztatja magát



6-7 hónapos korú gyermek napirendje

Ilyen korban már a napi 3 napközbeni alvás jellemző, de előfordulhat, hogy már csak két hosszabb alvást igényel a gyermek. Ha már nem igényel 3 alvást, és érezhetően többet alszik már délelőtt is, akkor lassan át lehet állni majd a két alvásra. A kicsi gyermekek igényei gyorsan változnak, előfordul, hogy mire megszokja a csoport a napirendet, már jön egy következő fázis. Kb. 1-1,5 éves korra alakul ki a napi egy hosszú délutáni alvás, amely remélhetőleg az óvodás kor végéig megmarad.

Példa 3 nappali alvással, amiből két alvás a bölcsődében történik:

- 6:30 – 8:00 Érkezés / Reggelizés
- 8:00 - 9:00 Önálló játék
- 9:00 - 10:00 Délelőtti alvás
- 10:00 - 10:15 Tízórai
- 10:15 – 11:00 Közös vagy önálló
- 11:00 - 11:30 Ebédelés
- 11:30 - 14:30 Déli alvás
- 12:45 - 14:00 Közös vagy önálló játék
- 14:30 - 14:50 Uzsonnázás
- 14:50 – 17:00 Közös vagy önálló játék / Hazamenetel





8-12 hónapos korú gyermek napirendje

Eljön lassan a 2 alvás ideje: egy délelőtti és egy délutáni. Sokan már 1 éves korban áttérnek az egy délutáni alvásra, mások akár másfél éves korig is igénylik a két alvást.

Példa 2 nappali alvással:

- 6:30 – 8:00 Érkezés
- 8:00 – 8:30 Reggelizés
- 8:30 - 10:00 Közös vagy önálló játék
- 10:00 - 10:15 Tízórai
- 10:15 – 12:00 Délelőtti alvás / önálló játék
- 12:00 - 12:30 Ebédelés
- 12:30 - 15:15 Délutáni alvás / önálló játék
- 15:15 - 15:35 Uzsonnázás
- 15:35 – 17:00 Közös vagy önálló játék / Hazamenetel

Ezen napirendek csak iránymutatások, hiszen egyénenként annyira eltérő lehet egy-egy napirend, hogy nehéz kiindulópontot adni, illetve mindig a gyermekekhez kell igazítani, és amennyiben szükséges, újra tervezni.

