

Vitamíněk

2. MŠ VELKÉ OPATOVICE



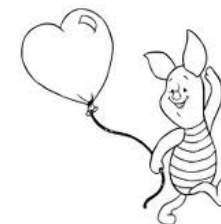
Ročník: XII.
Školní rok: 2013/14
Číslo: 1.
Říjen 2013

Po prázdninách Vás opět vítáme u prvního čísla našeho školního časopisu **Vitamínku**. Bude nás 4x ročně informovat nejen o dění v naší MŠ. Náš věrný průvodce je zveřejněn na webových stránkách **2.msvelkeopatovice.cz**

Školní rok 2013 – 2014 bude podle našeho Školního vzdělávacího programu **zaměřen na zlepšení spolupráce MŠ a ZŠ**. Školní vzdělávací program budeme letos vyhodnocovat a inovovat. Také rodiče budou mít v květnovém dotazníku opět prostor vyjádřit se k práci naší školy, poskytnout nám cennou zpětnou vazbu co se daří, co ještě zlepšit. Nedílnou součástí naší školy je také školní jídelna. Ve školní kuchyni se zaměříme na kvalitní vstupy, budeme nadále sledovat podávání mléka, ovoce, zeleniny, cereálních výrobků, luštěnin a ryb. Zařazovat nové úpravy pokrmů do jídelníčku.

V provozu nás čekají významné změny – výměna oken, zateplení budovy a následně fasáda. Doplnění tříd nábytkem, koberci.

Plánujeme drobné také úpravy před vstupem do budovy.



Věříme, že se nám vše ve spolupráci s rodinami našich dětí podaří.

Kontakt na naši MŠ:

516 477 384 - kuchyně, spojovatelka

733 193 399 - kuchyně

737 002 317

2.msopatovice@tiscali.cz

www:2msvelkeopatovice.cz



Prázdniny v základních školách se vždy dotýkají také našeho provozu. Často se setkáváme s tím, že děti z MŠ zůstávají doma se sourozencem ze ZŠ, který má prázdniny. Proto vždy zjistíme potřeby docházky a podle ní aktuálně upravíme rozsah provozu naší školy.

Prázdniny ve školním roce:

Podzimní

po státním svátku – 28.10.2013

úterý a středa 29.10. - 30.10.2013

Vánoční

23.12. - 3.1.2014

Pololetní

31.1.2013

Jarní :17.2. - 21.2.2014

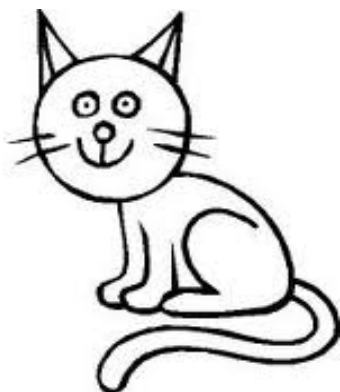
Velikonoční

17.4. .18.4.2014

Letní

28.6. - 31.8.2014

Plánovaný provoz 2.MŠ srpen 2014.



Náš malý kalendář...

Říjen 2013:

2.10. a 16.10. Plavání

3.10. Kartografické centrum
Včela – naše pomocnice

7. 10. Návštěva výstavy

Podzim v zahradě

11. 10. Šikulka 14.45 u Jablíček

Logopedie – dle ind. termínů

11. 10. Foto Prestige od 8, 30 h.

15.10. Míček Flíček – divadlo MŠ

17.10. Vybíráme úplatu – školné za říjen

18. 10. První preventivní prohlídka (zajišťuje
MuDr.Sládek nad rámec běžných preventivních prohlídek,
účast je dobrovolná, rodiče popřípadě obdrží doporučení
k návštěvě zubního lékaře)

23. 10. Zpívánky – hudební program ZUŠ
Setkání s flétnami

28.10. Státní svátek – MŠ uzavřena

27. 10. Konec letního času – neděle

29. a 30. 10. úterý, středa – Podzimní
prázdniny – naše MŠ bude dle potřeby

v provozu (tabulkou zjistíme počty přihlášených
děti pro zajištění provozu a stravování).



TĚŠÍME SE NA ...

- celoroční **plavání**
- podzimní výlet do Brna -

letos se nám podařilo zajistit plánovanou návštěvu **Lipky** – Jezírka - školského zařízení pro enviromentální (souvisí s přírodním prostředím) výchovu – vst.80,- Kč a dopravné 100,- Kč do Brna a zpět pro starší děti MŠ a 1.třída do počtu padesáti dětí. Plánujeme na 20.11.2013.

www.lipka.cz/EVP

- **nová okna, zateplení budovy**
- **na setkání s Policií ČR v naší MŠ**
- **na školní výlet - letos do Planetária.**

Malé ohlednutí za minulými školními výlety . . .

2006 Lysice a divadelní představení o princezně
2007 Dino Vyškov
2008 ZOO Olomouc
2009 Anthropos Brno
2010 Úsov
2011 Divadlo Bolka Polívky
2012 Sloupsko šošůvské jeskyně
2013 ZOO a dino Vyškov
2014 Planetárium Brno



ZÁJMOVÉ AKTIVITY V NAŠÍ MATEŘSKÉ ŠKOLE ...

Plavání – symbol „ryba“ na vývěškách – pro 5ti leté děti. **Využijme** bezplatné nabídky, počítáme také s plaváním pro **mladší a střední děti** – dle zájmu rodičů.

Skupiny – pro děti, které půjdou od září do 1. třídy ZŠ budou probíhat od ledna do dubna 2014.

Flétna – pro přihlášené děti, termíny budou na vývěsce flétny – spodní terasa.

Logo – Mgr. Dufková – depistáž, pokračování v práci p. uč ve třídách, p. řed. Langerová – individuální práce.

Malý šikula – Mgr. Petrželková – setkávání dětí s logicko – matematickým nadáním – termíny budou zveřejněny.



CO NÁS ZAJÍMÁ . . .

Zdravé nohy? Nic složitého, stačí kvalitní boty.

Drží nás celý život na nohou. Proto si chodidlo i prsty zaslouží speciální péči.

Jak správně vybírat a nosit boty ?

- ◆ **Zkoušejte** si novou obuv na **obou nohou a odpoledne**, kdy má noha větší objem než ráno
- ◆ **Nové boty** by se měly zprvu **nosit jen na krátké časové intervaly**
- ◆ Špička boty by měla být prostorná, aby měly prsty dostatek místa. Především palec by měl být v přirozené poloze. **Nevhodný je špičatý tvar.** Aby nedocházelo k deformaci prstů, měla by bota být zhruba o **1 cm větší.**
- ◆ **V místě ohybu** by měla být bota **co nejohybnější.** Pokud není, noha se přetěžuje, navíc mohou vznikat kostní výrůstky.

- ◆ **Výška podpatku** by u **pánské** obuvi neměla přesáhnout **25 mm**, podpatek **na dámské botě** pro celodenní nošení by neměl být vyšší než **30 až 40 mm.** U **děti** je maximální výška podpatku **5 mm.**
- ◆ Aby noha v botě dobře držela, musí mít bota **pevný a dostatečně dlouhý opatek**, který odpovídá anatomickému tvaru paty. **Pro děti je nejvhodnější kotníčková obuv.**
- ◆ Svršek obuvi by měl společně s opatkem správně držet nohu. **Spony, ozdoby a časté švy nejsou pro nohu příliš vhodné.**

- ◆ Nejvhodnější materiál je **useň nebo textil.** Pro časté nošení se nehodí syntetické materiály, které se noze tvarem nedokáží přizpůsobit, navíc nejsou prodyšné.
- ◆ Obuv by měla mít **kvalitní podešev**, který nohu chrání před tvrdými dopady.

- ◆ **Hmotnost obuvi by měla být co nejmenší.** Pokud bota váží 100g, noha za den zvedne zhruba jednu tunu.
- ◆ **V průběhu dne by se měly boty střídát.**

99 % dětí se narodí se zdravýma nohama !!!

Třetina prvňáků už má nohy zdeformované.

Až 75 % dospělých trpí deformitou nohou.

Čím se nohy deformují?

- špatná obuv, nepřiměřeně dlouhé stání a chůze, nadměrná tělesná hmotnost, nedostatek pohybu, častá chůze naboso po tvrdém povrchu.



Nejčastější deformace nohou

- vbočený palec
- plochá noha
- vysoká noha
- vbočená pata
- kostěné výrůstky
- další nemoci (plísně na nohou a nehtech).



Jak cvičit doma ?

Svaly na chodidlech můžete kdykoli sami preventivně posilovat, stačí jen pár minut. Existuje **několik jednoduchých cviků:**

Kapesník – zvedejte pomocí prstů na nohou ze země šáteček nebo kapesník.

Láhev – naplňte 1,5 l - plastovou láhev vlažnou vodou a ploskami nohou ji několik minut válejte.

Abeceda – napište nohou (od kotníku níž) do vzduchu všechna písmena z tiskací i psací abecedy.

Změna těžiště – stůjte na bosých nohách a přenášejte těžiště na špičky, paty ale nechejte na zemi. Několikrát opakujte.



... víte, že ...

... noha (od kotníků k prstům) se skládá z 26 kostí, 19 svalů a 115 úponů, prochází přes ni 1,5 kilometru nervů, žil a tepen. V chodidle je až 72 000 nervových zakončení.

Letošní SBÍRKY V MŠ...

„*V září světlušky září*“ ... podpořili jsme nevidomé :-))Děkujeme!

Fond Sidus -sbírka na lékařské přístroje

PITNÝ REŽIM v naší MŠ:



- předcházíme **nemocem**
- **více se daří pít v létě :-)**
- **využíváme** nabídky nápojů **pro děti po celý den pobytu v MŠ**
- cena je zahrnuta do platby stravného
- **letos budeme mít systematicky již 2 x týdně v nabídce pití odražené vody ...**

DALŠÍ PREVENTIVNÍ PROGRAMY:



- pokračujeme v **prevenci zubního kazu** – **2x ročně půjdeme na prohlídku zoubků**
- **čistíme si zuby po obědě**
- téma **zpracováváme s dětmi ve třídě** – kreslení, poslech příběhů...
- **základní péče je v rodině !– čistíme zoubky pravidelně ráno i večer !!!**
- **plochá noha** – systematické, pravidelné denní cvičení po obědě- **děti projdou rehabilitační plochy**
- **Dětství bez úrazů** – pořady pro děti, info pro rodiče.

Adaptace na MŠ:



- přechod dítěte z rodinného prostředí je **náročný krok**
- **probíhá postupně**
- usnadníme ho dítěti i sobě
- v předadaptačním období návštěvou **Veselých střed v mateřské škole**
- **Co je to veselá středa ?**
- Pravidelné setkávání dětí, rodičů a pedagogů v prostředí naší MŠ.
- Děti i rodiče se seznámí s prostředím, pedagogy, s novými kamarády, postupně si přivykají na prostředí, nástup do MŠ pak není pro dítě a rodinu tak obtížný, vždyť jde dítě tam, kde to už známe.

Termíny letošních Veselých střed -

- každá druhá středa v měsíci – tedy 8.1., 12.2., 12.3., 9.4., 7.5.2014
- **Co vzít s sebou ? Přezůvky, dobrou náladu !**
- Začínáme v 15.00, třída bude vyznačena hned u hlavního vchodu.

Třídíme odpad:



Také my v MŠ třídíme odpad. Ve třídách máme oddělené koše.

Potíže i přes obrázek modrého kontejneru nám dělá, který koš je na co... Letos zkusíme vyznačit koš (přes již vyznačené obrázkem modrého kontejneru) malovaným **obrázkem stromu**. **Strom** – symbol lesa, dřeva a papíru, který ušetříme.

Drobný elektro odpad můžeme odkládat všichni do určeného kontejneru před schodištěm do horního podlaží.

Starejme se o životní prostředí, je pro naše děti a také pro nás !

Odposlechnuto:

u Borůvek:

Nechci si zlomit culík...

Už nemám kostkáče v polévce... (chleba)

u Jablíček:

"Paní učitelko, mě včera píchla včelka Mája."

Slavíme narozeniny:



Narozeniny v MŠ jsou pro nás všechny svátečním dnem.

Oslavenec má blahopřání v šatně na vývěsce, by i my malí **dokážeme** podat ruku a **vyslovit** svoje přání:

At' jsi zdravý!

At' máš hodné kamarády!

At' Tě mají všichni rádi!

Při gratulaci jsou děti oslavencem obdarovány žvýkačkou, nebo se připraví ovocná hostina.

Podle přání dětem dáme hobla, počítáme roky, zazpíváme písničku.

Děti dostávají z MŠ malý dáreček – vždy se snažíme o milou drobnost – sponky, autíčko, panáčka, letos ještě reflexní značky, které pomohou děti **lépe vidět v provozu**.

Co se změnilo v ročním plánu ?

Ponecháváme oblíbené Bublínkové dny, Plyšákový den, Barevné dny, koníka, Vánočníčky..

Vynecháváme : Mikuláše v MŠ – kompetence rodičů, Vítání jara – stavební úpravy v MŠ, Skákací hrad – častá nabídka.

Nově zařazujeme:

Den prarodičů, Den na ruby, Den s Policií ČR.

HRAJEME SI SE SKŘÍTKEM BLUDIŠŤÁKEM...

