

Námskrá 3 ára nemenda

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, námspáttum og daglegu lífi og leik nemandans. Dagleg umönnun felst í því að annast hvern nemanda líkamlega og andlega af hlýju, gleði, áhuga og ábyrgðarkennd.

Við vinnum eftir uppbyggingarstefnunni í leikskólanum. Stefnan gengur út á að byggja upp sterka sjálfsmynd barna og er leið til að ýta undir jákvæð samskipti.

Námskrár eru gefnar út 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 og tölustöfum/númeri. Nemendur eru hvattir til að ganga frá fötum 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. Það er hlutverk foreldra að fylgjast með hvort föt vanti í fatakassann.

Markmið:

- Að auka færni nemanda til að klæða sig sjálfur
- Að þjálfra gróf- og fínhreyfingar
- Að auka orðaforða, til dæmis með heitum á fatnaði, árstíðum, veðurfari og fleiru

Leiðir:

- Aðstoða nemanda við að klæða sig sjálfur, myndaspjöld eru í fataklefa sem sýna hvaða föt á að fara í hverju sinni
- Nemanda er gefinn tími og rými til 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
- Að nemandi upplifi útiveru á jákvæðan hátt

Leiðir:

- Dagleg útiveru
- Frjálsir og skipulagðir leikir
- Farið í vettvangsferðir
- Íþróttavikur á vorin



Hreinlætisvenjur

Hreinlæti er mikilvægur þáttur í daglegu lífi barna. Áhersla er lögð á að gæta hreinlætis í hvívetna, ekki síst með tilliti til smithættu.

Markmið:

- Að nemandi læri almennar hreinlætisvenjur
- Að nemandi eflist í sjálfshjálp
- 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 öryggi 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 mettaðri fitu, sykri og salti í fæðunni. Matartímar og borðhald hafa 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. Nemandi tekur nafn sitt af spjaldi og setur í körfu þegar hann sest til borðs. 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 skammta sér hæfilega á diskinn
- Að nemandi læri að borða allan algengan mat
- 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 nota hníf og gaffal
- Kennarar kenna borðsiði og eru fyrirmyndir

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:

- Þeir nemendur sem sofa hafa sinn kotta og teppi og hvílist á dýnu með kennara sinn nálægt
- Hlusta á þægilega tónlist í hvíldinni
- Lestur bóka
- Hlustað á sögur af geisladiskum og kennarar segja sögur

Frjáls leikur



Leikurinn er hornsteinn leikskólastarfsins, bæði sem kennsluáferð 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, ípad, byggingakrók, spilakrók, bílakrók og frjálstan krók. 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, tveir, fjórir, fimm eða sex. Þegar nemendur velja sér krók setja þér myndina sína eða nafn á numicon formið sem segir til um leyfilegan fjölda.

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 fjölbreytilegt leikumhverfi sem hvetur nemendur til að rannsaka, finna lausnir og skapa
- Gefinn nægur og samfelldur tími fyrir leik
- Kennarar styðja við og efla jákvæð samskipti í leik
- 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 á hverjum degi fyrir nemendur þar sem heilsustefna leikskólans byggir á því að nemendur fái ákveðinn skammt úr þeim fæðuflokki á hverjum degi.

Markmið:

- 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

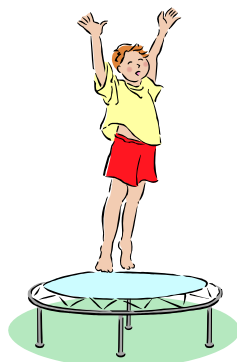
Leiðir:

- Ræða saman, syngja, lesa sögur og fara í leiki
- Rætt um venjur, siði 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, tónlist 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. Með hreyfipjálfun eflist alhliða þroski nemenda og þeir öðlast betri líkamsvitund. Þriggja ára nemendur fara í hreyfistund tvisvar í viku þar sem íþróttافرæðingur sér um eflingu þroskaþátta sem viðkoma hreyfiproska hvers og eins. Í upphafi hvers skólaárs er sett fram skipulag fyrir hreyfingu, því er svo skipt í vikur og hver vika hefur svo sitt ákveðna þema. Hver hreyfistund samanstendur af fjölbreyttum æfingum eins og hoppi, kasti, klifri, jafnvægi og hreyfingum sem æfa samhæfni. Einnig er mikið lagt upp úr því að nemendur fái að leika sér og hreyfa sig á útileiksvæði leikskólans.

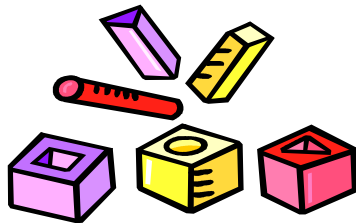
Markmið:

- Að efla hreyfiproska
- Að stuðla að líkamlegri og andlegri vellíðan og gleði

- Að efla snerpu og þol, samhæfingu og jafnvægi
- Að nemendur læri að þekkja og skynja líkama sinn
- Æfa sig að fara eftir leikreglum og fyrirmælum

Leiðir:

- Boðið er upp á skipulagðar hreyfistundir tvisvar í viku yfir vetrartímann
- Boðið upp á sal á hverjum degi þar sem nemendur geta verið í frjálsum leik
- Endurtekning á æfingum
- Útivera á hverjum degi



Vinnustundir

Á Heiðarseli eru vinnustundir tvisvar í viku yfir vetrartímann, nemendum er skipt upp í hópa eftir aldri. Verkefni eru miðuð við hvern aldursþóp og gerð er áætlun fyrir hvern mánuð út frá námssviðum Aðalnámskrár 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 þjálfari 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 þjálfarar fínhyfingar
- Efla tjáningu og skynjun

Leiðir:

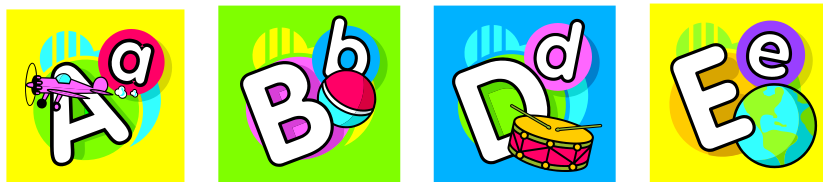
- Vinna með blýanta, liti, málningu, myndvarpa, skæri, leir og lím
- Gerðar eru tilraunir með ólíkan efnivið
- Unnið með óhefðbundinn efnivið eins og sand, mold, steina og fleira úr náttúrunni



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. Nemendur hafa aðgang að ýmsu kennsluefni eins og bókstöfum úr tré sem þeir geta leikið með, handfjatlað og rannsakað. Unnið er mikið með efnið Lubbi finnur málbeinið.

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 þjálfra 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
- Skoða bækur
- Kennarar lesa og segja sögur
- Söngvar og vísur sungnar
- Nafn nemanda lagt inn í gegnum leik
- Bækur á deildum og bókasafn leikskólans er aðgengilegt fyrir nemendur
- Bókstafir úr tré
- Nemendur og foreldrar geta fengið lánaðar bækur heim úr bókakofforti Bókasafns Reykjanesbæjar

Stærðfræði

Áhersla er lögð á að vinna með stærðfræði í öllu daglegu starfi leikskólans, við matarborðið, í fataklefa, á heimakrók, í skipulögðu starfi sem og í frjálsum leik. Kennsluafni sem notað er í stærðfræði er einingakubbar, kaplakubba, tölustafi úr tré sem börnin geta leikið með og rannsakað sem og numicon

stærðfræðiefnið. Unnið verður áfram með grunnhugtök í stærðfræði og bætt ofan á þá þekkingu eftir því sem við á.

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. Unnið er með einföld hljóðfæri eins og bjöllur og hristur. Einnig er unnið með tónverk eins og Pétur og úlfurinn og Karnival dýranna.



Vettvangsferðir

Farið verður í göngu- og strætóferðir í nágrenni leikskólans allt eftir getu og áhuga nemenda. Það er hluti af því að auka víðsýni nemenda og koma þeim í tengsl við umhverfi sitt og menningu. Í vettvangsferðum læra nemendur að þekkja árstíðirnar og þær breytingar sem þeim fylgja. Reynt verður að kenna nemendum að varast hættur í umhverfinu.

Söngstund/Heiðargleði

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

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 fara með sínum aldurshópi í söngstund, lögð er áhersla á söngtexta og hreyfi-söngva sem hæfa þeirra aldri
- Nemendur eru æfðir í að koma fram fyrir nemenda-hópinn með söng og fleiru.

**Vinsamlegast munið að merkja föt
og skó vel og athuga daglega
hvort eitthvað
vanti í fatakassann.
Ganga þarf vel frá hólfi barnsins
á hverjum degi.
Tæma þarf hólfín á föstudögum.**