

BESZÁMOLÓ
2025. május
A testmozgás és az egészséges életmód gyakorlása

Május a vidám események hónapja volt. Sok örömteli percet töltöttünk együtt az iskolai és osztályprogramokon. Szinte mindegyikhez kapcsolódott játékos mozgás, zene, tánc. Ebben a hónapban a Boldogságóráinkat ezeken a napokon tartottuk meg, tevékenységünket ezekhez a programokhoz kötöttük.

A zeneiskolába kaptunk meghívást, ahol a zene adta felszabadultságot élvezhettük. Hangszerekkel ismerkedtünk, melyeket egy-egy zenerészlet erejéig a zeneiskolás pedagógusok és tanítványaik szólaltattak meg.

Meghatározó élményt nyújtott a HSMK-ban az Alma együttes koncertje. A fergeteges hangulatot az együttes mókás előadása, a ritmus, a zenéhez kapcsolódó mozgás, a vidám dallamok, a vicces dalszövegek biztosították.

Egész napra szóló örömet biztosítottak az iskolai gyermeknap programjai is. Már reggel kezdetét vette a jó hangulat, a napot közös énekléssel, táncolva nyitottuk meg. Később csapatépítő, játékos ügyességi feladatok, kézműves foglalkozások, táncbemutató szórakoztatta a gyerekeket. Ez alkalomból Éva nénivel egy csodaszép, az osztályunk összetartozását kifejező csapat-plakátot is készítettek a gyerekek.

A Tánc Világnapja alkalmából rendezett Tánckarneválra is kilátogattunk az Erzsébet térre. Csatlakoztunk a Boldogságórás program „Kihívás napjához”, teljesítettük a feladatot, mikor a téren énekelve táncolt együtt az osztályunk.

A hónap nevezetes napjai közül a Madarak fák napját ünnepeltük meg oly módon, hogy az olvasókönyvünk madarokról, fákról, erdő életéről szóló olvasmányai közül szemelgettünk.

A sok program mellett a hónapban csak egy Boldogságórára volt időnk, amikor a témához kapcsolódóan a testmozgás fontosságáról, az egészségünk védelméről esett szó. Kiemeltük az érzékszervek védelmét is, ehhez kapcsolódó játékokat játszottunk. Ez alkalommal sem maradt el a mozgás, összekapcsolva a zenével. „Ha táncolsz, élsz...ha élsz, táncolsz.”