



Hreyfing og heilsa

Hreyfing

Skipulagðar hreyfistundir vikulega.
Hreyfing í hópastarfi og valstundum
Dagleg útivist fyrir alla 1 -2 x á dag. Dans
Íþróttadagar í júní, heilsuskokk í september og maí
Sundnámskeið í júní. Sunddagar október og mars.

Heilsueflandi leikskóli á vegum Landlæknisembættis. Áherslupættir eru: hreyfing, mataræði, geðrækt, tannheilsa, öryggi, fjölskylda, nærsamfélag, starfsfólk

Leikur að læra – kennsluaðferð þar sem hreyfing, hreyfimáttar og viðfangsefni eru tengd saman, læra og hreyfa sig 😊

YAP – young athlete program. Snemmtæk íhlutun í hreyfiþroska þar sem það þarf. Æfingar eru stigskiptar og fylgja ákveðnum verkefnum

Útinám / útikennsla . Hreyfing, upplifun og nám þar sem umhverfið og náttúran eru efniviður kennslunnar. Skiplagðar ferðir á Holti og Vík mars- október og að vori og sumri með yngstu börnunum.

Gæði í samskiptum

Uppeldi til ábyrgðar – áhersla lögð á að þekkja þarfir barna og mæta þeim eins og kostur er um leið og þeim er kennt að finna leiðir til lausna í aðstæðum og taka ábyrgð á eigin hegðun og framkomu.
Uppeldi til ábyrgðar snýst um jákvætt viðhorf, umburðarlyndi, ábyrgð og þrautseigju.

Vinátta – forvarnarverkefni Barnaheilla

Unnið með vináttu, hugrekki, virðingu, hjálpssemi umhyggju í barnahópnum, hvernig er góður vinur og hugrakkur félagi.
Hvað viljum við ? Hvað viljum við ekki ?
Æfa sig í að setja sig í spor annarra.
Kennslugögn : Blær bangsi sem hvert barn fær að gjöf, taska með spjöldum, bækur, sögur, söngvar, slökun.

Hugarfrelsi – kennsluefni og aðferðir til að auka vellíðan barna og fullorðinna. Fjórir meginþættir Hugarfrelsis eru :
öndun, slökun hugleiðsla og sjálfstyrking
Öllum er nauðsynlegt að ná slökun í önnum dagsins og hvíla hugann og gera þarf ráð fyrir því í daglegu starfi.

Aðrir námsþættir fléttast inn í daglegt starf ; læsi og málörvun, stærðfræði, sköpun, menning, rannsóknir og vísindi, frjáls leikur, athafnir daglegs lífs