

Borðhald

Matartíminn á að vera notalegur tíma þar sem öllum líður vel. Matartímar og borðhald hafa mikið uppeldislegt gildi þar gefast gjarnan tækifæri til skemmilegra og fræðandi umræðna. Kennarar matast með börnunum inni á deildum og þar lærum við borðsiði t.d. að segja: já takk og nei takk og takk fyrir matinn. Morgunmat er milli 8:30 til 9:00 og hádegismatur er kl 11:15 til 11:45 á yngri deildum en kl 12 á eldri deildum. Lögð er áhersla á:

- að börnin læri almenna borðsiði
- að börnin fái að hjálpa sér sjálf eftir aldri, getu og þroska
- að börnin séu hvött til að smakka allan mat
- að börnin aðstoði við undirbúning og frágang eftir máltíðir

Hreinlæti og frágangur

Einn liður í uppeldi og menntun barnsins er að það læri að ganga vel um fatnað, leikföng og efnivið. Nauðsynlegt er að frágangur og snyrtimennska sé eðlilegur þáttur í daglegu lífi hvers barns.

Lögð er áhersla á:

- að börnin gangi frá leikföngum og efniviði eftir notkun
- að börnin gangi frá fatnaði eftir því sem þau hafa getu til
- að börnin fái aðstoð ef þau þurfa
- að börnin fari sjálf á salernið eftir því sem þau hafa getu til
- að börnin þvoi sér eftir salernisferðir og útivist og einnig fyrir og eftir máltíðir

Hreyfing

Hreyfing er mikilvæg fyrir alhliða þroska barnsins. Hreyfing er börnum eðlislæg og stuðlar að líkamlegri og andlegri vellíðan, gleði, snerpu og þoli. Barn fær mörg tækifæri í leikskólanum til að fá hreyfiþörf sinni fullnægt. Útivera býður upp á góða hreyfingu og er mikilvægur þáttur í leikskólauppeldi. Útivera er börnum holl, styrkir og eflir mótstöðuafli og matarlyst. Í útiveru fá börnin tækifæri til að hreyfa sig frjálst og óhindrað til að fá þá útrás sem þau þurfa. Börnin fara í ferðir með kennurum sínum út í náttúruna eða heimsóknir á hinar ýmsu stofnanir. Börnin nota endurskinsvesti í ferðunum sem eykur öryggi þeirra í umferðinni og tilfinningar.

Lögð er áhersla á:

- að stuðla að andlegri og líkamlegri vellíðan
- að örva hreyfingarska
- að njóta útivistar

Svefn og hvíld

Hvíld er öllum börnum nauðsynleg. Þau börn sofa sem þurfa en önnur eiga rólega stund. Nauðsynlegt er hverju barni sem dvelur á leikskólanum megnið af vökutíma sínum að hvílast á hverjum degi. Lögð er áhersla á að skapa rólegt og þægilegt andrúmsloft í hvíldinni.

Lögð er áhersla á;

- að auka vellíðan barnanna
- að börnin liggi á dýnu eða sitji saman í rólegri stund
- að spila rólega tónlist eða lesa bók