

GLUGGAD Í HEILSUBÓKINA

Poppkorn en engar kökur

Skólatröð í Kópavogi er fyrsti heilsuleikskólinn á Íslandi, en hann leggur sérstaka áherslu á næringu, hreyfingu, félagslega færni og listsköpun í starfi sínu. **Hildur Einarsdóttir** fékk að kynna nýjum vinnubrögðum sem leikskólinn hefur tekið upp sem felast í því að færni barnsins á þessum sviðum er skráð í sérstaka heilsubók svo hægt sé að fylgjast betur með þroska þess.

HANN Ágúst Orrason, 5 ára, er mættur í heilsuleikskólann sinn, Skólatröð í Kópavogi. Þótt kominn sé morgunn og klukkan orðin 8.15 er ennþá niðamyrkur úti.

„Ætlaðu ekki að kyssa pabba bless,“ segir pabbinn sem hafði komið með hann í leikskólann.

„Þú átt að koma inn,“ segir Ágúst ákveðinn eins og hann sé að kenna pabba sínum hvernig hann eigi að haga sér þegar hann fer með hann í leikskólann. Pabbinn hlýðir og sest um stund hjá Ágústi meðan hann klæðir sig úr útigallanum. Þegar því er lokið kveðjast feðgarnir og Ágúst skokkar inn í leikjasalinn á Skólatröð og pabbinn hverfur út um hurðina á vit vinnunnar.

Skólatröð er um margt sérstæður leikskóli. Þetta er fyrsti og eini leikskólinn hér á landi sem kallast heilsuleikskóli. Þegar hann var settur á laggirnar fyrir þrem árum vildi leikskólástjórnin, Unnur Stefánsdóttir, leggja sérstaka áherslu á næringu og hreyfingu við uppbyggingu leikskólans. Unnur þekkir vel til á þessum sviðum, en hún var í landsliði Íslands í frjálsum íþróttum á árunum 1981-88. Nú er hún Evrópumeistari kvenna í 800 metra hlaupi í aldursflokknum 40-45 ára. Unnur vann einnig að því þegar hún var í heilbrigðisráðuneytinu að móta neyslu- og manneldisstefnu þjóðarinnar.

Unnur segir að þegar Skólatröð hafði starfað í hálf ár hafi skólanum boðist að taka þátt í verkefni á vegum Heilsuefingar, sem heilbrigðisráðuneytið stendur að. Verkefnið fól í sér að einn skóli á hverju skólastigi yrði heilsuleikskóli þar sem unnið yrði að því að bæta heilsu nemendanna. Var hverjum skóla úthlutað 200 þúsund krónum til að vinna að þessu markmiði. „Þegar við urðum við þeirri beiðni að starfa sem heilsuleikskóli ákváðum við að halda áfram á þeirri braut sem við vorum þegar byrjaðar á,“ segir Unnur. „Til viðbótar ákváðum við að útbúa svokallaða heilsubók þar sem við myndum skrá niður færni barnsins á þeim sviðum sem við leggjum mesta áherslu á, þ.e. næringu, hreyfingu, listsköpun og félagslega færni. Þannig getum við fylgst betur með þroska barnsins.“

Unnur segir að í heilsubókinni sé að finna skilgreiningar á því hvernig túlka á ákveðna hegðun. Segir hún að það hafi tekið starfsfólk Skólatröðar nokkurn tíma og vangaveltur að þróa þessar skilgreiningar. Skráningin á færni barnsins fari fram á haustin og vorin og í kjölfar hennar séu veitt foreldravíðtöl þar sem foreldrum er gerð grein fyrir niðurstöðum. „Nú er komin tveggja ára reynsla á þessi vinnubrögð og hafa þau reynst mjög vel,“ segir Unnur. „Þau hafa skilað markvissari vinnu. Við höfum kynnt einstökum börnum betur og fengið góða yfirsýn yfir hópinn, en hver leikskólakenn-

ari hefur ákveðinn hóp barna í sinni umsjá. Með þessum vinnubrögðum höfum við getað gripið fljótar inn í ef við sjáum frávik frá eðlilegum þroska.“

Mikill áhugi á heilsubókinni

Það kemur fram í máli Unnar að aðrir leikskólar hafa sýnt heilsubókinni áhuga svo ákveðið var að gefa hana út ásamt disklingi, en á honum eru allar upplýsingar varðandi bókina, sem hægt er að fjölfalda. Nú þegar hafa 20 leikskólar víðs vegar um landið keypt heilsubókina. Einnig er ætluð að allir leikskólar í Kópavogi kaupi bókina. „Foreldrar hafa verið ánægðir með heilsubókina. Ef börnin hafa til dæmis skipt um leikskóla geta foreldrar sýnt bókina og þannig gert þeim sem taka við þeim auðveldara fyrir. Einnig geta þau sýnt heilsubókina þegar barnið byrjar í 1. bekk í grunnskóla.“

Markmið heilsuleikskólans endurspeglar í öllu starfi hans, enda er það svo að þegar Ágúst, sem við ætlum að fylgja eftir í einn dag, kemur í leikskólann á morgnana er eitt það fyrsta sem hann gerir að taka inn lýsi um leið og hann fær sér morgunmatinn. Unnur segir að það sé aldrei neitt vandamál að fá krakkana til að taka inn lýsi.

Þegar Ágúst og félagar hans hafa gengið frá eftir sig eftir morgunmatinn fara þeir ásamt Guðlaugu Sjöfn Jónsdóttur aðstoðarleikskólástjóra, eða Guggu eins og hún er kölluð, inn í leikherbergið. Þar setur Guggu fjörugt lag á geilsaspilarann, Skólarapp, og krakkarnir fara í leik þar sem þau skoppa í kringum nokkra stóla sem raðað hefur verið saman. Þegar Guggu stöðvar lagið eiga þau að hoppa upp á stólana því hann er bátur og gólfíð fyrir neðan vatn sem í er krökkt af krökóðilum.

„Flýttu þér upp í bátinn og passaðu þig á krökóðilunum,“ má heyra þau hrópa.

Fyrst eru stólarinn sex en í lokin eru bara tveir eftir. Þá verða þau að gera sig svakalega mjó til að komast öll fyrir en sumir rúlla út á gólf.

„Þetta er bara eins og á Titanic,“ heyrir einhver hrópa.

„Hjálpaðu mér,“ hrópar einn drengjanna. Ágúst tekur í vin sinn og dregur hann upp í bátinn. Markmiðið með þessum leik er að efla samstöðuna og gefa börnunum tækifæri til að láta ímyndunaraflíð ráða.

Tveir strákar horfa á hin leika sér. Það eru ekki allir sem kæra sig um að vera með í ærslaleikjum eða þeir eru að átta sig á leikreglunum.

Því næst fara krakkarnir í myndastyttuleik og loks í flækjufót, þar sem öllum fótunum er flækt saman og Guggu á að finna með lokuð augun hver á hvern fót. Það er auðvelt að þekkja fæturna hans Ágústs, því hann er sá eini sem vill vera berfættur.



8:30 Dagurinn byrjar hjá Ágústi með lýsi sem Unnur gefur honum. Morgunblaðið/Haldór



9:20 Myndastyttuleikurinn er skemmtilegur, en leikurinn er kjarninn í uppeldisstarfinu.



11:15 Það er gaman að hlusta á sögu í samverustund.



12:00 Hún er góð, grænmetissúpan.



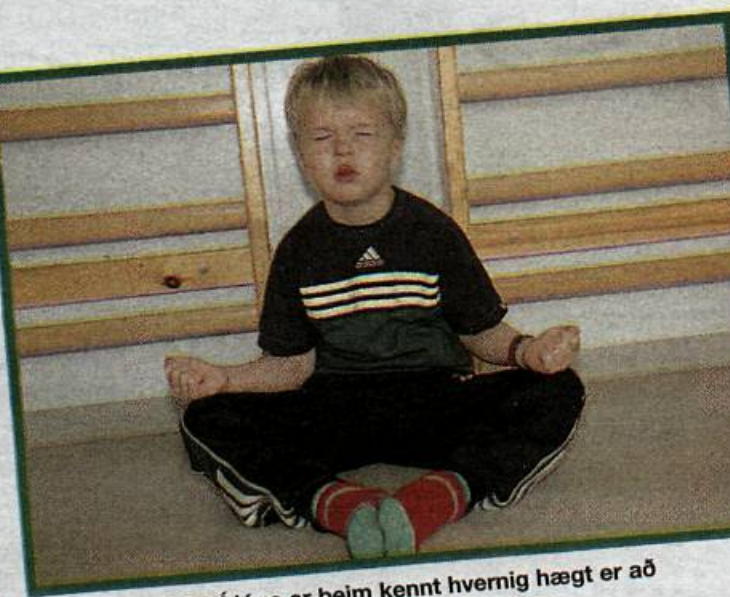
1:00 Púlsinn mældur: Polið hjá mér er sko gott!



2:35 Jafnvægið þjáfað í íþróttatíma.



3:17 Þá er að reyna á listsköpunina.



4.23 Í jóga er þeim kennt hvernig hægt er að teygja og styrkja líkamann.

Því næst tekur Guggu fram nokkrar fjalir og býr til brýr úr þeim. Þau æfa jafnvægið með því að ganga eftir fjölonum. Nokkrar stelpur sem eru í fimleikum sýna færni sína í sláarrólu sem hangir niður úr loftinu.

„Í leiknum þjálfu þau félagslegan þroska,“ segir Unnur. „Þegar félagsleg færni er metin samkvæmt heilsubókinni eru teknir inn í þættir eins og leikferlið, það er hvernig leikurinn þróast hjá þeim. Eðlileg þróun í leik byrjar oftast á því að barnið leikur fyrst eitt, síðan leika þau sér við hliðina á öðrum. Einnig er athugið hegðun þeirra í ímyndunarleik og félagslegum leik, þar sem þau eru að prófa sig í hlutverkum annarra eins og að vera mamma, pabbi eða kannski hundurinn á heimilinu!“

Þegar félagsleg færni er metin eru einnig teknir inn í ýmsir samskiptaþættir eins og hvort barnið sýni frumkvæði, hjálpssemi eða gláðværð