

STAY HOME!

JÁTÉKOS FOGLALKOZTATÓ FELADATOK 12 – 24 HÓ, MOZGÁSFEJLESZTÉS

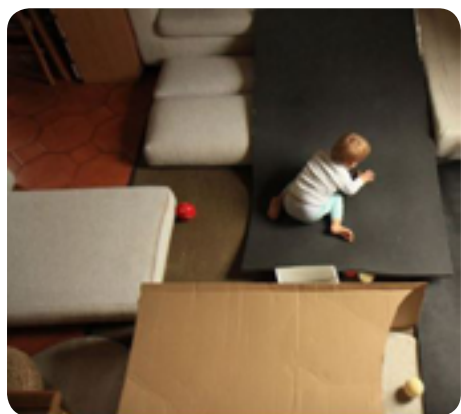


Kedves Szülők!

Folytatjuk kis sorozatunkat. Mai „csomagunkban” nagy- és finommozgásos feladatokat találtok, célunk, hogy változatosabbak, vidámabbak legyenek az otthon töltött napok. Itt a jó idő, kint is lehet játszani.

A gyermek elmúlt egyéves, mindenre felmászik, jár, fut, kétéves kor körül szalad, ugrik, ugrál. Járása egyre stabilabb, koordináltabb. Jó, ha le tudjuk foglalni, de hosszú feladatok ebben az életkorban természetesen még nem érdeklik, ha ezt figyelembe vesszük, közös játékidőnk rugalmas, változatos, mókás lehet. Érdekes inkább több, különféle rövid mozgásos játékot kipróbálni, hogy fejlődjön a gyermek egyensúlya, koordinációja, állóképessége és koncentrációja.

Legyen felfedező! Másszon végig egy párnából, matracból, összecsavart törölközőkből, plédéből épített akadálypályán. Legyünk vele és ha kell, segítsük, miközben végigmegy rajta. A pálya egyes részein legyenek kisebb játéktárgyak (2-3), amiket hátizsákjába kell pakolni. Ilyenkor lecsücsül, kinyitja a kis zsákot, bepakol. Mindez mozgástervezés, szem-kéz koordináció, figyelem.



Ő a vonat az alagútban. Másszon át kinyitható alagúton és mondjon közben vonat hangot: s-s-s... Ha nincs otthon kész alagút, akkor építsünk össze nagy dobozokból vagy székre tett kerti párnákból, legyünk mi magunk alagút, esetleg másszon óvatosan székek alatt. Lehet játszani gurulást földre tett matracon.

Tanítsuk továbbra is labdázni. Gurítani, rúgni, dobni, örüljünk sikerének, tapsoljuk meg, tapsoljon ő is. Gurítson labdát egyvalakinek vagy egy célra, aztán később egymás mellett anyának, apának, tesónak. Dobjon labdát a kertben, egyre ügyesebben fog figyelni arra, hogy milyen irányba kell céloznia. Először alulról indítva két kézzel, később már lehet fentről is egy kézzel.

Lakásban lakóknak talán célszerűbb ennek a csendesebb verzióját kipróbálni, babzsák vagy zoknigombóc dobást ruháskosárba vagy ágyra/kanapéra.



Át kell kelni a „folyón”, nem szabad a „vízbe” lépni! Vágjunk ki (nagy lapostányér méretű) korongokat különböző színű papírokból és tegyük szőnyegre, hogy ne csúszkáljon. Kint az udvaron aszfaltkrétával lehet rajzolni. Azok a szigetek, oda szabad csak lépni. Vagy tegyük le hosszában összehajtott plédeket, az a kis híd, csak ott szabad átmenni. Először a kezét fogva és mindkét láb lépjen rá ugyanoda, aztán kétéves kor körül már mehet váltott lábbal: egyik láb-egyik korong, másik láb-másik korong. Ha nincs színes papír vagy nem szeretnétek erre elhasználni azt, akkor le lehet tenni (szintén a szőnyegre) régi kis pólókat vagy kis törölközőket is. Kint is játszható nagy köveken, fa korongokon...

Mókás a „pingvin” játék. Fogjuk meg a gyermek mindkét kezét, álljon rá lábainkra és totyogjunk így előre. Menjenek a pingvinek este a fürdőszobába, vagy alvás előtt a szobába stb.



Mutassunk be egyszerű mozgássorokat (2, 3 mozdulat), először beszéddel kísérve, pl. „Fogd meg a füleid, aztán tapsolj egyet.” „Legyünk óriások, aztán törpék.” „Legyünk madárkák, repüljünk, majd csipegezzünk (kézzel)!” később tükör játékban, csak bemutatjuk.

Hintázzon, ha van rá lehetőség. Ha nincs kert vagy nincs hinta, lehet plédbe fektetve hitáztatni. Nagyon hasznos az egyensúlyi rendszer fejlődésének, az idegrendszer érésének. **Hinta, palinta..., Zsipp-zsupp...**

A korábbi feladatokban lévő nagymozgásos verseket:

Így ketyeg az óra..., Zöldségek és gyümölcsök... és **„höcögtető”** mondókákat **Liccs-loccs..., Lassan jár a csigabiga...**, is újra mondhatjuk.

Bújjunk össze, mondjunk el a masszírozós, simítós verseket és a testrészeket megmutató mondókákat:

„Círóka-maróka, (megsimogatjuk az arcocskáját)
mit főztél? (picit megcsiklandozzuk a hasát)
Kását.

Hová tetted? (megérintjük az orrát)
A padkára. Megette a kiscicája.” (megsimogatjuk a hasát)

„Ez elment vadászni, (ujjait végig mutatjuk, simítjuk)
ez meglőtte,
ez hazavitte,
ez megsütötte,
az az iciri-piciri mind megette!
Kerekecske gombocsa, (tenyerében kört rajzolunk)
itt szalad a nyulacska!” (kicsit megcsikizzuk)

„Hüvelykujjam almafa, (ujjait megfogjuk, végigsimítjuk)
Mutatóujjam megrázta,
Középső ujjam felszedte,
Hüvelykujjam hazavitte,
A kisujjam mind megette,
Megfájdult a hasa tőle.”

Beszélgessünk sokat, ismételjük meg kis szókezdeményeit, szavait, dicsérjük meg, hogy milyen ügyesen mondja. 1,5-2 éves kor körül egészítsük ki egy-egy szóval (igével, színnel, nagyságot jelölve, érzelmet jelölve), így bővítve szókincsét. Pl. ha a gyermek azt mondja: „Csiga”. Mi mondjuk: „Igen, barna csiga./Igen, lassú csiga.” „Baba”. „Igen, vidám baba.”

Nézegetssünk képeskönyvet, ültessük öünkbe, kint a kertben pedig guggoljunk le hozzá, így mutatva neki (tekintetkontaktust kialakítva), amiről beszélni szeretnénk. Beszélgetés vagy képnézegetés közben már tudatosan mondhatunk hosszabb (5-6 szavas) mondatokat is pl. „Ott mászik egy zöld bogár a faágon.”

Finommotorika:

A totyogók szívesen tevékenykednek körülöttünk, örömmel pakolnak, rendezkednek, építenek...

- Építsen Duplóból tornyot, 3-4 darabból egyszerű mintákat. Gyűjtse kupacba szín szerint, majd építsen csak kékekből/pirosakból... Itt már fel lehet hívni a figyelmét, hogy az egyik torony nagyobb, a másik kisebb, ha a földre fektetjük: hosszabb/rövidebb (nem kell még neki használni a szót).



2 éves kor körül tegyünk egy dobozba vagy tálba sok Duplót/zoknit/autót/fakockát/almaszeletet..., egy másik dobozba csak néhányat és hívjuk fel a figyelmét: sok-kevés, kicsi-nagy...

- Toljon kisautót az udvaron krétával felrajzolt úton vagy az előszobában színes ragasztószalaggal készített sávok között.



- Ha már nem kell attól tartani, hogy a szájába veszi, gyűjtsön műanyag tálkába papírgalacsint, corn flakest, az udvaron kavicsot, kis autót. Válogassa szét az alma és keksz darabokat külön tányérba, egyen almát, répát, kekszet egyedül csipegetve.



- Az udvaron gyűjtsön kavicsot, falevelet, rakjon ki kavicsort vagy válogassa dobozokba azokat, később vagy a nagytesóval lehet belőle alkotni.

- Ha motivált vonjuk be a mindennapokba. Vegye le egyedül a zokniját, segítsen nekünk párosítani és elpakolni kisebb dolgokat: zoknit, műanyag kanalat, homokozójátékot...



- Gyurmázzon, tépjen újságpapírt. Két éves kor körül dobozra/dobozban vagy nagy csomagolópapírra firkáljon zsírkrétával, az udvaron aszfaltkrétával.

- A klasszikus formabehelyező vagy nagy puzzle játékokat is elővehetjük.
- Szabadban, melegben csavarjon ki vizes szivacsot és jöhetnek a homokozós, pancsolós játékok és a buborékfújás is. **„Bubi, bubi, buborék...”**
- Érdekes az ismerkedés különböző méretű (rizs, tészta, homok...) és textúrájú (mosogatószivacs, gyurma, fa, fűszál, műanyag, kavics...) anyagokkal.