

BEKKER ZOLTÁNNÉ – KOCSIS CSILLA –
KONGYIKNÉ KIS KLÁRA – ZAVECZNÉ KOMÁROMI KATALIN

KIEGÉSZÍTŐ SEGÉDLET A KOMPLEX FEJLESZTÉSI TERVEKHEZ

A VILÁG BEFOGADÁSÁNAK
ELÉRHETŐSÉGE

5.

A kiadvány a Nemzeti Fejlesztési Terv Humánerőforrás-fejlesztési Operatív Program 3.1.1 központi program (Pedagógusok és oktatási szakértők felkészítése a kompetencia alapú képzés és oktatás feladataira) keretében készült.

Szakmai vezető
Kovács Erika

Szakmai bizottság
Gillicze Zoltán
Hámori Mária
Labáth Ferencné

Szakmai lektorok
Dr. Bakonyi Anna
Villányi Györgyné

Nyelvi lektor
Tapasztóné Farkas Krisztina

© Szerző: Bekker Zoltánné – Kocsis Csilla – Kongyikné Kis Klára –
Zaveczné Komáromi Katalin
Educatio Társadalmi Szolgáltató Nonprofit Kft.

Felelős szerkesztő
Pattantyus Miklós

Kiadja az Educatio Társadalmi Szolgáltató Nonprofit Kft.
1134 Budapest, Váci út 37.
A kiadásért felel: Visnyei Csaba ügyvezető

TARTALOMJEGYZÉK

| | |
|---|-----|
| 1. Bevezető | 5 |
| 1.1 Dramatikus elemeket tartalmazó játékok | 5 |
| 1.2 Mozgásos játékok..... | 6 |
| 1.3 Példatár a képességfejlesztési területekhez | 6 |
| 1.4 Hogyan használjuk a gyűjteményt?..... | 6 |
| 2. Levegő | 7 |
| 2.1 Dramatikus elemeket tartalmazó játékok | 7 |
| 2.2 Mozgásos játékok | 11 |
| 2.3 Játékajánló | 25 |
| 3. Tűz | 31 |
| 3.1 Dramatikus elemeket tartalmazó játékok | 31 |
| 3.2 Mozgásos játékok..... | 34 |
| 3.3 Játékajánló | 48 |
| 4. Víz | 57 |
| 4.1 Dramatikus elemeket tartalmazó játékok | 57 |
| 4.2 Mozgásos játékok..... | 61 |
| 4.3 Játékajánló | 72 |
| 5. Föld | 79 |
| 5.1 Dramatikus elemeket tartalmazó játékok | 79 |
| 5.2 Mozgásos játékok..... | 82 |
| 5.3 Játékajánló | 94 |
| 6. Példatár a képességfejlesztési területekhez | 103 |
| 7. Felhasznált irodalom | 139 |

1. BEVEZETŐ

„Keresem minden gyermek titkát, és kérdezem, hogyan segíthetnék abban, hogy önmaga lehessen.”

(Janusz Korczak)

Ez a gyűjtemény, ahogy a címe is jelzi, kiegészítő segédlet a Komplex fejlesztési tervek használatához. *Kiegészítő*, mert a négy elemhez (levegő, tűz, víz, föld), valamint a nyomon követéses mérés fejlesztési területeihez kapcsolódik; *segédlet*, mert olyan anyagok gyűjteménye, amelyek kiegészítői a tématervi ajánlásoknak és a szakmai koncepcióban megfogalmazott elvek alapján a kompetencia alapú óvodai nevelésnek.

Az ismeret, attitűd, képesség hármas egységként létrejövő *kompetencia* jelentés tartalmában több, minőségében más pedagógiai fogalom, így nem egyértelmű megfeleltetése egyik részterületének sem. Amikor kompetencia alapú óvodai nevelésről gondolkodunk, ennek a hármas egységnek a részre bontásáról beszélünk, mégis a *komplex* egész viszonyrendszerében.

A fejlesztő jellegű és a dramatikus elemeket tartalmazó játékok, mozgásos játékok, ajánlók célja, hogy segítsék az óvodapedagógus munkáját a kompetencia, pontosabban a kompetenciák fejlesztésében.

A gyűjtemény felépítése:

- a) Dramatikus elemeket tartalmazó játékok
- b) Mozgásos játékok
- c) Példatár a fejlesztési területekhez

1.1 Dramatikus elemeket tartalmazó játékok

A dramatikus játékok a bensőséges, közösségi együtt játszást célozzák meg, melyben a játszó, a gyerekek, érzelmileg és szellemileg egyaránt tapasztalatot gyűjthetnek.

A közös együtt játszás, a közös és egyéni tanulási formák nem teljesítményre fókuszálnak, hanem valaminek a megélésére. Mindez persze bizalomteli légkörben történik.

A játékok jellemzői:

- A játékok sokrétűek, rugalmasak, komplex módon fejlesztik az egész személyiséget.
- Fokozzák a gyerekek aktivitását, hiszen a közösségben, a közösségért tevékenykednek.
- Segítik a gyermekeket önmaguk, társaik és a környező világ megismerésében.

- Fejlesztik a rugalmas gondolkodást, az önálló alkotóképességet.
- Segítik a gyermekek időérzékének fejlődését, térbeli tájékozódásuk és testi biztonságuk javulását.
- Nagymértékben fejlesztik a nyelvi kommunikációs képességet, beszédképességet.
- Ellensúlyozhatják a tömegkommunikációs eszközök okozta passzivitást.
- Küzdenek a gyermeki elmagányosodás ellen.

1.2 Mozgásos játékok

Céljuk az örömteli, mindennapos mozgás, a mozgáskedv fenntartása.

A mozgásigény a gyermek életkori sajátossága, kedvezően befolyásolja az értelmi és szociális képességek alakulását is. A mozgáskedv fenntartása az óvodapedagógus feladata és egyben felelőssége is. A gyűjtemény abban segíti az óvodapedagógust, hogy a testnevelés-foglalkozások kereteiből kilépve a mindennapi testnevelésen túl változatos mozgásformákkal ismertesse meg a gyermeket.

1.3 Példatár a képességfejlesztési területekhez

A példatár elsősorban a kognitív képességek fejlesztését célozza meg. Olyan játékok tárházát találjuk itt, amelyek a tématerv-javaslatok képességszintjeihez igazodva kínálnak további fejlesztési lehetőségeket, egybecsengve a nyomon követéses mérés által sorba rendezett fejlesztési területekkel. Alternatívát nyújt a tématerv javaslatok játékkal történő feldolgozásához, jól illeszthető a fejlesztési tervek témáihoz, így általa az ismeretszerzés komplexitását könnyedén megvalósíthatja a pedagógus.

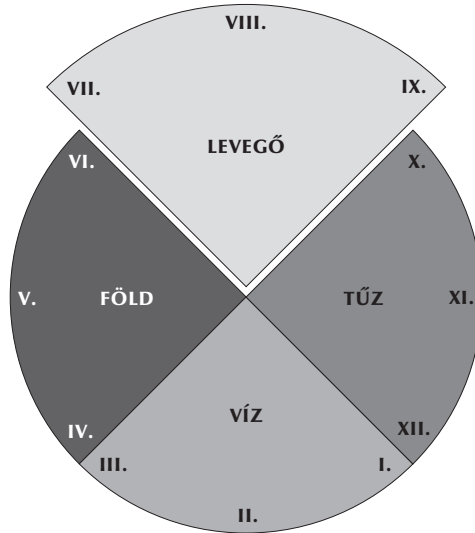
1.4 Hogyan használjuk a gyűjteményt?

Mindenképpen a fejlesztésiterv-javaslatok mellékleteként, a gyermek napi tapasztalatszerzésének részeként használjuk, hiszen olyan ajánlásokat, eljárásokat kínál, amelyek segítik fenntartani a gyermek motiváltságát az ismeretszerző folyamatban.

Azonban ne tévesszük szem elől, hogy ez a gyűjtemény nem helyettesíti a gyermekek által választott szabad játék mint alapvető tevékenység fejlesztő jellegét!

A *segédlet* akkor éri el a célját, ha az óvodapedagógus tudatosan, a gyermekek fejlettségi szintjéhez igazodva tud választani a gyűjteményből, vagy tudja átalakítani azt, hatékonyá téve ezzel a csoportban végzett kompetenciafejlesztő munkáját.

2. LEVEGŐ



2.1 Dramatikus elemeket tartalmazó játékok

Arra kérlek benneteket, helyezkedjétek el kényelmesen a körben!
Aki szeretne ma velem tartani, az érintse meg valamelyik karomat!
Az óvodapedagógus kis terpeszben középre áll, kezeit széttárja.

1. Ráhangelő játék

Mielőtt „elindulunk”, jó mélyet lélegzünk az orrunkon át, és a szánkron át sziszegve engedjük ki a levegőt.

- Mit hallunk? – Olyan, mint a kígyó hangja.
- Kiét hallom a legtávolabban?
(Háromszor, négyszer játsszuk.)
- Üljetek vissza a körbe!

2. Zsipp-zsupp játék (név, irányok gyakorlása, koncentráció)

Gurítom valakinek a labdát, és azt mondom:

- Zsipp: a bal oldali szomszédodat nevezd meg!
- Zsupp: a jobb oldali szomszéd nevéét kell mondanod!
- Zsipp-zsupp felszólításra mindenki helyet cserél, nem maradhat az addigi szomszédja mellett!
- Aki téveszt, vagy sokat gondolkozik, maga áll a kör közepére játékmesternek.
Kellék(ek): 1 db szivacs labda, esetleg gumipánt a gyerekek jobb kezén

3. *Kapcsolódás (csendreflex, koncentráció, együttműködés)*

Zene szól, vidám hangulatú, táncolható. (Pl. Weöres Sándor: Bóbita)

- Úgy mozogjatok a zenére, hogy járjátok be a teret! Amikor a zenét megállítom, mindenki azon a helyen és olyan pózban maradjon, amelyben akkor volt, amikor elhallgatott a zene! (mozgásstop)!

A szünetek alatt instrukciókat adunk

- Mozgás közben érintsd meg a melletted elhaladók kezét!
- A vállak súrlódjanak egymáshoz!
- A hátaik érintkezzenek!
- Válassz párt magadnak, és a kisujjatok kapcsolódják egymásba!
- Együtt mozogjatok tovább!
- Együtt táncoljatok tovább!

4. *Gumiember (együttműködés párokban, lazítás)*

- Maradjatok a párotokkal! Álljatok egymással szemben!
 - Akinek megérintem a kezét, az leguggol.
 - Ti vagytok a „gumiemberek”. Társatok felpumpál benneteket (hangos be- és kilégzésekkel), amíg tele nem lesztek levegővel, vagyis minden porcikátok majd megfeszül!
 - Majd kihúzzuk a dugót. A dugó nagyon kicsi, lassan áramlik kifelé a levegő. Lassan-lassan, ahogy fogy a levegő, a gumiemberek fokozatosan elernyednek. Végül elterülnek a földön.
- (Fontos a lassúság, a folyamat koncentrált követése!)

5. *Kerekerdő (fantáziajáték)*

- Most mindannyian fák vagyunk, a Kerekerdő fáí.
- Álljatok körbe, és emeljétek a karotokat magasba, ez lesz a fa koronája.
- Nagyon fúj a szél az erdőben, nagyon-nagyon hajladoznak a fák.
- Most kicsit fúj a szél, ti is csak kicsit hajladozzatok. Most szélcsend van.

Megérintem a gyerekeket, és megkérdem:

- Te milyen fa vagy ebben a csodálatos erdőben?
A gyerekek különböző faneveket mondhatnak (pl. platán, kőris, juhar..., de akár ezüstfa, aranyalma fa stb.).
- Kik látogatnak téged? (madarak, mókusok, emberek)

6. *Szemkontaktus (társválasztás páros játékhoz)*

- Maradjatok ott, ahol álltatok, váljatok mozdulatlaná! Figyeljétek egymástekintetét, és engedjétek, hogy tekintetek találkozzon egy másik kisgyerekével!
- Mozgás és hangok nélkül játsszuk. Csak a szemünk beszél.
- Akik egymásra találtak, azok egymás mögé ülnek.
- A játékot addig folytatjuk, amíg mindenki meg nem találta a párját.

7. Mit mond egymásnak? (nyelvi, kommunikációs játék)

- Hogyan beszélget
 - két fa az erdőben,
 - két fa a nagyvárosban az úttest mellett,
 - két fa a játszótéren,
 - két fa a gyümölcsöskertben?
- Próbáljuk megeleveníteni a párbeszédet!

8. Madármama és fiókái (bizalomjáték)

- A madarak kedves tollas barátaink. A kis madárfiókáknak szükségük lenne az anyukájukra, aki hazavezeti őket. Ki az, aki szeretne segíteni? Öt óvodást választok.
Ha túl sok a jelentkező, úgy választok, hogy gyorsan csukott szemmel szaladokörbe, és akikhez hozzáérek, azok lesznek a mamák.
A madárgyerekeket mondókával választom ki.

*Madarak voltunk,
földre szálltunk,
búzaszemet szedegettünk,
mondd meg nekem te,
hányat mondasz te?*

- Ötöt számolunk, akikre rámutatok, azok lesznek a fiókák.
- Megbeszéljük, hogy az anyaállatoknak milyen hangot lehet hallatniuk.

Pl. fecske: csitt-csivit
bagoly: uhu-uhu
galamb: krú-krú-buruk-buruk
veréb: csip-csirip stb.

- A fiókáknak bekötöm a szemét.
- A madármamák elhelyezkednek a terem különböző pontjain, és jelre egyszerre elkezdik hívogatni a csemetéiket.
- A fiókáknak meg kell találniuk hang alapján a madármamát.
- Többször eljuttatjuk, a szereplőket cseréljük.

Kellék(ek): 1 db kendő

9. Páros játék (bizalomjáték)

I. VÁLTOZAT

Minden második gyerek a körben, akinek a vállát megérintem, szembefordul a társával.

- Egyikőtök a madármama, a másik a kis fiókája. Beszéljétek meg a szerepeket! Csak a homlokotok érhet össze. A kis madárcsemeték behunyják a szemüket, és rábízzák magukat az anyukájukra. A madármama vezet. Hangot nem adhattok egymásnak, csak a homlokotok érhet össze.
- Váltó szerep a szerepeket megcserélem.

II. VÁLTOZAT

Játék közben a testetekkel nem érhetek össze. A térben, a „légben” szavakkal irányítsátok a fiókákat, akik csukott szemmel közlekednek. (Instrukció lehet: előre, hátra, jobbra, balra.) Próbáljatok úgy ügyeskedni, hogy nem ütköztök a társaitokkal.

10. Repülőgép (bizalomjáték)

- Három vállalkozót választunk a gyerekek közül. Ők a repülők: Villám, Ezüst, Sas.
- Három vezetőre is szükségünk lesz, mivel az időjárás változékony, és a repülőket le kell hoznunk a pályára.
- A 3–3 gyerek egymással szemben helyezkedik el a térben.
- Nyitott szemmel vegyétek fel a rádiókapcsolatot. (Hallasz, Villám? Sas, jelentkezz! stb.)
- A rádiókapcsolat az időjárás miatt elromlik. A repülőeknek csukott szemmel, hang után kell tájékozódniuk, úgy, ahogy a vezető navigál. (A pályán néhány akadályt helyezek el, pl. kockákat.)
- Az instrukciók lehetnek: jobbra, balra, előre, állj stb.

11. Összetartozunk (lazító, feszültségoldó játék)

LUFIFÚJÁS

- Álljunk szorosan egymáshoz közel, fogjuk meg egymás kezét!
- Nagy levegőt veszünk, és kezdjük el fújni a lufit. Egyre nő, hízik, nagyobbítsuk a kört. Mikor elég levegőt fújtunk bele, „kipukkadt a lufi” kiáltásra elengedjük egymás kezét.
- Leguggolunk, tapssal érintjük a földet. Durr!
- Köszönöm a játékot!

2.2 Mozgásos játékok

1. *Fussunk!*

Futás meghatározott – árnyékos, fák által behatárolt füves – területen belül menetirányba. Jelre (taps, sípszó, dob, kiáltás stb.) a gyerekek – akik valamilyen járművet, állatot személyesítenek meg –, beszaladnak egy kijelölt területre (szőnyeg, szivacs).

A gyerekek valamilyen járművet, állatot személyesítenek meg.

Például:

- buszok – (jelre) befutnak a garázsba
- pillangók – (jelre) jön a zápor, bebújnak a lapulevél, bokor alá
- kiségek – (jelre) jön a cica, bebújnak az egérlyukba
- békák – (jelre) jön a gólya, beugranak tóba
- kiscsibék – (jelre) jön a héja, befutnak az ólba

Eszköz(ök): Körül lehet szalaggal keríteni a területet. Az egérlyuk, a ház, a bokor lehet földre terített szőnyeg vagy természetes környezetben két fa által behatárolt terület.

2. *Bújjunk!*

Mászás, bújás különböző állatok (cica, mackó, foka, róka) mozgásának utánzásával különböző akadályok pl.

- két fa közé kihúzott szalag,
- két bokor közé kihúzott ugrálókötél,
- a helyi adottságoknak megfelelő szabadtéri játékok alatt,
- 50-60 cm-es sávokban a földre rajzolt, különböző formájú (csiga-, cikcakk, szögletes) vonalak között.

Eszköz(ök): szalagok, ugrálókötél

3. *Kiskecskék a hídon*

Egyensúlyozás 25-30 cm széles homokozó szélén, farönkökön, lapos térköveken.

- Úgy menjetek át a hídon, hogy a kiskecskék ne essenek bele a vízbe!
- Lehet nehezíteni a járásokat oldalazó lépegetésekkel, különböző nagyságú lépésekkel, utánlépéssel (tyúklépés, óriásjárás, lábujjhegyen járás...).

Eszköz(ök): homokozó széle/farönkök/tépkövek, fapadló (2 m × 30 cm × 5 cm) vízszintesen vagy rézsútosan (15-20 cm magasan) elhelyezve

4. Keress egy házat!

FUTÓJÁTÉK

- A szabadban kijelölt terület szélére tegyen minden gyerek egy karikát, ezek lesznek a házak.
- Futás menetirányba, jelre (dob, síp, taps, kiáltás) mindenki találjon egy házat, karikát magának.

Eszköz(ök): karikák, dob, síp

5. Palacsinták

A játékot 3-4 fős kisebb csoportokban játsszuk.

- A földre leterített szőnyegen a szabadban (25-30 cm átmérőjű) body-roll hengerekbe bújva, hossz tengely körüli gurulás oldalra, maguk hajtotta ütemezéssel.
- Mi vagyunk a repülő: 10-12 cm átmérőjű body-roll hengeren hasalás (lebegéssel), láb a földön, a két kar oldalsó középtartásban, törzsemelés enyhe törzsfordítással.
- Testgörgetés a 10-12 cm átmérőjű body-roll hengeren, hason fekvésben mellkastól indítva egészen a bokáig, majd vissza a kiinduló helyzetbe.

Eszköz(ök): különböző átmérőjű body-roll hengerek

6. Pattan a labda

- Labdavezetés gurítással homokba rajzolt sávokban (hullámvonalon, párhuzamos vonalak között) különböző testtartásban (mászásban, járásban, előrehajolva, térdelésben, guggolásban).
- Labda leütése a talajra, falfelületre, majd a fel- vagy visszapattanó labda elkapása.
- Labda gurítása a falhoz szembe, két kézzel, a visszaguruló labda elkapása.
- Labda gurítása a két láb között, háttal a falnak, terpeszállásban.

Eszköz(ök): léglabdák

7. Pancsolás a vízben

A gyerekek

- Bátran merjenek a vízben mozogni; járjanak, csússzanak, másszanak előre, hátra, oldalazva haladással.
- Lépegessenek a kezükkel hason fekvésben, előre, hátra, oldalra haladva.
- Csússzanak nyújtott ülésben előre, hátra, oldalazva haladva.
- Forogjanak hossz tengelyük körül a kis vízben, úgy, hogy a fejüket ne tegyék bele a vízbe.

- Pancsoljanak, öntögessenek vizet, méricskéljenek különböző homokozó-játékokkal (vödör, szita, kislapát).
- Úszógumira, úszódeszkára feküdve lebegjenek a vízben úgy, hogy a lábuk leér a medence aljára.
- Lebegjenek úszógumiba bújva a kicsit mélyebb vízben.
- Dobáljanak célba szivacs-labdákkal, strand-labdákkal.

Eszköz(ök): úszógumi, úszódeszka, kis méretű labdák, homokozójátékok

8. Rugózzunk!

Játék gimnasztikai nagylabdákon:

- hintázás előre-hátra, hason fekvésben; a gyerekek saját magukat lökik meg, vigyázva a lendület nagyságára;
- rugózás ülve, hasalva; hanyatt fekvve, felnőtt segítségével (bokafogással és kézfogással);
- höcögtetés: ketten ülve a labdán (felnőtt-gyerek), a felnőtt ölében tartja a gyereket.

Eszköz(ök): különböző méretű, felületű és formájú (kerek, ovális, hosszúkás) gimnasztikai nagylabdák

9. Csigák

Mászás előre, hátra, széles felületű homokozó szélén, farönkökön, földre rajzolt sávokban, földre leterített szőnyegen, szőnyegdarabokból kialakított „labirintuson”.

Játék: Ki az a legügyesebb kis csiga, akinek nem esik le a hátáról a háza (babzsák, szalag, kendő), amíg körbejárja a homokozó szélét vagy a labirintust?

Eszköz(ök): természet adta lehetőségek (farönk, homokozó széle), szőnyeg, szőnyegdarabok, babzsák, szélesebb szalag, kendő

10. Lépegetés fel-le

- Járás lépcsőn egy, majd váltott lábbal indítással.
- Fellépés farönkre, homokozó szélére, vastag faágra, majd leugrás, érkezés páros lábra.

Eszköz(ök): farönkök, homokozó széle, lépcső

11. Hinta-palinta

A hintázás technikájának gyakorlása.

Ennél a gyakorlatnál fokozottabban ügyeljünk a balesetek megelőzésére! A felnőtt (óvodapedagógus, dajka) jelenléte elengedhetetlen!

- Téglalap alakú, négy sarkán felfüggesztett hintán (hagyományos gyerekhinta) gyakoroltassuk, hogyan hozhatja a hintát lengésbe a gyermek a saját testének mozgásával. Előrelendülésnél a törzs hátrahajol, a láb előrenyújtva, visszalendülésnél a törzs előrehajol, a lábak behúzva.
- Gyűrűhintán: Függeszkedjenek a hintán, lábukkal hajtsák magukat előre, visszalendülésnél lógnak, esetleg térdfelhúzással hintázzanak.
- Trapézhintán: különböző magasságba lehet felfüggeszteni a hintát. Úgy, hogy rá tudjanak ülni, és a saját testük lendületével tudják mozgásba hozni, vagy úgy, hogy függeszkedve, nyújtott karral, kézzel kapaszkodva tudjanak rajta hintázni.
- Oroszlánhálóban: a csigára felfüggesztett „oroszlánhálóban” közepére helyezett párnára ülve hintázzanak. A felnőttek segítségével üljenek bele és szálljanak ki. A kívülről jövő mozgásoknak adják át magukat, élvezzék a kisebb kilengéseket, forgásokat, pörgéseket, különböző irányokban és iramban. Először csak kisszámú forgatás legyen, majd fokozatosan növelhetjük a forgatások számát. Bátran szóljanak, ha szédülnek.

Eszköz(ök): hagyományos gyerekhinta, gyűrűhinta, csigára felfüggesztett hálójinta

12. Tengerészek

Másszanak a talaj felett vízszintesen (kb. 60 cm magasban) elhelyezett, több fához biztonságosan rögzített kötélhálón, illetve függőleges vas- vagy faoszlopokhoz rögzített kötélhálón.

- Vízszintesen: A hálóba bemászásnál vigyázzanak az egyensúlyuk megtartására, haladjanak oldalazva előre, hátra, jól kapaszkodjanak, figyeljenek a mellettük levőkre.
- Függőlegesen: Lépjenek fel 2-3 „rácsig”, jól kapaszkodjanak, haladjanak fel, le, oldalra.

Eszköz(ök): kötélháló

13. Akadálypálya

- Fussanak mesterségesen vagy a természetben kialakított akadálypályán (farönkökön, vastag faágon) átlépéssel, átmászással.
- Másszanak bokrok, faágak alatt bújással, térden-tenyéren haladással, kijelölt területen (szőnyeggel betérített füves területen) úgy, hogy két kézzel egyszerre támaszkodnak és a térdüket maguk után húzzák.

Eszköz(ök): farönkök, faágak, bokrok, szőnyegek

14. Levelek alatt

- Fussanak (kb. 100 cm magasan lévő) kötélháló alatt, meghatározott füves területen. Belül szabadban, fák között, jelre (taps, síp) gyors irányváltoztatásokkal. Vigyázzanak egymás testi épségére!
- Két csapat áll egymással szemben (pl. fiúk-lányok). Feladat: kerüljék ki egymást gyors iramban is, anélkül, hogy összeütköznének!
- „Hangyaboly”:
Bújjanak két fa közé (kb. 60 cm magasan) kifeszített kötél alatt tenyéren és térden, tenyéren és talpon támaszkodva. Közben itt is jelre (dob, síp, taps) hirtelen irányt változtathatnak.
Figyeljenek arra, hogy egymást óvatosan kerülve haladjanak.

Eszköz(ök): kötélháló, (esetleg méterben kapható) raselháló, kötelek, síp, dob

15. Gurulunk

- A rollerezéshez megfelelő hely és talaj szükséges. A helyes menetirány betartásával közlekedjenek a gyerekek, vigyázzanak saját és társaik testi épségére. A helyes egyensúlyuk megtartása érdekében figyeljenek a láb, a törzs, a kéz összehangolt munkájára. Domináns lábukkal hajtsák magukat előre. Kerülgethetnek különböző akadályokat (bója, közlekedési táblák). A pálya végén óvatosan fékezzenek.
- A pedálroller hasonló, mint a taposógép, csak fogantyúja is van. Helyes használata során a lábak taposó mozgásának eredményeként a „rollerek” gördülékenyen haladnak. A fogantyúba való kapaszkodás könnyebbé teszi az eszköz használatát.
- A gördeszkán hasalva, ülve haladjanak előre, hátra, a karjukkal vagy a lábukkal lökjék magukat előre, hátra. Térdelve tolják magukat előre, hátra, két kézzel lökve magukat. Egymást is tolhatják, húzhatják óvatosan.

Eszköz(ök): gördeszka, roller, pedálroller, bója, közlekedési táblák

16. Halacsák

Ahol a helyi adottságok lehetővé teszik:

- fürdés, úszás, pancsolás a medencében;
- járás a vízben lábon és kézen előre, hátra, oldalazva;
- mászás, csúszás a vízben előre, hátra haladva;
- mozgás csak kézzel (pl. hullámok keltése), csak lábbal, hason, háton.
- versenyzés: ki meri bedugni a fejét a víz alá? Ki tud tovább lent maradni?
- célba dobás a vízben szivacsabdával, strandabdával, különböző előre meghatározott területre, karikába;
- a hátúszás gyakorlása úszógallér segítségével.

Eszköz(ök): úszógallér, strandabdák, szivacsabdák, karikák

17. Levegőben

- Futás, járás meghatározott területen belül, menetirányban.
- Futás közben különböző tárgyak nevét kiáltom, sorolom fel. Ha olyat hallasz, amelyik repül (golya, repülő, úrhajó), akkor állj terpeszállásba, a kezeidet tedd oldalsó középtartásba!

Eszköz(ök): nincs eszközigény

18. Hintázás

- A billenő rácshintát egyszerre csak két gyerek használja felfordítva csónak alakban.

Egymással szemben üljenek a két végére, a lábuk bent legyen a rácson. Saját testük mozgatásával hozzák lendületbe a hintát, jól kapaszkodjanak.

„Szakadék felett”: a hinta csónak alakban áll, meztláb lépjenek a létra belső főkaira, óvatosan haladva menjenek végig rajta, sorban egymás után. (A kilépésnél vigyázzanak, hogy a hinta lendülete ne üssön meg senkit!)

Lefordítva a rácshinta stabilan áll, így előre, hátra és oldalazva haladással mehetnek rajta állva, mászva, kúszva.

- A tölcsérhintában saját testük lendületbe hozásával mozgathatják a hintát.
- Egyensúlyozzanak libikókán: a 25-30 cm széles, változtatható magasságú tartó háromszögei a libikókának különböző nehézségű dőlésszöveget alkotnak. A lábak egymás elé helyezéssel, a billenési pont érzékelésével koncentrációt és egyensúlyozást, valamint szem-láb koordinációt igényel a gyerekektől.

Eszköz(ök): billenő rácshinta, tölcsérhinta, egyensúlyozó libikóka

19. Labdázás

- Puha anyagból készült 'friszbi' dobása egymással szemben állva, vagy körbe állva, egymásnak adogatva.
- Labdadobás egymással szemben, vagy körbe állva, körbeadogatva.
- Labda feldobása és elkapása két kézzel.
- Labdaleütés, a felpattanó labda elkapása két kézzel.
- Labda feldobása, majd a földre pattanó labda elkapása két kézzel.
- Az előző gyakorlatok, csak falra dobással.
- Labdaleütés két kézzel, esetleg folyamatos haladással.
- Célba dobás léglabdával, fára függesztett karikába, kosárba.

Eszköz(ök): léglabdák, 'friszbik', karikák, kosarak

20. Kötéltáncosok

Járjanak egyensúlyozó járással különböző természetes és mesterséges környezetben:

- 6-7 cm-es vastag kötélén,
- térköveken,
- farönkökön,
- gerendákon.
- homokozó szélén,
- földre rajzolt, különböző formájú és szélességű labirintusokban.

Eszköz(ök): vastag kötelek, térkövek, farönkök, gerendák, homokozó széle

21. Csúszdászás

- Csúszzanak, kúszzanak, rézsútos (a földtől 30-40 cm magasra emelt) padon, pallón és deszkán.
A pallót, deszkát megtámaszthatjuk a homokozó szélén, biztonságos rögzítéssel.
- Csúszdászás a szabadtéri játékokon ülve, hanyatt fekvésben, hason csúszásban lefele.
- Csúszzanak, kúszzanak előre, hátra haladva, a ferde deszkán fel és le.

Eszköz(ök): szabadtéri csúszdák, palló, deszka, pad

22. Cicafogó

- Földre rajzolt két vonalon kívül állnak az egerek, a cica a sávok között.
- Feladat: az egerek úgy fussanak át a vonalakon, hogy a bent lévő cica ne tudja őket elkapni. A következő cica az lesz, akit nem kapott el a fogó.

Eszköz(ök): nincs eszközigény

23. Denevérek

- Lógás, függés, különböző udvari mászókákon, 120 cm magasan lévő vízszintes létrán. Kapaszkodás kézzel, haladás arccal előre, hátra, oldalazva. Az ügyesebbek megpróbálhatják lábbal: térdüket behajlítva, kezükkel (esetleg egy kézzel) kapaszkodva függeni.
- Mászkanak egyoldalú vagy négyoldalú függőlétrán fel, le, kívül, belül, oldalankénti átfogásokkal, átmászásokkal.

Eszköz(ök): szabadtéri mászókákat, függőlétrák

24. Porondon

Futás közben jelre (taps, dob síp, kiáltás) fellépés farönkökre, homokozó szélére úgy, hogy különböző testhelyzetekbe érkezzenek:

- guggolásba,
- terpeszállásba,
- fél lábon állásba,
- térdelésbe,
- hasalásba.

Eszköz(ök): farönkök, homokozó széle, síp, dob

25. Mókusok az odúban

- Meghatározott területen szétszórunk babzsákokat, minden mókusnak ez az odúja. Futás közben jelre (taps, dob, síp, kiáltás) mindenki találjon magának egy-egy odút.
- Nehezíthetjük a játékot azzal, hogy minden futás előtt kiveszünk a babzsákok közül 3-4 darabot. Aki nem talál magának odút, az álljon terpeszállásba. A következő körnél újra beállhatnak.

Eszköz(ök): babzsákok, dob, síp

26. Légzőgyakorlatok

Az ellazulásra való képességet fejleszthetjük ezekkel a gyakorlatokkal. Próbáljunk meg zavartalan, nyugodt környezetet kialakítani, halk, relaxációs zenére.

- „Kakadu”: Térdelőállásban két kar a test mellett. Belégzésre mellkas kiemelése, váll hátrahúzása, fej hátrahajtása, kilégzésre kiinduló helyzet.
- „Török basa”: Hanyatt fekvésben kezek a hason. Belégzésre a has kitolása, kilégzésre a has visszaengedése.
- „Sorompó”: Alapállásban a kezek magastartásban. Kilégzésre törzshajlítás oldalra, belégzésre vissza kiinduló helyzetbe, majd a másik oldalra ismételve, folyamatosan.
- „Híd”: Hanyatt fekvésben térdünk felhúzásával talp a talajon. A fenék felemelése belégzésre, leengedése kilégzésre.
- „Háztető”: Fekvőtámaszban fenék felemelése belégzésre, majd leengedése kilégzésre.

Eszköz(ök): polifoam szőnyeg, CD-lejátszó, a Hangos melléklet c. CD

27. Szitakötők

- Ahol a helyi adottságok és a gyerekek képességei lehetővé teszik:
 - fürdés, úszás, pancsolás a medencében;
 - járás a vízben lábon és kézen előre, hátra, oldalazva;

- mászás, csúszás a vízben előre, hátra haladva;
 - mozgás csak kézzel (pl. hullámok keltése), csak lábbal, hason, háton.
- Úszáselemek gyakorlása:
- hátúszás megfelelő kartechnikával,
 - mellúszás megfelelő kartechnikával,
 - gyorsúszás megfelelő lábtechnikával.
- Versenyzés: Ki meri bedugni a fejét a víz alá? Ki tud tovább lent maradni?
- Célba dobás a vízben szivacs labdával, strand labdával macskafogó, kiütős játékok.
- A medence szélén ülve váltott lábbal a víz csapkodása.
- Úszni tudóknak úszóverseny.

Eszköz(ök): úszógumi, gumicsónak, szivacs labdák, strand labdák, úszódeszka, békauszony

28. Ugrálóvár

Kisebb méretű (1-2 m-es) felfújható ugrálóvár felállításával a mászás, a csúszás, a test hossz tengelye körüli gurulás lejtőn, az ugrálás gyakorlására nyílik lehetőség. Fontos, hogy egymásra fokozottan vigyázzanak, ezért egyszerre csak 4-5 gyerek használja a várat, felnőtt felügyelete mellett!

Eszköz(ök): ugrálóvár

29. Légfürdő

- Árnyékos helyen futás, bújás, mászás, váltakozó tempóban, váltakozó irányban. Meghatározott területen akadálypálya felépítése a természet adta eszközökkel.
- Az akadálypálya „megtervezése” fák alatt, bokrok között. Szer alatt (fák alatt), szer fölött mászás, egyensúlyozás gerendán való járással.
- Járás, mászás a homokozó szélén, fagerendákon, különböző irányokban, előre, hátra, oldalazva, keresztezett lépésekkel, meghatározott területeken belül vagy mesterségesen kialakított sávokban, aszfaltra, homokba rajzolt cikcakk- vagy hullámvonalon.

Eszköz(ök): természet adta lehetőségek (fák, farönkök, gerendák, bokrok...), szabadtéri játékok (mászó kákák, csúszdák...)

30. Gördeszkázás

A gördeszkázáshoz megfelelő hely és talaj szükséges, egyaránt lehet vele tevékenykedni kint is és bent is.

- A deszkán hasalva, ülve haladjanak előre, hátra, a karjukkal vagy lábukkal lökjék magukat előre.

- Térdelve két kézzel tolják magukat előre, hátra.
- Egy gyerek a deszkán ül, a másik tolja hátulról, vagy húzza előlről.
- Egymás között gurítsák a gördeszkat úgy, hogy egy gyerek a deszkán foglal helyet (pl. törökülésben), a másik kettő görgeti őt. Előre megbeszélt sávokban, útvonalon haladhatnak.
- Egymás mögött ülve ketten tolják magukat oda-vissza kézzel-lábbal, az előre megbeszéltek szerint.
- Egymásnak háttal ülve ketten tolják magukat oda-vissza, kézzel-lábbal.
- Versenyezhetnek, melyik pár a leggyorsabb, ki tud végig a szeren maradni?
- A billenő padlón először a kisebb, majd a nagyobb átmérőjű hengerrel gyakoroljanak, először bordásfalba kapaszkodva, majd próbálják meg a hintázást kapaszkodás nélkül is!

Eszköz(ök): gördeszkaták, középen billenő padló 2 különböző átmérőjű (8 és 10 cm) hengerrel, bordásfal

31. Fúj a szél

- Saját testük mozgatásával hozzák lendületbe a tölcser- és a billenő tányérhintát (a fülébe, illetve a szélébe kapaszkodjanak).
- Találják meg testük súlypontját, majd mindkét irányba tudják elindítani a hintát.
- A függőhintáknál nyújtott vagy törökülésben üljenek, hasalhatnak is, a kezükkel jól kapaszkodjanak.
- Ha állva hintáznak a kör alakú hintán, belső talpélükkel és kezükkel kapaszkodjanak a zsinórba.
- A négyszögletes hintán kis terpeszállásban jól kapaszkodjanak.
- Jól kapaszkodjanak a trapéz-, a gyűrűhinta kötelébe a gyűrűnél függőlegesen, kéz, láb felhúzásával is hintázhatnak. A bátrabbak bölcset is csinálhatnak.
- Akik épp nem hintáznak, megfelelő távolságra álljanak a hintáktól.
- Meg kell tapasztalniuk, hogy a különböző hinták esetében milyen testmozgásokat kell végezniük ahhoz, hogy a szert mozgásba tudják hozni (a súlypont helyes megtalálása).
- Élvezzék a kilengéseket, vigyázzanak a lendület nagyságára.
- A függőhintáknál óvatosan egymást is lökhetik különböző irányokban.

Eszköz(ök): négyszögletű, négy sarkán rögzített hinta, középen rögzített kör alakú tányérhinta, talajon billenő tányérhinta, tölcser-, trapéz-, gyűrűhinta

32. Világjárók

- Járjunk különböző formákon (cikkakkvonal, hullám-, csigavonal), farönkökön, gerendákon, ugrókötélen, előre, hátra, oldalazva haladva.
- A lépések, járások lehetnek: tyúklépés, keresztezett lépések, lábujjhegyen, sarcon, külső talpélen keresztezett lépésekkel, guggolásban járás.

- Különböző szökdelések: egy, illetve két lábon, előre, hátra, oldalra, indiánszökdelés.
- Párhuzamosan elhelyezett kötelek között beugrás, kiugrás, jobbra, balra, előre, hátra.
- Nehezíthetjük a feladatokat azzal, hogy csukott szemmel járjanak, mozognak.
- A földre kifeszített kötélén egyensúlyozás előre, hátra, becsukott szemmel is. Próbáljanak a kötélén maradni úgy, hogy lelépjenek róla.
- Közben elmondhatják, hogy milyen állatot utánozva járnak.
- Együtt is készíthetünk két párhuzamos vonallal meghúzva labirintust a földre rajzolva. Járják be! Ki tud a leggyorsabban végigmenni benne?

Eszköz(ök): homokozó széle, gerendák, farönkök, ugrálókötelek, talajra, aszfaltra rajzolt különféle formák

33. Az oroszlánháló csapdájában

- Töltsenek el a csigára felfüggesztett „oroszlánhálóban” minél több időt. Könnyítésként tegyünk bele egy párnát, hogy arra üljenek rá, így könnyebben elhelyezkednek benne.
- Élvezzék a különböző irányú és iramú kilengéseket, forgásokat.
- Bátran szóljanak, ha szédülnek. Egymást is forgathatják finoman. Először csak kis számú forgatást csináljanak, majd növelhetik a forgások számát.

34. Hízott madarak

- Az udvaron (szőnyeggel leterített füves részen) vagy a teremben szőnyegen ugráljanak:
 - füles labdával meghatározott irányokban;
 - kijelölt területek (szőnyegminta) bejárásával;
 - cikcakkvonalban, hullámvonalban, földre rajzolt sávokban.
- Egyszerre többen is ugrálhatnak, vigyázzanak egymás testi épségére!
- A gimnasztikai nagylabdákon végezzenek különböző gyakorlatokat:
 - labdán ülve csípőre tett kézzel törzshajlítás jobbra-balra;
 - labdán ülve testsúlyáthelyezés egyik lábról a másikra;
 - labda előtt térdelve ráhasalás a labdára, majd törzsemelés előre nyújtott karokkal;
 - hanyatt fekvésben ringatóznak különböző irányokba (jobbra, balra, előre, hátra) talpon támaszkodva;
 - hintázhatnak ülve, és hason fekvésben.
- A gyerekek egymást is hintáztathatják, de vigyázzanak a fogás erősségére és a lendület mértékére!
- Variáció

Szöcskék a fűben

A füles labdák számától függően kis csoportokban játszhatják a gyerekek. Minden kis csoportban van egy fogó. Ha a fogó begyűjti a rétről a szöcskéket, azaz megfogja őket, akkor a másik csoport tagjai folytatják tovább a játékot.

Eszköz(ök): gimnasztikai nagylabda különböző formában (kerek, ovális), különböző méretben (40 cm-től 1 m-ig), 3-4db füles ugrálólabda, szőnyeg

35. *Pincérversen*y

- Versenyezhetünk két csapatot alkotva. Figyeljünk a megfelelő erőviszonyokra!
- Jelre akadályok (bója, zsámoly, szék, pad) megkerülésével járhatnak, futhatnak a következő módokon:
 - tollasütőn babzsákot kell vinni a bója megkerülésével, majd a szert átadni a társnak,
 - fakanálon ping ponglabdát kell vinni szék vagy pad megkerülésével, illetve átlépésével, majd a szert átadni a társnak,
 - ping-pong ütőn teniszlabdát kell vinni a bója megkerülésével,
 - mászásban (tenyéren, talpon támaszkodva) teniszlabdát kell görgetni ujjakkal a földön a szék megkerülésével, majd a szereket átadni a társnak;
 - tollasütő segítségével kell a teniszlabdát elvezetni a bójához, először egyenes úton, majd akadályok (bója) kerülgetésével.

Eszköz(ök): tollasütő, ping-pong labda és ütő, teniszlabda, fakanál, babzsák, bója, szék, zsámoly, pad

36. *Lazítsunk!*

Az ellazulásra való képességet fejleszthetjük ezekkel a gyakorlatokkal. Próbáljunk meg zavartalan, nyugodt környezetet kialakítani halk, relaxációs zenére.

- „Cica”: négykézláb állásban belégzésre hát domborítása, kilégzésre hát homorítása.
- „Facsemete”: alapállásban a jobb talpat megtámasztani a bal térden, majd a karokat oldalsó középtartásba emelve minél tovább egyenesen állni, egyenletes levegővétellel.
- „Bölcső”: hason fekvésben mindkét kezükkel fogják meg mindkét bokájukat, majd ringatózzanak előre-hátra, illetve jobbra-balra, egyenletes levegővétellel.
- „Csiga”: hanyatt fekvésből mindkét láb átlendítése a fej fölé, aki tudja, le is teheti a talajra, karok a test mellett, egyenletes levegővétellel.
- „Fogd meg a talpad!”: nyújtott ülésben, nyújtott térdel próbálják megfogni a talpukat, és minél tovább megtartani ezt a pozíciót, egyenletes levegővétellel.
- „Kígyó”: hason fekvésben tenyér a test mellett, könyöknyújtással a törzs felemelése belégzésre, majd kilégzésre a törzs leengedése.

- „Rongybaba”: alapállásból törzshajlítás előre, majd lógás nyújtott karral előre, a hát izmainak nyújtása, egyenletes levegővétellel.
- „Lazítás”: magzati pózban térdre hajlás, a karok hátra kinyújtva, áll a talajon, pihenés 10-15 másodpercig, egyenletes levegővétellel.

Eszközök: polifoam szőnyegek, magnó/CD-lejátszó, Hangos melléklet CD

37. Helyes levegővétellel

- „Nyuszi”: sarokülés, kilégzésre emeljük fel a csípőnket, hajlás előre, a fejtetőt tegyük a talajra, alkarunkkal támaszkodunk, próbáljuk megfogni a bokát vagy a sarkat, egyenletes levegővétel.
- „Kiskerek”: nyújtott ülés, bal lábunkat ráhelyezzük a jobb combunkra, majd a kezünkkel 4-szer, 5-ször megtekerjük lábfejünket előre, majd hátra. Ezután lábtartáscsere.
- „Szöcske”: hason fekvésben nyújtott kar- és lábemelés, kitartás 3-4 másodpercig, majd vissza kiinduló helyzetbe.
- „Gombóc”: lazító gyakorlat. Hanyatt fekvésben térdfelhúzással, térdek átkarolásával hintázás jobbra-balra.
- „Halacska”: hanyatt fekvésben kilégzéskor emeljük fel a mellkast, hajtsuk hátra a fejet, támaszkodjunk a fejtetőn 3-4 másodpercig.
- „Alszunk”: hanyatt fekvésben nyújtott karral és lábbal pihenés egyenletes levegővétellel.
- „Óra”: szemkörzés fel-le, jobbra-balra, majd folyamatosan egyik, majd másik irányba.

Eszközök: polifoam szőnyegek, magnó/CD-lejátszó, Hangos melléklet CD

38. Ugróiskola

- Ugráljanak karikákba, illetve földre, aszfaltra rajzolt ugróiskolában:
 - egy lábon;
 - egy lábon, illetve terpeszugrással;
 - páros lábbal, zárt lábbal, illetve terpeszállásban váltakozva;
 - váltott lábbal;
 - cikcakk alakban egy, illetve páros lábbal.
- Két egymás mellett álló gyerek kézen fogva is ugrálhat egyszerre mozogva.
- Az ugróiskola méretét növelhetjük tetszőleges négyzetszámmal.
- A teremben ugyanezeket a gyakorlatokat elvégezhetik a gyerekek négyzetlapokra, parafalapokra vagy szigetelőszalaggal leragasztott négyzetekbe ugrálva.

Eszköz(ök): udvaron földre, aszfaltra rajzolt ugróiskola, karikák, négyzetlapok szőnyegpadlóból, parafából kivágva

39. Tükörijáték

- A gyerekek a „tükörök”. Az óvodapedagógus mutatja és mondja a gyakorlatokat a gyerekekkel szemben állva. Ők ugyanúgy utánozzák a mozdulatokat:
 - terpeszállásban jobb kéz magastartásban, bal kéz oldalsó középtartásban;
 - zárt állásban jobb láb előre nyújtása, karok oldalsó középtartásban;
 - guggolótámasz, bal láb kinyújtása oldalra;
 - mérlegállás jobb lábon (szemben vagy oldalt);
 - alapállásban bal kézzel jobb térd megérintése, jobb kéz a csípőn;
 - terpeszülésben bal kézzel jobb fül megérintése a fej felett, jobb kéz oldalsó középtartásban;
 - lábujjon állás, bal kéz a csípőn, jobb kézzel jobb váll megérintése;
 - terpeszállásban törzshajlítás előre, keresztezett kézzel bokafogás.
- Ők maguk is találhatnak ki mozdulatokat, egy gyerek mutatja, a többiek ismétlik.
- Hasonló gyakorlatokat a gyerekek csukott szemmel, csak hallás után is elvégezhetnek.

2.3 Játékajánló

| Téma-1 | Szappanbuborék |
|-------------------------------|---|
| A tevékenység célja | A játék örömeinek átélése |
| A tevékenység feladata | <ul style="list-style-type: none"> – A levegő és más anyagok kölcsönhatásának megfigyelése, tapasztalatgyűjtés – Különböző méretű, formájú szappanbuborékok előállításának és mozgásuk megfigyelése |
| Ajánlott megelőző tevékenység | <ul style="list-style-type: none"> – Vízicsata szívószállal – Geometriai formák – Tapintós játékok |
| Eszközök | <ul style="list-style-type: none"> – Drót, hurkapálcika, zseníliaszál, szívószál, műanyag flakon, tál, szappanos víz |
| Vázlat | <ul style="list-style-type: none"> – Különböző formájú szappanbuborék-fújó keretek készítése – Keretek kipróbálása – A gyerekek által kitalált szabály, illetve versenyjátékok kipróbálása |

| Téma-2 | Szafari – a vadállatok földjén |
|-------------------------------|---|
| A tevékenység célja | <ul style="list-style-type: none"> – Képzeletbeli utazás – Érzések, gondolatok szavakká formálása |
| A tevékenység feladata | <ul style="list-style-type: none"> – A gyerekek élményeinek, gondolatainak megjelenítése. |
| Ajánlott megelőző tevékenység | <ul style="list-style-type: none"> – Vadállatok megtekintése az állatkertben vagy filmen, beszélgetés, könyvnézegetés, mesék, versek |
| Eszközök | <ul style="list-style-type: none"> – A csoportszobában található bármely tárgy, játék, eszköz a gyermekek ötleteinek megfelelően |

| | |
|--------|---|
| Vázlat | <ul style="list-style-type: none"> – Az utazás ötletének felvetése – Az utazás céljának megbeszélése (családi nyaralás, kalandtúra, vadászat, természetfilm forgatása stb.) – a választás a gyermekek kezében van – Az utazás szerveződése – Megérkezés a vadállatok földjére (a gyerekek ötleteinek megvalósulása) |
|--------|---|

| | |
|-------------------------------|--|
| Téma-3 | A kenyér születése |
| A tevékenység célja | <ul style="list-style-type: none"> – Élményszerzés – Érzések, gondolatok szavakká formálása |
| A tevékenység feladata | – A gyerekek megismertetése a kenyér készítésének munkafolyamatával |
| Ajánlott megelőző tevékenység | – A gabonanövények megismerése, a búza útja az aratástól a kenyérig, malomban, pékségben a pékáruk |
| Eszközök | – A csoportszobában található bármely tárgy, játék, eszköz a gyermekek ötleteinek megfelelően |
| Vázlat | <ul style="list-style-type: none"> – A téma felvetése, előzetes élmények összegyűjtése – Szabad játék a gyerekek ötletei alapján |

| | |
|-------------------------------|--|
| Téma-4 | Légtornászok |
| A tevékenység célja | – Az egyensúlyozás, a leugrás, a földet érés élményének megtapasztalása |
| A tevékenység feladata | – A gyermekek egyensúlyérzékének fejlesztése a szabad mozgás lehetőségének biztosítása |
| Ajánlott megelőző tevékenység | – Cirkuszlátogatás, ügyességi játékok (egyensúlyozó járások, futások) |

| | |
|----------|--|
| Eszközök | <ul style="list-style-type: none"> – A csoportban, illetve a tornaszertárban található eszközök, tornaszerek (padok, gerenda, vastag kötelek stb.) – Természetes, illetve mesterséges mászóeszközök a szabadban – Esernyők, nagy kendők |
| Vázlat | <ul style="list-style-type: none"> – Cirkuszi sátor „felállítása”, helyszín teremtése – Mutatványok kitalálása, gyakorlása – Nézők csalogatása (ének, zene, szendvicsemberek) – Előadás: a légtornászok mutatványai |

| | |
|-------------------------------|--|
| Téma-5 | A madarak vándorlása |
| A tevékenység célja | – A madarakhoz fűződő élmények kijátszása |
| A tevékenység feladata | <ul style="list-style-type: none"> – Tapasztalás, élményszerzés a 'segítjük egymást' élménye – Feladatvállalás közös cél érdekében |
| Ajánlott megelőző tevékenység | <ul style="list-style-type: none"> – Ismerkedés költöző madarainkkal – Az évszakok változásának és az időjárás megfigyelése |
| Eszközök | – A közvetlen környezetben található bármely tárgy, játék, eszköz a gyermekek ötleteinek megfelelően |
| Vázlat | <ul style="list-style-type: none"> – Madár családok szerveződése, az utódok gondozása – Az időjárás változásának eljátszása – A madarak útra készülődése – Vándorlás |

| | |
|------------------------|---|
| Téma-6 | Szalagok a szélben |
| A tevékenység célja | A mozgás, illetve a látvány örömeinek átélése |
| A tevékenység feladata | A szalagok, a levegő, a mozgás kölcsönhatásának megtapasztalása |

| | |
|-------------------------------|--|
| Ajánlott megelőző tevékenység | <ul style="list-style-type: none"> – Formák létrehozása fújással különböző anyagokba (homokba, búzadarába stb.) – Véletlenszerű, absztrakt formák létrehozása, illetve tudatos átalakítása |
| Eszközök | 1 méter hosszú, különböző színű szalagok |
| Vázlat | <ul style="list-style-type: none"> – Szalagválasztás – Szalagok véletlenszerű mozgatása, mozgás a térben |

| | |
|-------------------------------|--|
| Téma-7 | Barangolás a Tejúton |
| A tevékenység célja | <i>A képzeletünkben minden megtörténhet!</i> élményének átélése |
| A tevékenység feladata | A valóság és a fantáziavilág tudatosítása |
| Ajánlott megelőző tevékenység | <ul style="list-style-type: none"> – A csillagok, bolygók megismerése – Csillagképek az égen – Látogatás a planetáriumba, csillagvizsgáló – „Találkozás a földönkívüliekkel” játék |
| Eszközök | <ul style="list-style-type: none"> – Távcső – A csoportszobában található bármely tárgy, játék, eszköz a gyerekek ötleteinek megfelelően |
| Vázlat | <ul style="list-style-type: none"> – A gyerekek önszerveződése – Vezetőválasztás – Űrhajó tervezése, építése – A Tejút bebarangolása |

| | |
|-------------------------------|---|
| Téma-8 | „Kincskereső játék” |
| A tevékenység célja | A keresés-megtalálás izgalmának átélése |
| A tevékenység feladata | Együttműködés egy közös cél érdekében |
| Ajánlott megelőző tevékenység | <ul style="list-style-type: none"> – A kincs fogalma (kinek mit jelent ez a szó?) – „Modern kincskeresők”, régészek |
| Eszközök | <ul style="list-style-type: none"> – Damil, ragasztószalag, zsinór, olló stb. – Megegyezés szerinti kincsek: pl. csigák, kagylók... |

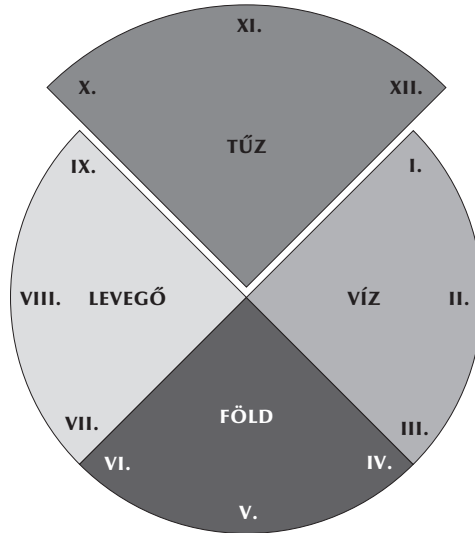
| | |
|--------|--|
| Vázlat | <ul style="list-style-type: none"> – Térképkészítés közösen a játék helyszínéről (a játék feltétele, hogy az elkészült térkép jelzéseit minden gyermek ismerje) – A térkép lemásolása (legalább két példányban) – A terület két részre osztása – Két csapat alakítása – A kincsek elrejtése a „levegőben” (fákról, bokrokról lelógatva, különféle növényekhez rögzítve stb.) – A kincsek helyének bejelölése a térképeken – Térképcsere – Kincskeresés, versenyjáték |
|--------|--|

| | |
|-------------------------------|---|
| Téma-9 | „Találkozás a földön kívüliekkel” |
| A tevékenység célja | <i>A képzeletünkben minden megtörténhet!</i> élményének átélése |
| A tevékenység feladata | A valóság és a fantáziavilág tudatosítása |
| Ajánlott megelőző tevékenység | <ul style="list-style-type: none"> – Beszélgetés a csillagokról, bolygókról – Űrkutatás – Van-e a Földön kívül élet? – Mit tudunk az ufókról? – Barangolás a Tejúton (játék) |
| Eszközök | A csoportban található bármely tárgy, játék, eszköz a gyermekek ötleteinek megfelelően |
| Vázlat | <ul style="list-style-type: none"> – A „földönkívüliek” nyomainak elrejtése – Nyomozás a jelek után – A mi világunk bemutatása az idegeneknek |

| | |
|-------------------------------|--|
| Téma-10 | Luficsata |
| A tevékenység célja | Az együttjátszás örömeinek átélése |
| A tevékenység feladata | Szabályok közös megalkotása, betartása a játék során |
| Ajánlott megelőző tevékenység | Kísérletezés: a levegő és más anyagok viszonya |

| | |
|----------|---|
| Eszközök | Színes lufik |
| Vázlat | <ul style="list-style-type: none">– A lufik felfújása– A csata szabályainak megalkotása a gyerekek elképzelése szerint– A csatatér kijelölése– Csata |

3. TŰZ



3.1 Dramatikus elemeket tartalmazó játékok

1. Énekes kapcsolattartás (ráhangoló játék)

– Járunk a térben, és énekelünk:

*Ácsorogjunk, bácsorogjunk,
tetőfából tüzet rakjunk,
sej, meg is melegedjünk,
sej, meg is melegedjünk.*

- Most úgy járjuk be a teret, hogy énekelünk és tapsoljuk a dal ritmusát.
- Magatokban mondjátok a dalszöveget, sétálunk, közben tapsoljuk a ritmust.
- Hangosan, majd halkán énekelünk.
- Akinek megérintem a vállát, a vezető mögé beáll, vállfogással körbejárunk.
- Énekelünk, fokozatosan halkítjuk a dalt.
- A végén megállunk. „Csöndezünk” egy picit.

2. Reggeli köszönés (kapcsolattartó játék)

- A körben állunk. A játékvezető kezdetben az óvodapedagógus, később, ha már ismeri a csoport a játékot, az egyik gyerek. Egy gyerek odamegy egy társához, a szemébe néz, és valamilyen stílusban köszön neki: Jó reggelt!

- Ahogy a vezető köszön, olyan stílusban kell visszaköszönni. (Lehet: bátran, humorosan, jókedvűen, gyanakvóan, hetykén stb.)

3. Üléses játék (kapcsolatmélyítő játék)

- Körben ülünk a székeken, középre helyezek egy széket. Hármat tapsolok, majd azt mondom: „Tűz!”
- Akinek valamilyen élménye kapcsolódik a szóhoz, az leül a székre. (A szék szélére érdemes ülni, így ülnek egymás ölébe a gyerekek.)
1, 2, 3 taps, „Tűz”! (A tűz lehet barát és ellenség.)
- Akik leültek a székre, illetve egymás ölébe, sorban röviden elmondják az élményeiket a tűzzel kapcsolatban. Az az óvodás kezdi a mondanivalóját, aki az utolsó gyerek ölébe ül. (Más szót is mondhatunk az aktualitástól függően, pl. hétvége, mese stb.)

4. Tüzes golyó (koncentrációs játék)

- Széken ülünk, zenére egy piros labdát adogatunk körbe, egymás kezébe.
- Akinek a kezében marad a labda, amikor a zene leáll, annak a társunknak közösen mondjuk a nevét, és ő lovaglólülésbe fordul a székén (kiesik a játékból).
- Nehezíthetjük a játékot gyakorlottabb csoporttal úgy, hogy egyszerre 2-3 labda, „tüzes golyó” jár körbe, így izgalmasabb a játék.
- Nagy figyelmet, gyors reagálókészséget igényel a játék.

5. Holnap, ha hozzád indulok... (emlék-, fantáziajáték)

- A gyerekek körben ülnek. Akire ráfújok, az az óvodás kezdi a játékot.
- Ezt kell mondania:
„Holnap, ha hozzád indulok, magammal viszek egy bőrröndöt” (vagy amit akar).
- A második gyerek ezt mondja: „Holnap, ha hozzád indulok, magammal viszek egy bőrröndöt és egy kalapot.”
- A harmadik társuk megismétli az előzőeket, és hozzátesz valamit.
- A játék így folytatódik. Mindenkinek pontos sorrendben kell elsorolnia, hogy mit visz magával. Ha valaki hibázik, kiesik a játékból (lovaglólülésbe fordul a székén).

6. Ha majd megérkezem hozzád... (memória-, fantáziajáték)

- A gyerekek körben ülnek, az első „vállalkozó” ezt mondja:
- „Ha majd megérkezem hozzád, én...”, de ahelyett, hogy kimondaná, hogy pl. „elveszem a cipőmet”, eljátssza a mozdulatot.
- A mellette ülő társa megismétli a kezdőmondatot, eljátssza az előző játékos mozgását, azután a sajátját, amit ő talált ki (pl. megfésülködik).
- Mindenki sorban megismétli az előtte lévők mozgását. (Segíthetünk egymásnak.)

7. *Játék kis csoportokban (improvizációs játék)*

- Álljatok körbe! Tegyétek hátra a kezeteket, mindenki kap egy meglepetést (színes kártyát adok a gyerekek kezébe)!
- A csoportalakítás módja: színes kártyákkal (piros, sárga, zöld). Helyezkedjétek el úgy, hogy akiknél azonos színű kártyák vannak, egy helyre álljanak a teremben! (Így megalkotjuk a három csoportot.)
- Közösen fogtok játszani. Ti egy-egy család vagytok. Minden családnak meg-súgom a feladatát, amit meg kell oldanotok.

Kiscsoportos jelenet:

1. Szalonnasütés a kertben.
 2. Tűz az erdőben, érkeznek a tűzoltók.
 3. Születésnap ünneplése tortával, gyertyával.
- A családok megbeszélik a feladatot.
Tapsra indul a jelenet családonként. A többiek igyekeznek kitalálni, miről szól a történet.

8. *Fényképezés (a nyelvi kifejezés erősítése)*

Megkérem a családokat, hogy az előző feladat alapján álljanak be egy olyan kép-be, hogy fénykép készülhessen! Akinek megérintem a vállát, az mondja el, hogy ő kicsoda ebben a családban (pl. gyerek, apa, nagymama, kutya, tűzoltó stb.).

9. *A család (a nyelvi kifejezés erősítése, fantáziajáték)*

- Most egy mondatot kérek. Mire gondolsz most?
- Akinek a vállát megérintem, az válaszol.
Pl. a gyerek válaszol: Szeretem a tortát... az apa válaszol: Remélem, örül neki...
- Segítünk a társainknak.

10. *Szimulációs játék*

- Álljunk körbe, játsszuk el közösen:
- Hideg van, fázom.
- Melegem van.
- Hidegben a tűz körül.
- Hideg-meleg ételeink (fagyi, leves).
- Játsszuk el, hogy meggyújtjuk a gyertyát, és az lassan elég!

11. *Relaxálás*

- Maradjatok a földön háton fekvé, ahogy a gyertyák égtek el.
- Csukjátok be a szemeteket, és úgy hallgassátok a dalt, amit énekelek!

*Este van már késő este,
páasztortüzek égnek messze.
Messze-messze láthatáron,
az alföldi rónaságon.*

(Lehet más dal is, esetleg gépzene.)

- Közben figyeld az érzéseidet, hangulatodat, esetleg milyen szín jutott az eszedbe?

12. Összetartozunk (gyertyás játék)

- Most meggyújtok egy gyertyát. Vigyázzunk a lángjára!
- Lassan sétálj oda ahhoz a társadhoz, akihez szeretnél. Add a kezébe a gyertyát, és mondj egy szót neki.
- Köszönöm a játékot!

3.2 Mozgásos játékok

1. Állatkertben

- Játékos utánzó járások, futások. Mászás, kúszás, csúszás, ugrás meghatározott területen, kéz és láb alakú polifoam formákon, menetirányban. Játékos mondókákkal, versikékkal, hangutánzással kísért:
 - óriásjáras (lábujjhegyen járás, a karok magastartásban) pl. „Ilyen nagy az óriás, nyújtózkodjunk kispajtás!” – leguggolás,
 - törpejáras pl. „Ilyen kicsi a törpe, guggoljunk le a földre!”,
 - mackójáras (a kéz és a láb egyszerre mozdul) pl. „Mackó, mackó...”,
 - rókajáras (egyik láb a levegőben),
 - kígyócsúszás (hason csúszás kéztámasszal a mellkas mellett, összezárt lábakkal) sziszegéssel,
 - pókjáras (tenyéren és talpon támaszkodva felemelt csípővel előre haladva),
 - rákjáras (tenyéren és talpon támaszkodva felemelt csípővel hátrafelé haladva),
 - csikófutás (mindig egy láb indít, a másik láb utánlépéssel zár),
 - hátrafelé futások,
 - kenguruszökdelés páros lábbal, előre, hátra,
 - nyusziugrás (guggolásból, páros tenyérrel támaszkodás a talajon, majd összezárt bokával utánugrás).
- Eszköz(ök): polifoam, kéz és láb alakú formák

2. Gyorsan be a házba!

Meghatározott területen menetirányban járás, futás, jelre (dob, taps, kiáltás) belépések, befutások a karikákkal, babzsákokkal, szőnyegdarabokkal, papírtéglákkal stb. kijelölt „házba”, például:

- medvebarlangba,
- mókusodúba,
- madárfészekbe,
- nyusziüregbe,
- ürgelyukba.

Eszköz(ök): karikák, szőnyegdarabok, papírtéglák, babzsákok, dob, síp

3. Kőfogaló

Meghatározott területen annyi papírtéglák helyezünk el a földre a terület két oldalán, ahány gyerek van. Futás közben egymás kerülgetésével menetirányban jelre (dob, síp, taps) a gyerekek rátérdelnek „kövekre” (papírtéglákra).

Eszköz(ök): papírtéglák, dob, síp

4. Falmászók

- Fellépés a bordásfal 2. vagy 3. fokára, lépegetés oldalra, fel, le, fokonként vagy minden második fokra.
- A bordásfalnak háttal támaszkodva, madárfogással kapaszkodva függés, térdemelés, nyújtott láb emelése páros, illetve egy lábbal.
- Függés, sarokemelések (a bordásfallal szemben).
- Szemben a bordásfallal, a kezek és a lábak közelebb vannak egymáshoz, guggolásból térdnyújtással csípőringatás jobbra, balra.

Eszköz(ök): bordásfal

5. Alagútban

- Átbújások különböző méretű alagúton:
 - négykézláb járásban előre, hátra;
 - hason csúszásban előre, hátra;
 - háton csúszásban előre, hátra.
- Átfutások felépített akadálypályán:
 - két bója közé tett 10-15 cm magas rúdon át,
 - átlépés papírtéglák között,
 - átlépés papírtéglákra,
 - átbújás függőlegesen felállított karikákon,
 - átlépés, illetve átugrás szalagokon páros és egy lábbal.

Eszköz(ök): alagút, papírtéglák, szalagok, karikák

6. Játék a labdaágyban

A gyerekek nagyon kedvelik ezt a tevékenységet, szabadon örömmel mozoghatnak a kislabdák között. Fontos, hogy vigyázzanak egymás testi épségére!

Feladatok:

- átlépés a labdaágy szélén;
- a labdaágy szélén ülve bedőlés a labdák közé, előre és hátrafelé;
- gurulás a labdaágyban a test hossz tengelye körül;
- mászás, kúszás, hason, hátton csúszás, hempergés a labdák között,
- bebújás a labdák közé;
- egymás betakarása a labdákkal.

Eszköz(ök): nagy méretű labdaágy, benne sok kis méretű műanyag labda

7. Habszivacs-mászókázás

Különböző méretű és formájú mászóelemeken (lépcsőforma, kockák, téglalapok, hengerek, félkör alakú szőnyegek, hullámszőnyeg, háromszögformák) mászás, kúszás, csúszás:

- hason csúszás fejfelé előre;
- nyújtott ülésben előre-hátra csúszás, karokkal tolva, segítve a haladást;
- átmászás a hengereken;
- lépegetés a lépcsőkön fel, le, előre és hátra;
- gurulás a lejtőn lefelé a test hossz tengelye körül;
- mászás le és felfelé a lejtőn;
- kúszás le és felfelé a lejtőn.

Lehet nehezíteni a feladatokat eszközhordással (babzsák, szalag, kendő).

Eszköz(ök): habszivacs mászóelemek, babzsák, szalag, kendő

8. Törpék a nagylabdákon

- Hason fekvésben ringatózás előre-hátra, talpon támaszkodva a szőnyegen, meghatározott területen.
- Érdes felületű gimnasztikai nagylabdán ringatózás jobbra-balra lovaglólülésben, a két talpon támaszkodva.
- Felnőtt segítségével ringatózás hanyatt fekvésben előre-hátra, jobbra-balra. A gyermeket foghatják a kezüknél, illetve a bokájuknál. Fontos, hogy a gyermek ellazulva adja át magát a ringatózásnak.
- Kisméretű érdes felületű labdákkal talp- és tenyérmasszírozás különböző testhelyzetekben (állva, törökülésben, négykézláb állásban, hasalva, hanyatt fekvésben) egy, illetve két kézzel.

Eszköz(ök): különböző felületű, formájú gimnasztikai nagy- és kislabdák, szőnyeg

9. Fűrészelés

- A gyerekek párosával, egymással szemben ülnek terpeszülésben, a talpuk összeér.
- Egymást húzzák előre-hátra, keresztfogással, jobbra-balra törzsfordítással, illetve párhuzamos kartartással, előre-hátra dőlésekkel. A kezükbe adhatunk szalagot, kendőt.
- A gyerekek nyújtott lábbal érnek egymáshoz, a testük mögött megtámaszkodva. A talpuk összeér, és bicikliznek lassabb-gyorsabb ütemben, váltott, illetve páros lábbal.

Eszköz(ök): kendők, szalagok

10. Trambulin

Különböző módozatokban, ritmusban ugráljanak:

- terpeszállásban, zárt állásban, támadóállásban,
- páros és egy lábon,
- próbálják ugrás közben felhúzni a térdüket, illetve sarkukat,
- próbáljanak egy helyben futni.

Ha szükségét érzik, fogják meg a felnőtt kezét.

Párosával is ugrándoizhatnak, egymáshoz alkalmazkodva, illetve váltott ütemben.

Eszköz(ök): trambulin

11. Ingoványon

Az eszközöket egymástól megfelelő távolságra tegyük, meghatározott területen.

A pedálrollerrel meghatározott irányban haladjanak, amelyet egyszerre két gyerek is használhat, egyszerre történő lábemelésekkel.

A forgó tányérhintán állva is tudnak hintázni a magasított kapaszkodóba fogódzkodva. Ha már egyedül biztonságosan tudják használni ezt az eszközt, akkor ketten is hintázhatnak rajta.

Eszköz(ök): pedálroller fogantyúval (a taposógéphez hasonló eszköz, csak ezzel haladni is lehet), nagy forgó tányérhinta kapaszkodóval

12. Kövesd a nyomot!

- Kéz és láb alakú formákat szétrakunk a földön, kis területen.
- A játék lényege, hogy csak a kezekre, vagy csak a lábakra szabad lépni.
- Más módon is játszhatjuk: négykézláb járásban haladhatnak úgy, hogy a kéznyomokra csak kézzel, a lábnyomokra csak lábbal léphetnek.

Eszköz(ök): kéz és láb alakú polifoam formák különböző színekben és nagyságban

13. Akadályverseny

A természetes nagymozgások gyakorlásához (mászás, csúszás, kúszás, hason csúszás) a teremben elhelyezett mászóelemek (alagút, rézsútos csúszdaelemek, lépcsők, hengerek, szivacsok, zsámolyok, bóják) elhelyezésével akadálypályát építünk.

Feladatok:

- átlépés zsámolyról zsámolyra,
- hason csúszás előre-hátra, alagútban,
- lecsúszás nyújtott ülésben előre-hátra, rézsútos csúszdán,
- lépcsőn felmászás, előre-hátra (tolatva),
- hengereken átmászás,
- bóják kerülgetése,
- szivacson hossz tengely körüli forgás,
- bújás alagútban előre-hátra.

Eszköz(ök): alagút, rézsútos csúszda, lépcsők, hengerek, szivacsok, zsámolyok, bóják

14. Barlangjárás

- Barlangászok vagyunk.
- A barlang felfedezése közben különböző akadályokon pl.:
 - függőlegesen leállított karikákon,
 - karikák alatt,
 - vízszintesen elhelyezett 20-30 cm magas léceken,
 - labirintusrendszerben,
 - különböző formában megrajzolt vonalakon (csiga, hullám, cikcakk) (hátrafelé haladással is) kell átbújni, átlépni, átmászni, átcsúszni.
- Az az ügyes barlangász, aki nem akad bele az akadályokba, „falba”.

Eszköz(ök): karikák, lécek, kréta vonalak rajzolásához

15. Hegymászók

- A bordásfal legfelső fokára karabínerrel jól felerősítünk egy vastagabb kötelet.
Ki tud úgy fellepegetni fokonként a bordásfalon (körülbelül fél méteres magasságig), hogy közben a kötélbe kapaszkodik?
- A bordásfalra kitámasztható nyújtót teszünk tetszőleges magasságban, ez a függőhíd.

Ki tud:

- hintázni nyújtott karral,
- felhúzódkodni könyökhajlítással,
- nyújtott karral térdfelhúzásokat végezni,
- lábujjával megérinteni a fogódkodó kezét,
- oldalazva lépegetni a kezével?

Eszköz(ök): bordásfal, bordásfalra szerelhető nyújtó, vastag kötél, karabíner

16. Futóverseny az erdőben

Az erdőben mi vagyunk az állatok, és versenyzünk, hogy melyikünk a leggyorsabb.

Közben akadályokat kell kerülgetnünk:

- bója („bokor”) átlépése;
- átfutás 10-15 cm magas műanyag kockákon;
- „kidőlt farönkön, patakon” átugrás;
- papírtéglákon („köveken”) átlépés;
- földre helyezett körkötélen („ösvényen”) szaladás.

Eszköz(ök): kockák, papírtéglák, körkötél, bója, műanyag kockák

17. Labdafüzdőzés

- Hasonló módon, mint a kiscsoportos feldolgozásban, de most már párosával összefogódkodva is megpróbálhatják a dőléseket, borulásokat a labdaágyba, egymásra nagyon vigyázva.
 - dőlés, vetődés ülve, állva a labdák közé, előre-hátra, oldalra,
 - mászás, gurulás a hossz tengely körül,
 - egymás betakarása a labdákkal.
- Ki tud egyszerre több labdát az ölébe gyűjteni és az egyik sarokból a másikba átvinni?

Eszköz(ök): nagyméretű labdaágy, kisméretű labdák

18. Erősítőn

- Hintázzanak, másszanak különböző módozatokban, beltéri mászóóra szerelt:
 - trapézhintán,
 - egyoldalú függőlétrán és állólétrán,
 - négyoldalú függőlétrán,
 - tányérhintán.
- A négyoldalú létrán másszanak be és ki, egyik oldalról át a másikra.

Eszköz(ök): beltéri mászóóra (tinikondi)

19. *Kapd el gyorsan!*

- Falról visszaguruló labda elkapása két kézzel, egy lábbal, különböző testtartásokban (guggolásban, zárt- és terpeszállásban, hasalva, nyújtott és törökülésben ülve).
- Haladjanak meghatározott területen, szőnyeg szélén, párhuzamos vonalak között, négykézláb járásban, hason csúszva, kúszva labdagurítással, előre-hátra.
- Versenyezhetnek is, hogy ki tud a leghamarabb beérni a célba.

Eszköz(ök): léglabdák

20. *Jégkorizás*

- Jégkorongozók vagyunk.
- Járással, mászással, eszközcsúsztatással, kézzel fogva, lábbal tolva, előre, hátra vihetjük a „korongokat” (papírtégla, babzsák, műanyag kocka) meghatározott területen belül.
- Használunk szalagot is.
- Ki tud a leghamarabb beérni az ellenfél kapujába, a terület egyik végétől a másikba?

Eszköz(ök): papírtégla, műanyag kocka, szalag, babzsák

21. *Csináld, amit mondok!*

- A gyerekek meghatározott területen belül, egymást nem zavarva végezzék a játékos feladatokat eszközzel (babzsák, buzogány, kiskarika, kislabda) vagy anélkül.
 - Tedd a fejedre mindkét kezed és fordulj hátrát!
 - Állj terpeszbe, nyújtsd ki az egyik kezedet, előre, a másikkal fogd meg a füledet!
 - Ugorj hátra hátrát!
 - Guggolj le négyszer!
 - Lépj előre kettőt!
 - Ugorj terpeszállásba!

Csukott szemmel:

- Hasalj le, és fogd meg a bokád!
- Guggolj le, és a könyöködet behajlítva emeld fel az öklödet!
- Állj fél lábon, amíg ötöt számolok!

További ötletek: Maguk is kitalálhatnak és mondhatnak egymásnak különböző játékos feladatokat, vagy egyszerre ketten összekapaszkodva is mozoghatnak.

Eszköz(ök): babzsák, buzogány, kiskarika, kislabda

22. *Artisták vagyunk*

- Járvunk úgy, mint a cirkuszban az artisták, hogy fent maradjunk a szeren:
 - kitömött zoknikból készített kígyón,
 - rézsútos pallón;
 - földre fektetett kötélén, előre, hátra, oldalra lépegetve,
 - létrafokok között magas térd- és sarokemeléssel,
 - padon tyúklépésben,
 - zsámolyon fel- és lelépéssel egyensúlyozzunk.
- Az az ügyes, aki egyszer sem teszi le a lábát a tornaszerről!

Eszköz(ök): kötél, pad, létra, zsámoly, kitömött zoknikból készített kígyó

23. *Lábujjtorna*

- Zokni nélkül, szőnyegen elhelyezkedve csipegessék fel a különböző játékokat a földről:
 - kendő felvétele,
 - szivacs és érdes felületű labdák felmarkolása,
 - papír zsebkendő tépése lábujjakkal,
 - állva, ülve gyöngyök, kisebb kavicsok rakosgatása lábujjakkal a földről kosárba, vagy egyik kosárból a másikba.
- Versenyezhetnek is, kinek ürül ki előbb a kosara.

Eszköz(ök): kendő, szivacsabda, papír zsebkendő, gyöngyök, kisebb kavicsok, kis méretű, érdes felületű labdák

24. *Lazítunk*

- „Nézz körül!": terpeszállásban csípőre tett kézzel fejfördítés jobbra, kilégzés, vissza kiinduló helyzetbe, belégzés, majd balra is.
- „Kapu": széles terpeszállásban térdek behajlítva, kezek a térden, a testsúly át-helyezése jobbra, balra, közben kitolásnál kilégzés, visszaállásnál belégzés.
- „Az ég felé": hanyatt fekvésben a karok magastartásban, kar- és lábemelés egyszerre, belégzés, majd vissza kiinduló helyzetbe, kilégzés.
- „Fél gyertya": hanyatt fekvés, lábemelés, fejbiccentés a mellkasra, belégzés, vissza kiinduló helyzetbe, kilégzés.
- „Daru": terpeszállás, magastartás, törzshajlítás előre, karok benyújtása a két térd közé, kilégzés és vissza kiinduló helyzetbe, belégzés.
- „Pumpa": kis terpeszállás, kezek csípőn, leguggolás, kilégzés, felállás, belégzés.
- „Katona": alapállás, kilépés támadóállásba, karok magastartásba lendítésére belégzés, vissza kiinduló helyzetbe, kilégzés.

Eszköz(ök): szivaccszőnyeg, magnó/CD-lejátszó, Hangos melléklet

25. Ugróművészek

- Különböző módozatokban, ritmusban ugráljanak a trambulínon:
 - páros lábon, zárt- és terpeszállásban,
 - egy lábon,
 - váltott lábbal,
 - térdfelhúzással,
 - sarokfelhúzással,
 - meghatározott egységekben (pl. terpesz, terpesz, zár, zár, terpesz, zár, terpesz, zár),
 - harántterpeszben jobb, jobb, bal, bal lábtartással,
 - levegőben láblendítéssel előre és hátra,
 - levegőben biciklizés előre pár ütemben,
 - levegőben ugrás közben forgás függőlegesen, negyed, illetve fél fordulat-tal.
- Lehet párban egymáshoz igazodva, összehangolva ugrálni különböző módon, kézfogással.
- Számolhatják, hogy ki mennyit tud ugrálni egy adott feladatban.
- Lehet zenére ugrálni; ha megáll a zene, egy másik gyerek következik (pl. Brahms: *Magyar táncok*).

Eszköz(ök): trambulín, magnó, komolyzenei CD (Brahms: *Magyar táncok*)

26. Állatfogó

Meghatározott területeken belül haladjanak menetirányban vagy egymást kerülgetve.

- Járások:
 - mackójárás,
 - sánta róka,
 - pókjárás, hamis pókjárás,
 - rákjárás, hamis rákjárás,
 - fókajárás,
 - varjújárás (guggolásban járás),
 - tengerészjárás (oldalra kilendített lábfejjel),
 - katonamasírozás (egymás után, egyszerre indított azonos lábbal való lépéssel),
 - lábujjhegyen,
 - sarkon,
 - külső és belső talpélen,

Nehezítés: zsámolyra tett pallón járjanak föl, le, előre, hátra, oldalazva.
- Ugrások:
 - nyusziugrás,
 - békaugrás,

- csikóugratás,
 - különböző szökdelések egy, két, illetve váltott lábon, akadályok között, fölöött.
- Nyújtások:
- kobra,
 - kígyósiklás.
- A mozgásokat előre, hátra, oldalazva is végezhetik, nyitott és csukott szemmel is.
- „Állatfogó”:
- Az egyes állatok járásával, ugrásával mozog a fogó és a gyerekek is. A megfoglott gyerekek, „állatok” kiülnek a játékból, szurkolhatnak a még bent maradtoknak.

Eszköz(ök): nincs eszközigény

27. Fókaverseny

- Meghatározott területen belül gurulás body-roll hengerekre hasalva:
- hintázás előre-hátra,
 - mászás hengertolással előre-hátra,
 - hanyatt fekvésben a láb és a kéz segítségével ringatózás előre-hátra,
 - próbáljanak a hengeren hason fekvésben lebegni úgy, hogy a kezük és lábuk ne érjen le a talajra,
 - belebújva az eszközbe forgás a test hossz tengelye körül mindkét irányban,
 - hengerbe bújva négykézláb járás („teknősbékák”),
 - hengerre támasztott kézzel, bokával fekvőtámasz végzése,
 - fókajárásban, pókjárásban tereljék maguk előtt a hengert,
 - vigye a hátán a hengert („csiga”),
 - szivacson nyújtott karral és térddel hossz tengely körüli forgás mindkét irányban,
 - szivacson bukfencezés előre hengeren keresztül.
- Páros gyakorlatok a hengerrel:
- a társsal szemben állva, egyszerre emeljék fel egy, illetve két kézzel, fél lábbal a hengert,
 - nyújtott ülésben kéztámasszal a test mögött, lábukkal próbálják meg egymástól elgörgetni a hengert,
 - talicskázás puha talajon, kis henger segítségével, az egyik gyerek tekeri a kezében a hengert, a másik gyerek óvatosan tolja előre a társát.
- „Fókaverseny” (váltóverseny):
- A gyerekek (fókák) hengerbe bújtatott lábakkal jutnak el a következő gyerekig (a vízíg), ahol a henger átadása után folytatódik a verseny. Az a csapat győz, akinek az utolsó játékos először ér a célba.

Eszköz(ök): body-roll hengerek különböző méretben, szivacsszőnyeg

28. Szobahinta

- A billenő hintán lépegessenek előre, hátra, oldalra.
- A billenő hintát felfordítva, hídként használva is haladhatnak előre, hátra, oldalra. Egymásnak háttal, illetve szemben állva, guggolva, térdelve kézfogással hintázzanak egyszerre a billenő hintán.
- A rugós deszkán lépjenek előre-hátra, oldalra.
- Rugós deszkán járjanak utánlépéssel, jobb, illetve bal lábbal indítva.
- Átmászás a rugós deszkán, tenyéren és térden támaszkodva.

Eszköz(ök): billenő rácshinta, rugós deszka

29. Nyomkövetés

„Térkép” alapján követjük a madarak nyomait. Aki legelőször végighalad a földre rajzolt pályán, az a legügyesebb nyomolvasó.

Lépegethetnek:

- előre,
- hátra,
- oldalazva,
- meghatározott vonalak, alakzatok mentén (cikcakk, hullám-, derékszögben megrajzolt vonalak mentén),
- különböző méretű sávokban,
- szlalomozással,
- 5-10 cm magas akadályok átlépésével.

Eszköz(ök): bója , papírtéglák, kréta a vonalak rajzolásához

30. Kapd el!

- Labdapattogtatás különböző módozatokban:
 - járva, futva,
 - földre, egy, két, illetve váltott kézzel,
 - falra alsó-, illetve felsődobásban,
 - meghatározott vonalakat bejárva,
 - akadályokat kerülgetve,
 - oldalra lépegetve,
 - hátrafelé haladva labda feldobása, taps, majd elkapása,
 - folyamatos labdapattogtatás maguk körül.
- Párosával is labdázhatnak:
 - labdapattintás társnak,
 - labdadobás társnak, majd dobás után megfordulás különböző irányokba.
- Folyamatosan röplabdázva adogathatják egymásnak a labdát, úgy, hogy ne essen le a földre.
- Sorversenyeket játszhatnak (a labda átadása fej fölött, a labda lábak alatt gurítása...)

- „Labda állj!”: folyamatos labdapattogtatás különböző módozatokban (egy kéz, két kéz, váltott kéz), majd adott jelre (sípszó) a labda megáll a kézben.

Eszköz(ök): léglabdák, síp

31. Tornáztasd az ujjaid!

- Zongorázás, gitározás, hegedülés, furulyázás utánzása ujjtornával.
- Hápopás összezárt ujjakkal.
- Összezárt ujjak széttárása, majd összezárása (páva).
- Összetett tenyérrel, azonos ujjakkal való egyenkénti tapsolás.
- A hüvelykujjhoz való többi ujj hozzáérintése egyenként, majd vissza.
- Egymás ötletei alapján tornáztassák ujjukat.
- „Éhes farkasok”: különböző nagyságú csipeszek a „farkasok”, akik már nagyon éhesek. Versenyezhetnek, hogy melyikük tudja a tálból a legtöbb húst (szivacsdarabokat) kiszedni bizonyos időtartamon belül.
- „Pörgezd tovább!”: pörgettyű forgatása az asztalon.
Versenyezhetnek, hogy kinek forog legtovább megállás nélkül a pörgettyűje, ki forgatta meg legerősebben.

Eszköz(ök): különböző csipeszek (orvosi, fa-, hús-, szemöldök-, ruhacsipesz), szivacsdarabok

32. Bemelegítés a bábozáshoz

- A szőnyegen törökülésben körbe ülve:
 - könyökben meghajlított karokkal csuklókörzés végzése 10-szer befelé, 10-szer kifelé;
 - könyökben meghajlított karokkal, lefelé fordított tenyérrel ujjukat lebegtessék;
 - felfelé fordított tenyérrel is végezzék el a gyakorlatot;
 - lefelé és felfelé fordított tenyerüket zárják 5-ször ökölbe;
 - fordítsák egymás felé a tenyerüket, és a hüvelykujjuktól kezdve a kisujjukig sorban illesszék össze ujjukat, az érintés csak egy pillanatig tartson;
 - illesszék össze tenyerüket, egy-egy pillanatra válasszák szét ujjukat a hüvelykujjuktól a kisujjukig oda-vissza;
 - a tenyerüket tegyék az asztallapra, és mindkét kezükön az azonos ujjakat egyszerre mozgassák egymás után, oda-vissza;
 - kezeikkel játszanak árnyjátékokat, különböző állatfigurák megjelenítésével.
- „Bábjelenet” (ujjbábokkal): bábok mozgatása ujjak segítségével ismert dalra (pl. Gyere, Kata, tánca), mondókára (pl. Ecem, pecem), mesére (pl. A csillagszemű juhász).

Eszköz(ök): ujjbábok

33. Létramászás

Ki tud legerősebben kapaszkodni a fokokon?

- Mászás bordásfalán:
 - fel, le, függőleges irányban;
 - lépegetés jobbra, balra, arccal és háttal a szernek;
 - függésben biciklizés;
 - bordásfallal szemben állva csípőtolás hátra, oldalra;
 - bordásfallal szemben függeszkedés, sarokemelés;
 - bordásfalnak háttal guggolva, fogás magastartásban, törzskitolással homorítás;
 - bordásfalnak háttal guggolva, kéztámasz a test előtt, és a lábakkal felmászás kézenállásba.
- Mászás egy- illetve négyoldalú függőlétrán, kívül-belül, függőleges irányban, lógva, oldalra lépegetve, a fokok között átbújva.
- A függőlétrákon két gyerek egymással szemben is mozoghat, vigyázva egymás testi épségére.
- Próbáljanak meg néhány pillanatra egy kézzel kapaszkodva függeszkedni a szeren.
- „Tűz, víz, repülő”: „tűz”-re a terem egyik kijelölt sarkában gyülekezés, „víz”-re mászás bordásfalra, „repülő”-re hason fekvés a padlón.
Aki téveszt, kiül a játékból.

Eszköz(ök): bordásfal, egy-, illetve négyoldalú függőlétra

34. Rajzolás

- Rajzolni lehet a levegőbe, egymás hátára, kézfejére:
 - kört,
 - X-et,
 - + jelet,
 - háromszöget,
 - négyzetet,
 - téglalapot,
 - S-vonalat,
 - hullámvonalat,
 - csigavonalat,
 - vízszintes, függőleges és ferde egyenes vonalat,
 - különböző egyszerű rajzokat (pl. házikó, napocska...).
- A teremben készíthetünk labirintusokat úgy, hogy a földre különböző vonalakat és formákat ragasztunk le. Ki az, aki végig tudja járni anélkül, hogy eltévedne?

Eszköz(ök): szigetelőszalag a ragasztáshoz, fonalak, formák

35. Csak lábbal érvényes!

- Labdavezetés lábbal különböző akadályok, bóják között előre haladással:
 - váltott lábbal vezessék a labdát sávokban, vonalakon,
 - labdarúgás a padhoz, majd a visszapattanó labda megállítása lábbal,
 - labda rúgása célba,
- Rajzolás lábbal, földre helyezett csomagolópapírra filctollal, ülve, állva.
- Pálcikák felszedése meztláb a földről.

Eszköz(ök): léglabda, bója, pad, csomagolópapír, filctoll, pálcikák

36. Lazítsunk!

- „Legyező”: törökülésben nyújtott karemelés fej fölé, belégzés, vissza kiinduló helyzetbe, kilégzés.
- „Csigák”: hanyatt fekvés, térdfelhúzás, átkulcsolás, belégzés, majd a térd visszaengedésével kilégzés.
- „Nyuszi” (nyújtó gyakorlat): sarokülés, előrehajolva az alkarra támaszkodva a fej behúzása a két kar közé, folyamatos levegővétel.
- „Háztető”: hason fekvésben karok a mell mellett, karnyújtással csípőemelés, belégzés, majd vissza kiinduló helyzetbe, kilégzés.
- „Húzd be a térded!”: négykézláb állás, jobb térd felhúzása, közelítése a homlokhoz, belégzés, majd vissza kiinduló helyzetbe, kilégzés, lábtartáscsere.
- „Kapu”: hanyatt fekvés, lábemelés, a bokát megfogva terpesztés, folyamatos levegővétel.
- „Alvó póz”: hason fekvésben azonos oldalú kéz és láb felhúzása, először egyik, majd másik oldalra, folyamatos levegővétel.
- A gyakorlatok időtartamát fokozatosan növeljük!
- Zenére is végezhetik a gyakorlatokat.

Eszköz(ök): szivacszőnyeg

3.3 Játékajánló

| Téma-1 | Avartüzek – a tűzoltók akcióiban |
|-------------------------------|---|
| A tevékenység célja | A gyerekek témával kapcsolatos élményeinek, érzéseinek szabad kibontakozása |
| A tevékenység feladata | Az ember felelősségének a tudatosítása |
| Ajánlott megelőző tevékenység | <ul style="list-style-type: none"> – Beszélgetés különböző munkákról, veszélyes foglalkozásokról – Mi a veszély? – a gyerekek ezzel kapcsolatos élményeinek meghallgatása – A tűz szerepe az ember életében (haszna, kára) – Dalos játék tanulása – Tűzoltóautók készítése – Látogatás a tűzoltóállomáson |
| Eszközök | Locsolócsövek, létra, stilizált tűzoltóautók |
| Vázlat | <ul style="list-style-type: none"> – Tűzoltóállomás megépítése – Tűzoltók munkába állása – Tűzoltók munkában (helyzetek eljátszása a gyerekek saját ötletei, élményei alapján) |

| Téma-2 | „Fenn a hegyen körbe-körbe Tűztáncot jár három törpe...” |
|-------------------------------|--|
| A tevékenység célja | A mesék világán keresztül a gyerekek saját érzéseinek, vágyainak megmutatása |
| A tevékenység feladata | <ul style="list-style-type: none"> – A gyerekek által kedvelt mesék ötvözése – A mesealakok egyéni érdekeinek ütköztetése – Az egyéni, illetve a közösségi akarat egyensúlyának megtapasztalása |
| Ajánlott megelőző tevékenység | <ul style="list-style-type: none"> – Beszélgetés a mesékről – Kedvenc mesék, mesealakok – Pozitív, negatív mesealakok |

| | |
|----------|--|
| Eszközök | <ul style="list-style-type: none"> – Citromsárga, narancssárga, piros, bordó szalagok, papírcsíkok, különféle ruhák, fejdíszek, kalapok, bármely más tárgy a gyerekek igényei szerint |
| Vázlat | <ul style="list-style-type: none"> – „Tűzépítés” szalagokból, a „tűz” folyamatos táplálása, kordában tartása – „Melegedés”, beszélgetés, mese a „tűz” körül – Mesealakok találkozásának ötlete – A helyszín kiválasztása, megalkotása – A gyerekek mesealakká változása – A mesealakok találkozója |

| | |
|-------------------------------|---|
| Téma-3 | Luca napi boszorkánytalálkozó |
| A tevékenység célja | A gyerekek saját érzéseinek, félelmeinek, esetleges szorongásainak, élményeinek kijátszása |
| A tevékenység feladata | <ul style="list-style-type: none"> – A gyermekek boszorkányoktól való félelmeinek oldása – Néphagyományaink megismertetése a gyerekekkel |
| Ajánlott megelőző tevékenység | <ul style="list-style-type: none"> – Beszélgetés a Luca-naphoz fűződő néphagyományokról, néhány szokás kipróbálása (gombócjósítás, terményjósítás, búzaültetés stb.) – Boszorkányokról szóló mesék gyűjtése, mesélése – Daltanulás |
| Eszközök | <ul style="list-style-type: none"> – Különféle ruhadarabok (szoknyák, kendők, kalapok stb.), arcfesték, a csoportban található bármilyen tárgy a gyermekek igényei szerint |

| | |
|--------|---|
| Vázlat | <ul style="list-style-type: none"> – Különböző ruhadarabok, tárgyak segítségével boszorkányokká válás – A boszorkánytanya berendezése – Ünnepi készülődés, vendégvárás – Az ünnepi menü kitalálása – Boszorkánytalálkozó (tánc, multság, varázsigék kitalálása, varázsfőzet kotyvasztása stb.) |
|--------|---|

| | |
|-------------------------------|--|
| Téma-4 | Várostrom |
| A tevékenység célja | A választás lehetőségének élménye |
| A tevékenység feladata | <ul style="list-style-type: none"> – Együttműködés egy közös cél érdekében – Egymás testi épségének megőrzése |
| Ajánlott megelőző tevékenység | <ul style="list-style-type: none"> – Élet Mátyás király udvarában, ruházat, fegyverek, – Mátyás királyról szóló mesék, – Kirándulás régi várhoz |
| Eszközök | <ul style="list-style-type: none"> – Különböző méretű dobozok, Wesco téglák, papírhengerek, maroklabdák |
| Vázlat | <ul style="list-style-type: none"> – Várépítés – Várvédők és ostromlók szerveződése – „Stratégiai” megbeszélés (az ostrom szabályainak kitalálása) – Az ostrom |

| | |
|-------------------------------|---|
| Téma-5 | Családi tűzhely, ünnepi készülődés, sürgősforgás a konyhában |
| A tevékenység célja | A régebbi korok életmódjának megtapasztalása |
| A tevékenység feladata | <ul style="list-style-type: none"> – A vendégvárás, vendéglátás szabályainak gyakorlása – Az ember tűzzel kapcsolatos felelősségének tudatosítása |
| Ajánlott megelőző tevékenység | <ul style="list-style-type: none"> – Beszélgetés a tűz szerepéről az ember életében – Az ételfélék és elkészítési módjaik |

| | |
|----------|---|
| Eszközök | Égethető gyurma, konyhai eszközök, citromsárga, narancssárga, piros, bordó szalagok, papírcsíkok |
| Vázlat | <ul style="list-style-type: none"> – A tűz felélesztése, folyamatos „táplálása”, kordában tartása – Ünnepi készülődés (sütés, főzés) – Terítés, vendégvárás – Vendéglátás – A tűz eloltása |

| | |
|-------------------------------|--|
| Téma-6 | Tűzoltóverseny |
| A tevékenység célja | A versenyhelyzet megtapasztalása |
| A tevékenység feladata | – A játék szabályainak betartása |
| Ajánlott megelőző tevékenység | <ul style="list-style-type: none"> – Tűzoltók akcióban (játék) – A tűz szerepe az ember életében (haszna, kára) |
| Eszközök | – Egyenlő számú piros, kék szalag, három zsámoly vagy nagy doboz, két vászonalagút vagy hullahopp karika |
| Vázlat | <ul style="list-style-type: none"> – A gyermekekből két tűzoltócsapat alakítása – A tűz fészének kijelölése (a piros szalagokat a zsámolyba vagy papírdobozba tesszük) – Két víztartály helyének kijelölése (a tűz fészektől azonos távolságra) – kék szalagokkal – A játék leírása: kék szalaggal átbújás az alagúton, futás a tűz fészékéhez, a kék szalag beledobása, piros szalaggal visszafutás az alagúthoz, átbújás és a piros szalag beledobása a vizes edénybe. – A verseny szabálya: a játék jelre indul, az alagútban oda-vissza mindig csak egy tűzoltó tartózkodhat. – A játék akkor ér véget, ha a tűz fészékéből elfogy a piros szalag. Az a csapat győz, akinek a végén a vizes tartályában több piros szalag van. |

| | |
|-------------------------------|--|
| Téma-7 | Sárkányok földjén |
| A tevékenység célja | A gyerekek témával kapcsolatos érzéseinek, élményeinek kijátszása |
| A tevékenység feladata | <i>A képzeletben minden megtörténhet!</i> élményének tudatosítása |
| Ajánlott megelőző tevékenység | <ul style="list-style-type: none"> – Sárkányokról szóló mesék – Sárkányok ábrázolása – Beszélgetés rajzfilmekről |
| Eszközök | Citromsárga, narancssárga, piros, bordó szalagok, papírcsíkok |
| Vázlat | <ul style="list-style-type: none"> – „Tűzépítés” szalagokból, a „tűz” folyamatos táplálása, kordában tartása – „Melegedés”, beszélgetés, mese a „tűz” körül – A sárkányok megjelenése (gyermekek önszerveződése) – A sárkányok bemutatkozása – Sárkányfajták (a gyerekek egyéni ötletei alapján) – Tűzokádó verseny a sárkányok között |

| | |
|-------------------------------|--|
| Téma-8 | Lovagi torna a királyi palotában |
| A tevékenység célja | A verseny izgalmának átélése |
| A tevékenység feladata | A gyerekek tapasztalják meg saját határaikat. |
| Ajánlott megelőző tevékenység | <ul style="list-style-type: none"> – Mátyás király korának feldolgozása – A tűz szerepe a középkorban – Mesék Mátyás királyról – Beszélgetés, könyvnezegetés a lovagok életéről: páncélzatuk, fegyvereik, ezek kövacsolása |
| Eszközök | Falovak, korona, palást, lovagi öltözék (sisak, vért), papírmasé fáklyák, citromsárga, narancssárga, piros, bordó szalagok, papírcsíkok |

| | |
|--------|--|
| Vázlat | <ul style="list-style-type: none"> – A királyi udvar berendezése, az udvari népek beköltözése – A lovagi torna kihirdetése és helyszínének kijelölése – Lovagi próbák: tűzugrás, fáklyakeresés (vakjátékok), tűzhordás, a győztes megjutalmazása – Multság a palotában |
|--------|--|

| | |
|-------------------------------|---|
| Téma-9 | Lámpagyújtogató játék |
| A tevékenység célja | Az együtt játszás öröme |
| A tevékenység feladata | A sötétségtől való félelem legyőzése |
| Ajánlott megelőző tevékenység | <ul style="list-style-type: none"> – Beszélgetés a tűz szerepéről az ember életében – Régi világító eszközök (könyvnezegetés) |
| Eszközök | Különböző színű szalagok (a tüzet szimbolizáló szalagok a többitől eltérő tapintásúak legyenek) kosárban összekeverve |
| Vázlat | <ul style="list-style-type: none"> – A lámpagyújtogató gyermek kiválasztása (pl. mondókával). – A lámpások szétszóródnak az adott térben (a gyermekek térdelnek vagy törökülésben ülnek). – A lámpagyújtogató szemét bekötik, a szalagok kezébe adják. – Feladata: a lámpások megkeresése, a tüzet szimbolizáló szalag átadásával a lámpa meggyújtása. – A szalag kiválasztása tapintás útján történik. A lámpás feláll, ha megfelelő szalagot kap a lámpagyújtogatótól. A játék meghatározott időtartamú. Cél, hogy minél több lámpásban „gyúljon” ki a fény. |

| Téma-10 | Tökvilág |
|-------------------------------|--|
| A tevékenység célja | Az otthonnal, a fénnel kapcsolatos érzések, gondolatok szavakká formálása |
| A tevékenység feladata | Természetes anyagokból különböző formák létrehozása, fantáziavilág megteremtése, folyamatos együttműködés a társakkal |
| Ajánlott megelőző tevékenység | – Bálint Ágnes: <i>Mazsola</i> ¹ című könyvének elmesélése – Sütőtöksütés, -ízlelés |
| Eszközök | Különböző méretű tökök, tompa hegyű kések, kanalak |
| Vázlat | – A különböző méretű tökökből fantázia lakóépületek, középületek készítése – Település létrehozása (utcák, terek kialakítása) – A tökvilág benépesítése, a tökmagok életre kelnek – A tökvilág nappal és este (a tökházak kivilágítása mécsessel) |

1

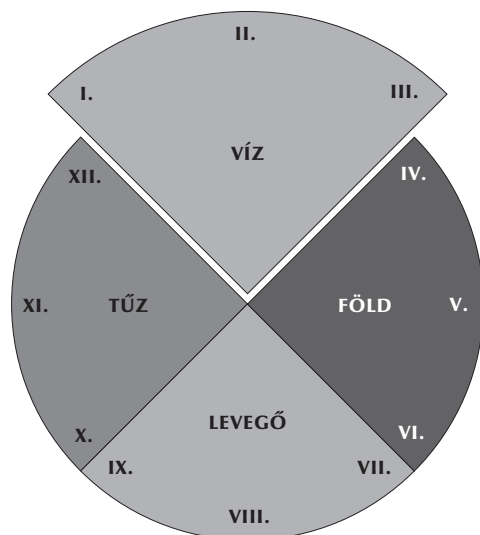
| Téma-11 | Árnyjáték |
|-------------------------------|---|
| A tevékenység célja | Történetek, érzések megjelenítése mozdulatokkal |
| A tevékenység feladata | – A testtudat erősítése – Az egyéni alkotókedv felkeltése |
| Ajánlott megelőző tevékenység | – Különböző állatok, egyszerű cselekvések megjelenítése mozdulatokkal – „Amerikából jöttem...” játék |
| Eszközök | Sötétítő függönyök, fehér vászonlepedő, erős fényű lámpa |

¹ Bálint Ágnes – Bródy Vera: *Mazsola*. Holnap Kiadó Kft., Budapest, 2001.

| | |
|--------|---|
| Vázlat | <ul style="list-style-type: none"> – A vászon kifeszítése – A lámpa elhelyezése a vászon mögött – A helyiség besötétítése – Mozdulatok, formák kitalálása, kipróbálása – Egymás felismerése – Történetek kitalálása, eljátszása a gyermekek ötletei alapján |
|--------|---|

| Téma-12 | Elemek harca |
|-------------------------------|--|
| A tevékenység célja | Az együttjátszás örömeinek megtapasztalása |
| A tevékenység feladata | A játékhoz szükséges szabályok konszenzusos létrehozása, betartása |
| Ajánlott megelőző tevékenység | Beszélgetés az elemekről, természeti törvényszerűségekről ellentétpárok gyűjtése |
| Eszközök | A gyerekek által készített kártyalapok, dobókocka, kartonból készített vízcseppek, lángnyelvek |
| Vázlat | <ul style="list-style-type: none"> – A játékhoz szükséges kártyalapok elkészítése a gyermekekkel: 15 különböző erősségű tűz- és 15 különböző erősségű víz-kártya szükséges (pl. tűz: gyertyaláng, cigarettaparázs, tábortűz stb., víz: esőcsepp, pohár víz, folyóvíz stb.). – A gyerekek két csapatba – tűz és víz – szerveződése. – A játék menete: mindkét csapat felfordítja a legfelső lapját; a két elem erősségének összevetése. – Az erősebb lappal rendelkező csapat dob a dobókockával, és a pontértékkel azonos mennyiségű vízcseppet, illetve lángnyelvet vehet magához. – A játék addig tart, amíg a kártyák el nem fogynak. – Az a győztes csapat, akinek a játék végén több vízcseppje, illetve lángnyelve lesz. |

4. VÍZ



4.1 Dramatikus elemeket tartalmazó játékok

1. Játék állatnevekkel (ráhangoló, kapcsolatteremtő játék)

Arra kérlek benneteket, álljatok körbe! Dobjátok valamelyik társatoknak a delfint, és mondjátok, milyen állatok lennétek, ha vízben, vízparton élnétek (cápa, ámbráscet, krokodil, rák stb.).

Kellék(ek): 1 plüssállat (pl. delfin)

2. Játék saját nevekkkel, mozgással összekapcsolva (kapcsolatteremtő játék)

- Középre dobom a delfint. Akinek a keresztnevét mondom, annak az ovisnak el kell kapnia a plüssállatot.
- Mindig az a játékos dobja a delfint, aki a nevét hallotta!
- Nehezített változat:
Mondd a saját keresztneved egy jó tulajdonsággal és annak a társadnak a nevét, akinek a delfint szánod! (Pl. jókedvű Évi Katának, segítőkész Kata Eriknek stb.)

3. Memóriabújócska (kapcsolatmélyítő játék)

- Körben állunk, a kör közepén áll a hunyó.
- Választás: bekötött szemmel szaladok, akire rámutatok, az a hunyó.

- Mondókára indulunk:

*A vízparton jártunk-keltünk,
egy gyermeket elvesztettünk.”
Mondd meg ... (a hunyó nevét mondjuk),
mondd meg nekünk,
ki az, aki nincs velünk?*

- A kör megáll. Akire csendben rámutatok, az a társunk elbújik a takaró alá.
- A hunyó szeméről levesszük a kendőt, és ki kell találnia, ki hiányzik a körből.
Ha sikerült, helyet cserélnek. Segíthet a csoport először külső tulajdonság (amit látunk), később belső tulajdonság (amit nem látunk) jellemzésével.

Kellék(ek): 1db kendő, takaró

4. Tündérország (figyelemösszpontosító, a közérzetet javító játék)

- Körben ülünk a székeken.
- Három helyszínt mondok: 1. Óperenciás-tenger, 2. Üveghegy, 3. Kerekerdő. Mindez Tündérországban található. Megérintem a gyerekek vállát, és a fent leírt sorrendben „megnevezem” őket.
- A játékvezető középre áll. Ha most azt a szót hallod, hogy „Óperenciás-tenger”, azok a gyerekek cserélnek helyet, akik ezt a „nevet” kapták!
- A kör közepén álló játékvezető is iparkodik helyet találni magának.
- „Üveghegy” felszólításra a fent leírt módon cserélnek helyet a gyerekek.
- „Kerekerdő” felszólításra ugyanez a feladat.
- „Tündérország” felkiáltásra mindenki helyet cserél, nem maradhat senki a szomszédja mellett!

5. Színcápa (ügyességi játék, gyors reagálóképesség)

- Egymástól kb. 3 méter távolságra vonalakat húzunk.
- Ez az Óperenciás-tenger, ebben él a cápa.
- A cápa (egy gyermek) elkiáltja magát: pl. Jöjjenek a kékek!
- Ekkor minden olyan óvodás átfut, akin a kék szín nem található. Akin található a szín, az nyugodtan átsétálhat, hiszen előtte szabad az út. Akin más szín van, és „elkapja a cápa”, helyet cserél.

6. Megjött a kishajó (a kifejezőkészséget és a memóriát fejlesztő játék)

- Az óvodapedagógus és a gyerekek között folyik a párbeszéd.
- Üljetek körbe a székekre!
 - Megjött a kishajó!
 - Honnan jött?
 - Budapestről. (Mindig más várost nevezhetünk meg.)
 - Mit hozott?

- Álmos gyereket „Á”.
 - Csodálkozó gyereket „Ó”.
 - Csacsit „iá”.
 - Kecskét „mek-mek” stb.
- Nehezíthetjük a későbbiekben a játékot úgy, hogy gondolunk valamire, és annak a jellemző tulajdonságairól mondunk valamit, pl. hideg, gombócban adják, gyümölcsből is készülhet, tölcserbe teszik (fagyti) stb.

7. Hajó a hullámokon (a koncentrációt, az együttműködést fejlesztő játék)

- Álljatok fel, és szálljunk be a hajóba! Akit megérintek, az a „kormányos”.
- Az „utasok” vállfogással egymás mögé állva csatlakozzanak!
- Indítjuk a hajós mondókát:

*Megy a hajó a Dunán,
lemaradt a kapitány.
Kiabál, trombitál,
de a hajó meg sem áll.
(2x, 3x elmondjuk.)*

- Megérkeztünk a kikötőbe. Megállunk. A hullámok dobálják a hajónkat. Érzitek? A kormányos (az első gyerek) lassan leguggol, majd ugyanilyen lassan feláll. Az utasoknak nagyon kell figyelniük, mert mire az előttek lévő társatok feláll, már el kell kezdenetek guggolni! Ha egyformán mozogtok, olyanok lesztek, mint a hullámzó tenger!
- Ha közben halk zene szól, érzelmileg jobban érintettekké válhatunk (pl. Vangelis: A paradicsom meghódítása).

8. Kincses sziget (mozgáskonzentráció, érzékelő játék)

- A hullámok elsodorták a hajónkat, és egy szigeten kötöttünk ki.
- Üljetek le a szigeten körben!
- Kincseket is látok, ám hogy a miénk lehessen, meg kell szereznünk a „Kincsek őrzőjétől”.
- Egy gyerek középen ül csukott szemmel.
- A „Kincsek őrzője” előtt néhány aranypénz van, a „kincsei”.
- Akire rámutatok, odalopakodik nesztelenül, és csendben megpróbálja megszerezni – lehetőleg észrevétlenül – a kincset.
- Ha sikerül neki, vagyis nem fogja meg a „Kincsek őrzője”, akkor ő lesz az új „Őrző”.
- Ellenkező esetben másvalaki próbálkozhat.

9. Pingvinek a jégtáblán (együtműködést segítő játék)

- Befagyott a sziget körül a tenger, nem tudunk hajóval továbbmenni.
- Mindenfelé jégtáblákat látok. Itt is egy jégtábla a lábam alatt.
- Leteríték egy takarót a földre, először úgy, hogy mindenki ráférjen.
- Háromszor forduljunk meg magunk körül, és átváltozunk pingvinekké! To-tyogjunk, mint a pingvinek!
- Úszkálunk a jégtábla körül, de ha halljátok, hogy azt mondom: „Vihar közeledik!”, minden pingvinnek rá kell állnia a jégtáblára!
- Minden vihar után kisebbre hajtom a takarót, így egyre nehezebb helyet találnia mindenkinek.
- Vigyázzatok, mert a jégtábla lassan olvad, és egyre kisebb lesz! (Összehajtom a takarót.)
- Segítsetek egymásnak, hogy minden kis pingvin ráférjen a jégtáblára!

10. Öreg halász (gátlásoldó, figyelmet összpontosító játék)

- Helyezkedjétek el úgy a teremben, hogy ne zavarjátok egymást a mozgásban!
- Egy halászáról mesélek, aki nagyon furfangos volt. Volt egyszer egy öreg halász, volt annak egy háromlábú széke. Irgette, forgatta, bolond, aki ... Itt megnevezek egy cselekvést, melynek éppen az ellenkezőjét kell csinálni (pl. bolond, aki leguggol).
- Legyetek résen, mert nem szabad azt csinálnotok, amit mondok! Vigyázzatok, nagyon figyeljétek, mert néha megpróbállak becsapni benneteket (pl. bolond, aki nem guggol le).
- Aki eltéveszti, kiesik a játékból.

11. Hullámjáték (koncentrációs játék)

- Üljetek le körbe a székekre!
- Akire rákacsintok, ő a kapitány, ő áll be a kör közepére. A kapitány utasításait kell követnünk.
 - Ha azt mondja: „Hullám jobbról!”, egy székkal jobbra kell ülni mindenkinek.
 - Ha azt mondja: „Hullám balról!”, egy székkal balra kell ülnötök. (Lehet többször balra, azután hirtelen jobbra adni az instrukciót.)
 - Ha azt mondja: „Dagály!”, mindenkinek helyet kell cserélnie, és a kapitány is helyet keres magának.
- Akinek nem jut hely, az lesz a következő hajóskapitány. (A gyerekekkel megbeszéljük a „dagály” szó jelentését.)

12. Összetartozunk (vándorjáték)

- Maradjatok ülve körbe a széketeken!
- A víz, a tenger nagyon sok érdekességet, szépséget őriz.
- Fogjunk meg a kezünkbe néhányat, egyenként óvatosan, és adjuk körbe, kézzől kézre egymásnak. Először egy tengeri sünt adogassunk! Szúrós, tüskés, de el

ne ejtsd! Most egy sikamlós aranyhalacska jár körbe, ami könnyen kicsúszhat a kezünk közül, ha nem figyelünk. A tengeri kagyló szépséges, csodálatos, főleg hogy gyöngyöt rejt magában. Ezt adom körbe. Vigyázzunk rá!

- Végül fogjuk meg egymás kezét!
- Nézzünk egymás szemébe!
- Egy erős kézszorítással búcsúzzunk egymástól, ezt adjuk ajándékba egymásnak a legközelebbi találkozásunkig!
- Köszönöm a játékot!

4.2 Mozgásos játékok

1. Versenyautók

- Mászás, járás meghatározott területen, 60-70 cm széles sávokban, vonalak között.
- Az az ügyes, aki nem lép ki a pályájáról! Egymást szabad előzni.
- A gyerekek kezében kormány. Jelre (síp, dob) befutás a garázsba, kerékcserére.

Eszköz(ök): síp, dob

2. Szaladj a helyedre!

Meghatározott területen kívül fussanak menetirányban, jelre (kiáltás, taps, síp) szaladjanak be a búvóhelyre (körkötéllel, székekkel körülhatárolt terület):

- Kiskecskék – jön a farkas!
- Halacskák – jön a cápa!
- Fókák – jön a jegesmedve!
- Kiscsirkék – jön a héja!

Eszköz(ök): síp, székek, körkötél

3. Vidd a kaptárba!

- Mi vagyunk a méhecskék.
- Gyűjtögetjük a nektárt futás közben különböző módon eszközhordással:
 - babzsák a fejen,
 - babzsák a tarkón,
 - babzsák a vállon,
 - babzsák áll alá szorítva,
 - szalagfogás két kézzel a test mögött,
 - négykézláb járásban tarkón a szalaggal,
 - négykézláb járásban derékon a szalag, majd az eszközök kosárba („kaptárba”) helyezése.
- Ha minden „nektárt” összegyűjtöttünk, áthordjuk a másik méhcsalád kaptárjába.

Eszköz(ök): babzsákok, szalagok, kosarak

4. Guruló labirintus

- 3-4 Gyerek kezébe adunk egy 25-30 cm átmérőjű műanyag labirintustányért. Ebbe kis golyót teszünk. A tányér mozgatásával lehet egyensúlyozni.
- A győztes az, akinek különböző testhelyzetekben:
 - törökülésben,
 - állva,
 - hason fekvésben – nem esik le a golyó a tányérról.
- Nehezíthetjük a játékot azzal, hogy két golyót teszünk a tányérra.

Eszköz(ök): labirintustányér, golyók

5. Fekvő bicikli

A szőnyegen megfelelő távolságban egymástól, hanyatt fekvésben „pipáló” lábfejjel tekernek a gyerekek:

- egy lábbal,
- váltott lábbal,
- páros lábbal,
- előre, hátra,
- folyamatosan,
- „fel a dombra” lassan,
- „le a lejtőn” gyorsan.

Eszköz(ök): szőnyeg

Játszhatjuk úgy is, hogy csengőszóra az egyszerre elkezdett mozdulatok ellenkezőjét kell végrehajtani:

- kezdés előre, jelre hátrafelé tekernek,
- kezdés hátra, jelre előretekernek,
- lezdés lassan, jelre begyorsítanak,
- kezdés gyorsan, jelre lelassítanak.

Eszköz(ök): szőnyeg, csengő

6. Ugróiskola

A legegyszerűbb formában a földre rajzolt alakzatokban, szőnyegdarabokon ugroljanak:

- páros lábbal egyszerre,
- egy lábon előre,
- terpeszállásban,
- váltott lábbal.

Eszköz(ök): szőnyegkockák, kréta az alakzatok rajzolásához

7. Bújj az odúba!

- A kis mókusok vidáman kergetőznek a faágakon (futás menetirányban).
- Jelre („Jön a sas!” kiáltás) bebújnak a függőlegesen felállított karikákon át az odúba. Egy odúba két mókuska is befuthat.

Eszköz(ök): karikák, karikatartók

8. Kecskék a réten

- A kisgidák vígan ugrándoznak, szaladgálnak a réten (futás menetirányban).
- Jelre („Jön a farkas!” kiáltás) befutnak meghatározott sávok közé (a „karámba”), ahová nem tud bemenni a farkas, mert ott védi a kisgidákat a kecskemama.

Eszköz(ök): földre ragasztott sávok

9. Zsip-zsup

Nagy méretű ejtőernyőbe különféle játékokat teszünk. Minden kisgyerek megfogja az ejtőernyő szélét, és együtt mozgatva gurítgatjuk a benne levő játékokat. Énekeljük közben az azonos kezdetű gyerekdalt.

Eszköz(ök): nagyméretű ejtőernyő, játékok

10. Sodrófa

- Body-roll hengereken hintázás előre-hátra, tenyéren és talpon megtámaszkodva. Néha „lebeghetnek” is a föld fölött.
- Bújjanak bele a különböző átmérőjű hengerekbe, és próbáljanak meg saját testük hossz tengelye körül forogni.
- Egymást is hengergethetik óvatosan, folyamatosan előre-, illetve hátrafelé haladva.
- Egymás mellé helyezett különböző átmérőjű hengereken hason csúszásban guruljanak le arccal előre, a kicsi, illetve a nagyobb hengertől indulva.

Eszköz(ök): body-roll hengerek

11. Ringatózz!

A 2 × 2 méteres négyzethálót felnőttek fogják közre minden oldalról. Egy gyermek belefekszik, elengedi magát, és hagyja, hogy a felnőttek által mozgatott, irányított hálóban forogjon a saját hossz tengelye körül.

Eszköz(ök): vízszintes négyzetháló

12. *Találd el a csengőt!*

Megfelelően rögzíthető helyre (kb. 1 méter magasságban) egy zsinóron egy csengőt helyezünk el.

A cél, hogy közepes léglabdával minél többször találják el a csengőt 1-1,5 méter távolságról.

Eszköz(ök): csengő, labda, zsinór

13. *Játék a csónakban*

- A teremben szétrakjuk a székeket, támlával meghatározott irányban (pl. az ablak felé), ezek a csónakok. Minden gyerek kap a jobb csuklójára egy „tengerészgarszalagot”, így jelöljük meg a jobb kezét.
- A hajóskapitány kiadja az utasításokat a tengerészeknek:
 - Állj a szék mögé, lépj ki a bal oldalra!
 - Állj a szék jobb oldalára, tedd fel a jobb lábadat a székre, emeld a fejed fölé a jobb karodat!
 - Ülj szembe a székkal a földön terpeszülésben, tedd a bal kezedet a székre!
 - Ülj szembe a székkal a földön terpeszülésben, tedd a jobb tenyered a szék alá!
 - Feküdj hasra a székkal szemben, tedd fel a jobb kezedet a székre!
 - Ülj a székre, és nézz a szék alá a két lábad között!
- A gyerekek is kitalálhatnak és mondhatnak utasításokat egymásnak.
- „Részeg tengerész”: a gyerekek az utasításnak megfelelően dülöngélnek előre-hátra, jobbra-balra.

Eszköz(ök): székek, szalagok

14. *Őserdőben*

- Egyensúlyozás felfordított padon („fa ágain”), létrafokokon („függőhídon”), vastagabb kötélén („liánon”) előre-hátra.
- Járás „Maugli-talpakon” meghatározott területen belül.
- Figyelniük kell, hogy a kezüket és a lábukkal egyszerre emeljék, hogy folyamatosan tudjanak haladni. Nehezíthetjük a feladatot, hogy apróbb tárgyakon („köveken”) kell keresztüllépniük.

Eszköz(ök): „Maugli-talpak”, pad, létra, kötél

15. Vidd a labdát!

Az eszközöket (ping ponglabda, teniszlabda, üveggolyó, kisebb kavics) kanálban kell egyik oldalról a másikra elvinniük. Haladás menetirányban, akadályok kerülgetésével (bója, zsámoly, szék, babzsák):

- szlalomozva
- hullámvonalban
- cikcakkvonalban
- csigajárással
- futással.

Eszköz(ök): ping ponglabda, teniszlabda, üveggolyó, kisebb kavics, kanál, bója, zsámoly, szék, babzsák

16. Karikaforgatás

- Hullahopp-karikán átbújás folyamatosan pörgetve, lassabban, gyorsabban, előre-hátra.
- Karikapörgetés: a karikát leállítjuk az élével a földre, megforgatjuk.
- Ki tudja úgy elindítani, hogy nem borul el a karika, illetve kinek pörög legtovább?

Eszköz(ök): karikák

17. Tátott szájú oroslán

- 30-40 cm átmérőjű kartonpapírból oroslánfejet készítünk, nagy szájjal, a hátuljára kis zsákot erősítünk, hogy a labdák ne guruljanak szét, amikor beletalálnak az oroslán szájába.
- Maroklabdával dobjanak célba alsó-, illetve felsődobással. Az a győztes, aki meghatározott számú labdából a legtöbbet tudja az oroslán szájába beledobni.

Eszköz(ök): maroklabda, kartonlapból készült oroslánfej

18. Tekerd gyorsan!

- Játékautóra egy-másfél méter hosszú madzagot kötünk, majd üres alufólia hengerre felerősítjük.
- Az győz, aki a leggyorsabban tudja feltekerve maga elé húzni az autóját, nyújtott ülésben.

Eszköz(ök): kisautók, hengerek, madzagok

19. Kenguruk

Kenguruk vagyunk. Különböző eszközöket viszünk egyik kenguruházból a másikba,

- Szökdelésekkel:
 - páros lábon ugrálással, térd közé szorított babzsákkal,
 - fél lábon való ugrálással térdhajlatba helyezett szalaggal,
 - boka közé szorított szivacsabdával.
- Különböző testhelyzetekben:
 - guggolásban,
 - térdelésben.
- Az az ügyes kis kenguru, akinek nem esik ki az „erszényéből” semmilyen játék.

Eszköz(ök): babzsák, szalag, szivacsabda

20. Keresd a párját!

- A terem két szélére fél pár cipőket helyezünk. Meghatározott oldalról indulva mindenki vesz magának egy cipőt, és a másik oldalon megkeresi a párját, majd elviszi a saját gyűjtőhelyére.
- Az győz, aki a legtöbb cipőt gyűjti össze a kosarába.

Eszköz(ök): cipő, kosarak

21. Készülj!

- Futás menetirányban, a meghatározott terület szélén kikészített különböző eszközökhöz (pad, körkötél, szőnyegdarab, babzsák).
- Addig futnak, amíg a zene szól (Gryllus Vilmos: *Kémény tetején* c. dal), ha a zene elhallgat, akkor gyors helyfoglalás:
 - a hídon (padon) golya, fél lábon állásban,
 - a dróton (körkötélen) fecskék, guggolásban.
 - Keress szigetet magadnak a babzsákon, térdelésben!
 - Ül a fészekbe a szőnyegdarabon, törökülésben!

Eszköz(ök): pad, körkötél, szőnyegdarab, babzsák, magnó, Gryllus Vilmos *Dalok* című kazettája

22. Labda pórázon

- A labdára 1,5–2 méter hosszú madzagot kötünk. A másik végét a gyerek csuklójára erősítjük.
- A labda feldobásánál a madzag megakadályozza, hogy a labda nagyon magasra felrepüljön, rúgásnál pedig, hogy elguruljon.
- Az az ügyes, akinek minél kevesebbszer esik le a labdája.

Eszköz(ök): madzagos labda

23. *Emeld a lábad!*

- Meghatározott területen belül lépegetünk:
 - magas térdemeléssel,
 - sarokemeléssel,
 - nyújtott térdel.
- Jó idő esetén a homokozó szélén, farönkökön lépjenek át, lépegessenek térköveken.
- A csoportszobában lépegessenek létrafokokon, léceken át, papírtéglákon keresztül, előre- és hátrafelé haladással.

Eszköz(ök): az udvaron a homokozó széle, térkövek, farönkök, a csoportszobában létra, papírtégla, lécek

24. *Légzőgyakorlatok*

- „Asztal”: zsugorulás, támaszkodás talpon, tenyéren, csípőemelésre belégzés, vissza kiinduló helyzetbe, kilégzés.
- „Nyitva”: nyújtott ülés, lábak terpeszbe nyitására belégzés, majd összehárásra kilégzés.
- „Mérleg”: nyújtott ülésben, páros láb- és karemelésre belégzés, vissza kiinduló helyzetbe, kilégzés.
- „Virág”: nyújtott ülésben térdfelhúzás, karokkal átkarolás, belégzés, vissza kiinduló helyzetbe, kilégzés.
- „Libikóka”: fekvőtámasz, has leengedése a föld fölé (5-10 cm-re), belégzés, vissza kiinduló helyzetbe, kilégzés.
- „Imádkozó sáska”: terpeszállás, a hát mögött a tenyereket összehárjuk, jobbra fordulás, belégzés, vissza kiinduló helyzetbe, kilégzés (ellenkező irányba is).

Eszköz(ök): polifoam szőnyeg, magnó/CD-lejátszó, *Hangos melléklet* CD

25. *Hóangyal*

- Amikor az időjárás lehetővé teszi:
 - csúszkálás a jégen,
 - egymás húzása a jégen különböző testtartásokban,
 - hempergés a hóban a test hossz tengelye körül,
 - hóangyal-készítés,
 - rajzolás a hóba apró lépésekkel.
- Versenyezhetnek:
 - Ki tud a leggyorsabban lecsúszni a dombról a szánkóval?
 - Ki tud a legmesszebbre elcsúszni a szánkóval?
- Hógolyózás
- Kidobós játék a hóval. Akit eltalálnak, kiáll a játékból.
- „Célbadobó”: célba dobás hógolyóval három különböző méretű és színű ka-

rikába. A sikeres célba dobásért a karikának megfelelő színű korong jár. Az a győztes, aki a legtöbb korongot gyűjti össze.

Eszköz(ök): szánkók, különböző méretű, színű karikák, korongok

26. Hullahopp

A teremben megfelelő távolságra álljanak egymástól a gyerekek, hogy mindenki jól elférjen a karikák pörgetése, forgatása közben:

- karikák gurítása a földön, járva, futva,
 - csuklón karikapörgetés,
 - átbújás a karikán előre, hátra, oldalazva,
 - ugrások a karikával, egy, illetve páros lábon,
 - a karikát a bokájukon is pörgethetik.
- Sorversenyben is használhatják ezeket az eszközöket.
- „Házatlan eszkimó”: a karikák (igluk) számának csökkentésével a játzó gyerekek száma is csökken a játékban. Akinek nem jut hókunyhó, az kiül a játékból.

Eszköz(ök): különböző méretű hullahopp karikák

27. Hóesés

Hóesés utánpótlása különféle mozdulatokkal:

- Váltott ujjmozgások a levegőben, nyújtott és hajlított ujjakkal,
- Ujjkörzések egyenként, hüvelykujjtól, kisujjtól kezdve befele, illetve kifele,
- Csuklókörzés jobbra, balra, a két kéz együtt, illetve ellentétesen,
- Összeragadt ujjak szétfeszítése hüvelyk-, illetve kisujjtól indítva,
- Ujjak behajlítása a tenyér felé, egyenként, majd folyamatosan görgetve hüvelykujjtól, illetve kisujjtól indítva.

A szőnyegen ülve, állva, térdelve, párosával egymáshoz igazodva, egymással szemben végezhetik a gyakorlatokat.

Eszköz(ök): nincs eszközigény

28. Hegymászók

– Haladás a havas hegycsúcsokon különböző feladatokkal, akadályokkal nehezítve:

- padon keresztben ülés, a bal kéz elől, a jobb kéz hátul támaszkodik, előre haladás törzsemeléssel a „szakadékok” felett,
- terpeszlés, a két kéz elől támaszkodik, páros lábemelés előre, hátra, nyújtva,
- padon fél lábbal fellépve haladás előre jobb és bal lábbal is (hegymászás),
- padon keresztben (a padra merőlegesen) fekvés, törzsemeléssel lebegés (függőhídon átkelés),
- mellső és hátsó fekvőtámaszban, padra támasztott lábbal lábemelések, kéz-emelések váltva (erősítés a következő túrához),

- fekvőtámasz a padon, kézen, majd lábbal támaszkodva, könyökhajlítással fekvőtámasz végzése,
 - rézsútós pallón mászás, járás, futás, csúszás fel, le, előre, hátra haladva (hegymászás),
 - hason, illetve hanyatt fekvésben láb beakasztásával a padba törzsemelések,
 - fel- és leugrás zsámolyra egy, illetve két lábról indítva, érkező (leereszkedés).
- Sorversenyeket is végezhetnek ezekkel a gyakorlatokkal.

Eszköz(ök): padok, pallók, zsámoly

29. Erősítsünk!

- Tinikondin erősítsünk!
 - húzódzkodás a létrán arccal a szer felé,
 - láb- és térdemelés a létrán különböző ütemben.
- Gyűrűgyakorlatok:
 - hintázás különböző lábtartásokban (felhúzott, nyújtott térd),
 - húzódzkodás létrán, nyújtón, gyűrűn, különböző lábtartásokkal (nyújtott láb-, térdfelhúzás),
 - húzódzkodás könyökhajlítással, bölcső „készítése”,
 - nyújtón térd-, sarok- és lábemelés,
 - kötélmászás fel, le.
- Versenyezhetnek, hogy ki tud több számú gyakorlatot végrehajtani pl. Húzódzkodásból, lábemelésből...

Eszköz(ök): tinikondi

30. Ki a hóra!

- Amikor az időjárás lehetővé teszi, szabad játék a hóban.
 - Ki tud nagyobb hógolyót gyúrni?
 - Hógolyó feldobása, majd elkapása, közben taps egyszer, kétszer, egy kézzel, illetve két kézzel.
 - Ki tudja messzebbre eldobni a hógolyót?
 - Ki tudja eltalálni egy fa törzsét?
 - Csapatokban versenyezhetnek, ki tud nagyobb hóembert építeni.
- „Keressünk nyomokat!” Állatnyomok (varjú, macska, kutya, veréb, cinke) felfedezése a hóban.
- Hógolyócsata

Eszköz(ök): nincs eszközigény

31. Dobj fel!

- Labdadobálás fejmagasságig, két kézzel indítva, egy kézzel elkapva, illetve egy kézzel indítva és két kézzel elkapva.
- Ping ponglabda forgatása az ujjak között.

- Tenyérmasszírozás érdes felületű labdával.
- Labdagurítás törökülésben a test körül különböző irányban, iramban.
- Sodrások a testen, nyújtott ülésben lábfejtől a fejtetőig.
- Zsonglörködés egyszerre három eszközzel.
- Tüskés labda görgetése tenyéren és térden támaszkodva előre, hátra.
- Körben állva, több labda egyszerre történő adogatása egymásnak a test előtt. Az az ügyes, aki gyorsan tovább tudja adni a labdát anélkül, hogy leejtené, és a soron következő labdát időben el tudja venni.
- Két labda egymásnak dobása egyszerre, különböző testhelyzetekben (ülve, állva, térdelve, guggolva, törökülésben).

Eszköz(ök): különböző felületű labdák (érdes, tüskés, sima), ping ponglabda

32. Akadálypálya

Akadálypályát építünk.

- Átlépés egyik számolyról a másikra, meghatározott lábbal indítva, utánlépéssel.
- Átugrás egy, illetve páros lábbal egyik számolyról a másikra.
- Padon átmászás (keresztben).
- Padon hason csúszás előre, húzódkodva.
- Padon járás előre, illetve hátra.
- Pad fölött zsuporkanyarulati ugrásban továbbhaladás.
- Karikába ugrás páros lábbal.
- Mászás pad és asztal alatt (tenyér- és talptámasszal, tenyér- és térdtámasszal).
Sorversenyek formájában is végezhetik ezeket a gyakorlatokat. Vigyázzanak egymás testi épségére, megfelelő távolságra álljanak egymástól!

Eszköz(ök): számoly, pad, karika, asztal

33. Békák

- A teremben megfelelő távolságra álljanak egymástól a gyerekek, hogy az ugrókötelezés technikáját gyakorolják. Úgy időzítsék az ugrásokat, hogy a lábuk ne akadjon be a kötélbe!
- Apró szökdelések egy és páros lábon, előre-hátra hajtva, egy helyben állva, futva.
- Páros lábon ugrálás.
- Egy lábon szökdelés.
- Galoppszökdelés helyben.
- Békaugrással akadályok kerülgetése.
- „Béka verseny”: a gyerekek páros, illetve egy lábon ugrálva jutnak el a rajttól a célba. Párosan is összekapaszkodhatnak.

Eszköz(ök): ugrókötel

34. Kalózok

- Keres szigetet magadnak a föld melegebb oldalán!
- Karikák a földön, a gyerekek körbefutnak. „Kalózok!” kiáltásra mindenki keres magának egy karikát és beleáll.
- Nehezíthetjük a feladatot, hogy egyszerre ketten, illetve hárman álljanak bele a karikába.
- A gyerekek maguk határozhatják meg, hogy milyen testhelyzetben legyenek a karikában.

Eszköz(ök): karikák

35. Helikopter

Mélyugrás szivacsszőnyegre, utána egy lábbal fellépés a zsámolyra eszköztartással (szalag) a fejük fölött, majd leugrás, érkezés páros lábra.

Csapatokban versenyezhetnek, hogy melyik oldalon vannak a legügyesebb pilóták.

Eszköz(ök): szivacsszőnyeg, zsámoly, szalag

36. Lazítsunk!

- „Fúj a szél”: terpeszállásban felemelkedés lábujjhegyre, belégzés, megtartás 1-2 másodpercig, majd a sarok leengedésével, jobbra-balra hajlással folyamatos levegőkifújás.
- „Íjászok”: széles terpesz, hajlított térd, karok oldalsó középtartásban, a bal kar jobb oldalra átlendítésével íjfesztéssel belégzés, majd kartartáscsere.
- „Sás”: terpeszállás, kezek tenyérrel felfelé a gyomornál, bal kéz emelése fej fölé, jobb kéz lefordítása lefelé, a kar leengedésével kilégzés, középen kartartáscsere, ellentétes kéztartással belégzés.
- „Óra”: csípőretartás, terpeszállás, kilégzésre balra fordít a fej, középre hozva belégzés, kilégzésre jobbra fordít a fej.
- „Gólya”: széles terpesz, térd behajlítva, kezek a térden, testsúly-áthelyezés jobbra, belégzés, balra, kilégzés.
- „Emeld az eget!”: terpeszállás, tenyérrel lefelé nyomunk, tenyéremelés, fordít a kézfej, kézfej fordítása felfelé, előrehajlás, törzsemelés, folyamatos levegővétel.
- „Vízipók”: széles terpesz, kezek ökölben derékmagasságban, bal kézzel ütünk láthatatlan ellenfélre, alapállás, jobb kézzel ütünk, folyamatos levegővétel.
- „Fel-le”: alapállás, a kéz a test mellett lóg, lábujjhegyre emelkedés, belégzés, kilégzés, kéz a csípőn, folyamatos belégzés, leereszkedés kilégzésre.
- A gyakorlatok ismétlésszámát folyamatosan emelhetjük.

Eszköz(ök): szivacsszőnyeg, magnó, CD-lejátszó

4.3 Játékajánló

| | |
|-------------------------------|---|
| Téma-1 | Akvarell „lábszínház” |
| A tevékenység célja | Testünknek mint játékok tárházának felfedezése |
| A tevékenység feladata | <ul style="list-style-type: none"> – Olyan légkör teremtése, amelyben a gyermekek képesek a megszokottól eltérő helyzetek kipróbálására – A testtudat erősítése, önmaguk értékeinek erősítése |
| Ajánlott megelőző tevékenység | <ul style="list-style-type: none"> – A testséma megerősítése, a testrészek tulajdonságainak, funkcióinak gyakorlása – Nagy felületű, újszerű festési módok kipróbálása, gyakorlása |
| Eszközök | – Akvarellfesték, víz, ecset, nagy tál, tisztálkodási szerek, törölköző |
| Vázlat | <ul style="list-style-type: none"> – A lábfigurák megfestése – A színpad elkészítése – A különböző lábfigurák találkozása, történet kitalálása (egymás ötleteinek ütköztetése) – A színházi előadás „reklámozása” – Előadás: kitalált történet eljátszása, „történetfűzés” |

| | |
|-------------------------------|---|
| Téma-2 | Az eszkimók élete |
| A tevékenység célja | „A család = biztonság” megélése |
| A tevékenység feladata | <ul style="list-style-type: none"> – Az ehhez szükséges ismeretek megszerzése és a játékkörnyezet megteremtése – Más népek életmódjának megismerése |
| Ajánlott megelőző tevékenység | Élet a Föld különböző területein. |
| Eszközök | A teremben: takarók, szőrmék, különböző méretű papírdobozok, a szabadban: hókunyhó |

| | |
|--------|--|
| Vázlat | <ul style="list-style-type: none"> – Térteremtés – A családok szerveződése – A feladatok vállalása – Élményjáték |
|--------|--|

| | |
|-------------------------------|---|
| Téma-3 | Vízimadarak télen |
| A tevékenység célja | A gyerekek madarakkal kapcsolatos érzéseinek felszínre hozása |
| A tevékenység feladata | <ul style="list-style-type: none"> – Más életterekkel (víz) való ismerkedés – Madárvédelem – Az ember felelősségének tudatosítása – „Az élet mint érték” fontosságának erősítése |
| Ajánlott megelőző tevékenység | <ul style="list-style-type: none"> – Beszélgetés, könyvnezegetés vízimadarakról – Lehetőség szerint látogatás állatkertben, vadasparkban a madárfajták, a környezet madárvilágának megfigyelése |
| Eszközök | A gyerekekkel készített különféle madár fejdíszek |
| Vázlat | <ul style="list-style-type: none"> – A madár fejdíszek felvételével madárrá válás – A madarak mozgásának, hangjának utánzása – A vízimadarak életének eljátszása, fészeképítés, eleségszerző körút |

| | |
|-------------------------------|--|
| Téma-4 | „Vízi csata” |
| A tevékenység célja | A víz „felfedezésének” öröme |
| A tevékenység feladata | <ul style="list-style-type: none"> – A játékhoz szükséges szabályok konszenzusos létrehozása – A levegő hajtóerejével való ismerkedés, kísérletezés |
| Ajánlott megelőző tevékenység | <ul style="list-style-type: none"> – Közlekedés: hajók régen és most – Kísérletezés (mi marad meg a víz felszínén?), tapasztalatgyűjtés az anyagok tulajdonságairól – Hajók készítése, barkácsolás különböző anyagok felhasználásával (parafa, fa, hungarocell, műanyag, origami) |

| | |
|----------|---|
| Eszközök | Nagy tál, szívószál, a gyerekek által készített hajók |
| Vázlat | <ul style="list-style-type: none"> – Flották alakítása a gyerekek spontán összeszerveződésével – A vízi csata szabályainak gyerekek által történő megalkotása, a győzelem kritériumainak meghatározása – Játék (tengeri ütközet) |

| | |
|-------------------------------|--|
| Téma-5 | Vízi mobilok építése |
| A tevékenység célja | A vízzel való játék önfelelt örömeinek megtapasztalása |
| A tevékenység feladata | <ul style="list-style-type: none"> – A szerkezet megalkotása és működtetése, tapasztalatszerzés – A víz erejének érzékeltetése, megtapasztalása |
| Ajánlott megelőző tevékenység | A víz tulajdonságainak megismerése |
| Eszközök | Műanyag edények, flakonok, csövek, szívószál, dobozok, speciális ragasztó, locsolókanna, víz |
| Vázlat | <ul style="list-style-type: none"> – Az összegyűjtött anyagokból csőrendszerek összeállítása – A víz útjának megalkotása – Működtetés – A változtathatóság biztosítása |

| | |
|------------------------|--|
| Téma-6 | „Esik eső karikára...” |
| A tevékenység célja | A „közösséghez tartozom, nem vagyok egyedül” érzés erősítése |
| A tevékenység feladata | Az 1848-as forradalom és szabadságharc eseményeivel való ismerkedés, történelmi ismeretszerzés, a hazafias érzés átélése |

| | |
|-------------------------------|--|
| Ajánlott megelőző tevékenység | <ul style="list-style-type: none"> – Látogatás a Hadtörténeti Múzeumban – A forradalomhoz kapcsolódó történetek, versek, dalok megismertetése, – A magyar jelképekkel (zászló, himnusz, címer) történő ismerkedés – A nemzeti hovatartozás érzésének megtapasztalása |
| Eszközök | Falovak, huszárcsákó, fegyverek |
| Vázlat | <ul style="list-style-type: none"> – Toborzás – A csata helyszínének és módjának meghatározása, elrendezése – A hadseregek szerveződése, felvonulása, a segédeszközök elosztása – Hadvezérválasztás – Csata |

| | |
|-------------------------------|--|
| Téma-7 | Hóesés, napsütés |
| A tevékenység célja | <i>„Egy ébredés mindig magában hordozza az új lehetőségeket, csodák történéseit”</i> élménye |
| A tevékenység feladata | <ul style="list-style-type: none"> – A jeles napok, hagyományok megismertetése – Az ébredés tudatos átélése |
| Ajánlott megelőző tevékenység | <ul style="list-style-type: none"> – Az időjárás változásainak rendszeres megfigyelése, szóbeli összefoglalása – Jeles napok népi megfigyelések, időjóslások – Séta állatkertben, vadasparkban, arborétumokban – Az állatok mozgásának utánzása |
| Eszközök | Mackós fejdíszek |
| Vázlat | <ul style="list-style-type: none"> – A téli időjárás eljátszása (hóesés, szél, eső, napsütés) mozdulatokkal, hangokkal – Mackóbarlang létrehozása – Mackócsaládok szerveződése, elhelyezkedése – Az ébredés játékká alakítása – Medveélet |

| | |
|-------------------------------|--|
| Téma-8 | „Rakoncátlan hónapok” |
| A tevékenység célja | A „fontos vagyok magam, mások számára” érzésének megerősítése |
| A tevékenység feladata | <ul style="list-style-type: none"> – A hónapok elrejtőzése, azok megtalálása – Az ősi biztonságérzés élményének gyakorlása – A hónapok nevének, sorrendjének gyakorlása játékokban |
| Ajánlott megelőző tevékenység | <ul style="list-style-type: none"> – Beszélgetés a hónapokról – Verstanulás |
| Eszközök | A hónapokra jellemző hívóképek, kártyák |
| Vázlat | <ul style="list-style-type: none"> – Évanyó-apó kiválasztása a gyerekek által megalkotott szabály szerint – A többi gyerek választ magának egyet a hónapok hívóképei közül – Elbújás – Megkeresés – A hónapok sorba rendezése |

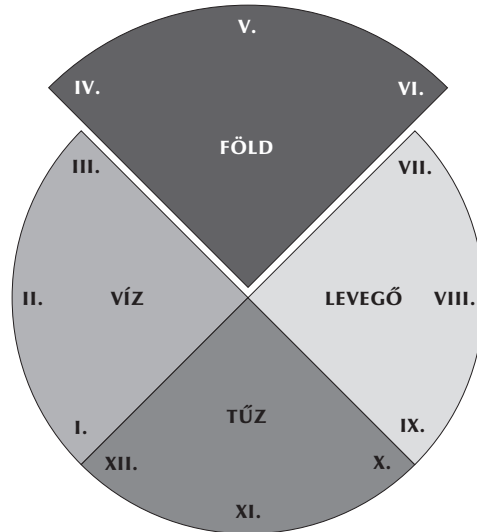
| | |
|-------------------------------|--|
| Téma-9 | A halak világa |
| A tevékenység célja | A gyermekek élményeinek, félelmeinek felszínre hozása |
| A tevékenység feladata | <ul style="list-style-type: none"> – Egy elképzelt tér hangok nélküli megjelenítése – Játékos formában ismerkedés a halak életével |
| Ajánlott megelőző tevékenység | <ul style="list-style-type: none"> – Látogatás a Tropicáriumban – Halakról szóló képek, könyvek gyűjtése, rövid természetfilm megnézése |
| Eszközök | Kék anyagok |
| Vázlat | <ul style="list-style-type: none"> – A helyszín megteremtése (tenger, tó, folyó, akár mindegyik) – Élőlényekkel benépesítése (a gyerekek saját maguk az élőlények) – A vízi élet megelevenítése |

| | |
|-------------------------------|---|
| Téma-10 | „Tó vize, tó vize csupa nádszál” |
| A tevékenység célja | A gyerekek saját élményeinek, ismereteinek beépítése a játékba |
| A tevékenység feladata | A vízparti élőlények életmódjának megismerése |
| Ajánlott megelőző tevékenység | <ul style="list-style-type: none"> – Természettudományos könyvek nézegetése – Képek gyűjtése – Beszélgetés víz közelében élő növényekről, állatokról – Séta, megfigyelés természetes környezetben bújáskodás – Rövid természetfilm megtekintése – Mese, vers, dal |
| Eszközök | Kék anyagok, illetve bármi a gyermekek ötletei alapján |
| Vázlat | <ul style="list-style-type: none"> – A vízpart megteremtése, a helyszín megalkotása – Az élőlények előbújása a gyerekek egyéni ötletei alapján – A vízparti élet (pl. növények fejlődése, párkeresés, utódgondozás, élelemszerzés, elbújás stb.) |

| | |
|-------------------------------|---|
| Téma-11 | Hidak |
| A tevékenység célja | Érzések, gondolatok szavakká formálása |
| A tevékenység feladata | <ul style="list-style-type: none"> – Átkelési módok megtalálása – Mindenki a saját igényinek megfelelően mozogjon egy adott térben. |
| Ajánlott megelőző tevékenység | <ul style="list-style-type: none"> – Beszélgetés a hidakról – Hidak a környezetünkben (Budapest hídjai), szerepük, közlekedés a hidakon – Képek, könyvek gyűjtése – 'Leg'-ek (leghosszabb, legmagasabb stb.) – Hidas játékok |
| Eszközök | Homokasztal, lapátok, farudak, hurkapálcika, falapok, dobozkarton, műanyag állatok, növények, házak, emberek, autók stb., víz |

| | |
|--------|---|
| Vázlat | <ul style="list-style-type: none">– Domborzat kialakítása folyómedrekkel, tavakkal– „Honfoglalás” (mozgás a közvetlen környezetben – hétköznapi mozgásszituációk)– Mozgás- és helyigények kielégítése, utak, hidak, átkelési lehetőségek teremtése, építése |
|--------|---|

5. FÖLD



5.1 Dramatikus elemeket tartalmazó játékok

Arra kérlek benneteket, üljétek körbe a párnákra!
Helyezkedjétek el kényelmesen!
Ha elkészültetek a közös játékra, a szemetekkel jelezzétek!

1. Név-kör játék (kapcsolatteremtő játék)

- Mutakozzunk be egymásnak! Csak a keresztnévüket mondjátok, és egy jó tulajdonságotokat a nevetek elé, amit ma magatokkal hoztatok!
- Indítom a labdát tőlem balra. (Saját magunkat is megnevezzük egy jó tulajdonsággal.)
- Körbejár a labda. Aki nem tud jó tulajdonságot mondani magáról, annak segítünk. Milyennek látjuk mi (pl. figyelmes, segítőkész, jószívű, állatszerető, barátságos)?

Kellék(ek): egy puha szivacs labda

2. Héterdő (kapcsolatteremtő, kapcsolattartó játék)

- Álljatok fel! Szükségünk lesz a jó tulajdonságokra, mert elindulunk a meseerdőbe a Héterdő versünk segítségével.
- Sétálunk a térben.
- Halkan kezdjük el mondani a verset, majd egyre hangosabban.

- Akivel találkozol, fogj vele kezét!
- Öleld meg, akivel találkozol!
- Most séta közben tapsolj a tenyerébe a társadnak!
- Végül suttogva mondd a verset, és közben nézz annak a pajtásodnak a szemébe, akivel találkozol.

*Erdő, erdő, Héterdő,
bükköt, makkot megtermő,
sötétedő, pirkadó,
meseszéllal hírt adó,
meseforrást elrejtő,
erdő, erdő, Héterdő.*

3. Próbátételek (bizalomjáték)

- Álljatok meg! Ez az erdő sűrű, sötét. Próbátételek elé állít minket, de együtt haladunk tovább. Akinek a vállát megérintem, az a vezető. Álljatok mögé, és fogjátok meg egymás vállát.
- Utasok vagyunk, hátunkon hátizsákkal. Akadályokkal teli erdőben haladunk:
 - pocsolja a lábunk alatt,
 - gödör,
 - sziklához érünk,
 - a patak felett egy kis hídon kell átmennünk.
- Vigyázzatok egymásra, senki ne maradjon le!

4. Hangok az erdőben (fantáziajáték)

- Milyen hangokat hallunk a meseerdőben? (A csoport hangot ad, pl. madár-csicsergés, vízcsobogás, huhogás, fák susogása.)
- Így haladunk tovább.

5. Akadály

Egy folyóhoz érkeztünk. Hídon kell tovább haladnunk. A vezető megáll, az utasok is megállnak. Akikre ráfújok, ők akadályozzák társaikat a továbbhaladásban (hajukat borzolják, csiklandozzák őket stb.).

6. Mese-táska (bizalomjáték)

- Vegyétek elő a távcsövet a hátizsákból! Nézzünk bele. Távobabb mérges gombákat látok. Ti is látjátok?
(Igen! Nem válasz esetén trükk: tegyétek fel a szemüveget.)
- Újabb próbatétel vár ránk. Csukott szemmel kell átlépni a gombákat. Vigyázzatok, lassan kell indulnunk, egyenként. Ha hozzá érsz, kővé változol! Úgy lépj, hogy ne érij semmihez! (Hét „gombát”, azaz táskát elhelyezek a teremben.)

- Azokat a gyerekeket, akik hozzáérttek a gombákhoz, egy csukott szemű társuk simogatással kiválthatja.
- Ki rendelkezik közületek a simogatás varázserejével?
- Akit én megsimogatok, az indulhat társait kiszabadítani.

7. A Természet kastélya (*bizalomjáték*)

Túljutottunk a mérges gombákon, megérkeztünk a Természet kastélyához. Izgalomban elvesztettem a kastély kulcsát valahol.

(A földre helyezett táskák közé egy tarisznyában elhelyezem a varázskulcsot.)

Két bátor vállalkozóra lenne szükségem közületek, akik ellentétes irányból elindulnak. Ki lesz az az éber, aki megtalálja az aranykulcsot?

(Két gyereket választok, az egyiket kacsintással, a másikat: aki előtt tapsolok egyet.)

Csukott szemmel indulnak a játékosok a többiek néma csendben figyelnek.

Aki megtalálta a kulcsot, az kinyithatja a kastély ajtaját.

8. Természetjárás (*koncentráció, fantáziajáték*)

Halk zene szól. Pl. Vivaldi *Négy évszak Tavasz* tétele.

- A zeneszobába érkeztünk.
- Járjátok be a teret a zenére, és változzatok azzá, amit hallotok:
 - virágszedőkké,
 - madarakká, amint a szárnyaikkal csapkodnak,
 - gólyák vagyunk, keressük a békát,
 - fa alá bújunk,
 - napozunk,
 - labdázunk,
 - virágok vagyunk, kibújunk a földből,
 - fűrészeljük a fát,
 - gombát szedünk,
 - tavaszi eső után sétálunk az erdőben stb.

– A későbbiekben nehezítjük a játékot.

Változz azzá, amit a természetben a legjobban szeretsz!

(A lehetséges választásokat a gyerekek kreativitására bízunk, zenére improvizálunk.)

- Ezt követően izgalmasabbá tehetjük az élményt, ha barkochbával találják ki egymásról, mit jelenítettek meg.

9. *Jut eszembe* (*asszociációs játék, koncentráció*)

A gyerekek körben ülnek a párnákon. Üzenjük a „Kék bolygónak”.

– Mondok egy mondatot, pl: A madárfütytyről nekem az erdő jut eszembe.

Akinek a labdát viszem, folytatja a gondolatot. Pl: Az erdőről nekem a vadállatok

jutnak az eszembe. Társaknak adogatjuk a labdát, „ A vadállatokról nekem az állatkert jut az eszembe.” stb.

(A csoport asszociációi érdekesek lehetnek.)

- Kezdetben a vállalkozó gyerekek kapják a labdát, később nehezíthetjük azzal, hogy a labda körbejár.

Kellék(ek): 1db kék labda.

10. Utazunk (interakciós játék)

- Utazzunk vissza az oviba. Milyen közlekedési eszközzel mehetnénk? (Felsorolások: repülőgép, vonat, hajó, autóbusz stb.)
- Fogjatok meg egy széket, állítsátok szorosan egymás mellé félkörbe.
- Ez lesz a buszunk. Sorra felszállunk. Ti vagytok az utasok, én a buszvezető.
- A jegy ára egy mondat. Milyen érzésed, hangulatod volt a játék során, vagy milyen színű most a hangulatod?
- Mikor mindenki felszállt (áll a széken), sorban elveszek 1-1 széket a sor széléről. Az utasoknak össze kell húzódnium, egymást megtartaniuk, figyelni, vigyázni egymásra.
- Aki úgy érzi, nincs biztonságban, nem szeretne a busz utasa lenni, az leszállhat. A játék végén beszélgetünk arról, hogy ki miért szállt le.
- Mi kellett volna neki ahhoz, hogy fennmaradjon. Aki maradt, miért maradt?

11. Összetartozunk (lazító, levezető játék)

- Gyertek körém. A vállainkkal kapaszkodjunk össze. Hunyrd be a szemed.
- „Csendezzünk” egy kicsit. Aki jól érezte magát, az vakarja meg a fejét.
- Máskor is eljövünk.
- Simítsd meg a melletted lévő társad jobbról is, balról is!
- Bársonyos kezeddal simogass!
- Küldj egy mosolyt ajándékba!
- Köszönöm a játékot!

5.2 Mozgásos játékok

1. Szaladj az erdőben!

- Meghatározott területen futás menetirányban akadályok (szék, bója) megkerülésével. (Az akadályok a „fák”).
- Vigyázzanak egymásra, és arra, hogy ne szaladjanak a székeknek!
- Jelre mindenki találjon magának egy „fát”, álljon mellé terpeszállásban.

Eszköz(ök): szék, bója

2. *Vidd a kaptárba!*

- Mi vagyunk a méhecskék.
- Gyűjtögetjük a nektárt futás közben különböző módon, eszközhordással:
 - babzsákkal a fejen,
 - tarkón,
 - vállon,
 - áll alá szorítva;
 - szalagfogással két kézzel a test mögött,
 - négykézláb járásban tarkón a szalaggal,
 - négykézláb járásban derékon a szalaggal, majd az eszközök kosárba, „kaptárba” helyezése.
- Ha minden „nektárt” összegyűjtöttünk, akkor egy másik méhcsalád kaptárját is megtöltjük.

Eszköz(ök): babzsák, szalag, kosarak

3. *Csúszka*

- Csúszás szabadtéri rézsútós (40-50 cm-re emelt) szereken, biztonságosan rögzített padon, pallón, deszkán.
- Az ügyesebbek megpróbálkozhatnak a felfelé haladással a szeren húzódzkóval, mászással, négykézláb járással.

Eszköz(ök): pad, palló, deszka

4. *Focisták*

- Meghatározott füves területen focizzanak a gyerekek. Két csapatot is alkothatnak, figyelve az egyenlő erőviszonyokra.
- Ebben a játékban az a szabály, hogy a labdához csak lábbal szabad hozzáérni. A cél, hogy mindenki tudjon rúgni a labdába, nincs kapus, „mindenki mindenki ellen” játszik.

Eszköz(ök): labda

5. *Állj meg!*

- A gyerekek a homokozó körül szaladnak menetirányban.
- Jelre (taps, kiáltás) fellépnek a homokozó szélére.
- Az az ügyes, aki nem esik bele a homokba, hanem meg tud állni a peremen. Aki belelép a homokozóba, az leül a szélére.

Eszköz(ök): homokozó széle

6. Ujjtorna

- Egy nagy tálból különböző magokat (bab, tökmag, borsó, kukorica, mogyoró) válogatunk szét.
- Mindenki kiválaszt magának egy terményt. (Figyeljünk arra, hogy körülbelül egyforma méretű, mennyiségű termények legyenek a tálban!)
- Az győző, aki a nagy tálból legelőször kiszedi a kiválasztott magot a saját tányérjába.

Eszköz(ök): különböző magvak, tálak

7. Pókok, bogarak

Különböző járások sávokban, vonalakban, szabadtéri eszközökön (homokozó szélén, térköveken).

- Homokozó szélén:
 - oldalazó lépegetés,
 - tyúklépés,
 - óriáslépés,
 - lábujjhegyen járás,
 - sarkon járás,
 - keresztezett lépegetés.
- Sima vagy füves területen:
 - pókjárás,
 - rákjárás,
 - törpejárás,
 - óriásjárás.

Eszköz(ök): a természet adta lehetőségek, szabadtéri eszközök

8. Békák a tóban

Nagy kört rajzolunk a földre. Benne járkal a gólya, a békák kívülről beugrálnak, átszaladnak a tavon. Akit elkap a gólya, leguggol a tóparton, nem mehet vissza a vízbe, kiül a tópartra. A következő játékba újra beállhat.

Eszköz(ök): nincs eszközigény

9. Bringázás

- Meghatározott területen belül, menetirányban haladva menjenek a rollerrel, triciklivel, lábbal hajtott kismotorokkal, kétkerekű kerékpárokkal.
- Aki már biztonságosan közlekedik, az akadálypályán is tekerhet, gurulhat:
 - szlalomozással bóják kerülésével,
 - szabadtéri játszóeszközök körül.

Eszköz(ök): roller, tricikli, kismotor, kerékpárok, bóják

10. Tapsolj a lábaddal!

Meghatározott füves területen leterített szőnyegen, nyújtott ülésben kéztámasszal a test mögött ülünk.

Gyakorlatok:

- dobolás sarokkal,
- tipegés lábujjhegyen,
- tapsolás térdel, bokával, felhúzott és nyújtott lábbal, talppal,
- ringatózás jobbra-balra, hajlított és nyújtott lábbal is,
- különböző eszközök (szivacs labda, marok labda, szalag) emelése boka, térd közé szorítással, hajlított és nyújtott helyzetben.

Eszköz(ök): babzsák, szivacs labda, marok labda, szalag

11. Ugra-bugra

- Meghatározott füves területen ugrálás, rugózás füles labdával. Versenyezhetnek, ki tud hamarabb körbeérni megadott körön belül.
- Rugózzanak letámasztott lábbal jobbra-balra, hintázzanak rajta jobbra-balra lábemelésekkel.
- A labdán még törzsfordítás jobbra-balra, törzshajlítás előre terpeszülésben.

Eszköz(ök): füles labdák

12. Nézz oda!

Futás menetirányban jelre, meghatározott irányban. Jelre (dob, kiáltás, síp) az előzőleg megbeszélte irányba kell fordulniuk (pl. Az óvodapedagógus, ablak, másszóka, óvodaépület, bokrok, fák felé).

Eszköz(ök): dob, síp, szabadtéri játékok, épületek

13. Bujkáló nyuszik

- Meghatározott területen székeket (ezek lesznek a bokrok) állítunk fel.
- Az utasításoknak megfelelően bújjanak el a nyuszik a róka elől:
 - Állj a bokor mögé! (mellé, elé)
 - Bújj át a bokor alatt!
 - Bújj be a bokorba! (Guggoljon fel a székre!)
 - Bújj a bokor alá!
 - Fuss a bokor körül, mert kerget a róka!

Eszköz(ök): székek

14. Hernyójárás

8-10 gyerek egymás háta mögé áll terpeszállásban.

Az utolsó gyerek négykézláb járásban elindul a lábak között előre. Ha végigmászott, feláll terpeszállásban, az utána következő az ő lába alatt is átmászik. Így halad előre lassan a hernyó.

Eszköz(ök): nincs eszközigény

15. Gombafogó

- Futás közben megadott térben, ha valakit megfogott a fogó, megáll, leguggol.
- Az fut tovább, akit megérintett.
- Az új fogó is megfog valakit, aki továbbfut, az előző pedig leguggol. Így egyre kevesebb gyerek lesz aki fut, és egyre több „gomba”.

Eszköz(ök): nincs eszközigény

16. Építsünk várat!

- Nagy habszivacs elemekből (kockák, téglalapok, hengerek, háromszög elemek) várat építünk, felnőtt segítségével, hogy a kapcsolódási pontok jól illeszkedjenek.
- Készítünk kaput, alagutat, lépcsőfeljárót, kilátót, ablakot, titkos kamrát.
- Ha elkészült, birtokukba vehetik a „várlakók”.
- Mászhatnak, kúszhatnak, gurulhatnak benne, rajta.
- Vigyázzanak egymás testi épségére!

Eszköz(ök): habszivacs elemek

17. Keresd a párod!

Egy zsákban minden játékból két egyforma darab van.

Egy gyerek körbeviszi a zsákot, mindenki vesz belőle egy játékot, és a háta mögé dugja. Ha mindenkinek megvan a játéka, jelre (síp, dob) gyorsan megkeresi az azonos játékot birtokló gyereket, a párját, és kézen fogva leguggolnak egymással szemben, hogy aki még nem találta meg a párját, könnyebben észrevehesse.

Eszköz(ök): sok apró játék, mindegyikből két-két darab, zsák

18. Denevérek

- Függek a fák lehajló ágain két fa közé kifeszített kötélén.
- Különböző módozatokban haladjanak függszekedve:
 - oldalra haladva,
 - kézzel-lábbal kapaszkodva előre, hátra haladva,
 - húzódzkodás függve,

- láblendítéssel a kötél megérintése,
- függeszkedve hintázás.

Eszköz(ök): kötelek

19. Páros fogó

- A gyerekek párt alkotnak, egy gyereknek nincs párja.
- Ő elkiáltja magát. „Csere”!
- A többieknek gyorsan keresniük kell maguknak egy új párt. Mindig másik gyereket kell választania mindenkinek.
- Akinek nem jut pár, az lesz a jeladó.

Eszköz(ök): nincs eszközigény

20. Nyári sí

Egy kétszemélyes nyári sí lépegetőn a gyerekeknek egymáshoz alkalmazkodva kell lábaikat egyszerre emelve előre, hátra haladni, megfordulni. (Hasonló eszköz, mint a maugli-talpak, csak itt két gyereknek kell egymásra odafigyelni az összehangolt lábemeléseknél.)

Azok az ügyesek, akik nem lépnek le az eszközről.

Eszköz(ök): nyári sí

21. Kiütős fogó

A fogó a labda társra dobásával (csak a hátra és a lábra szabad célozni) kiüti a többi gyereket. Akit eltalálnak, kiül a játékból. Addig játszunk, amíg 3-4 gyerek marad csak a pályán. Utána új fogót választunk.

Eszköz(ök): közepes méretű léglabda

22. Eglábú széken

- A földön jól megtámaszkodva egy-egy gyerek ül, két egymással szemben lévő, eglábú széken.
- Dobálják a labdát egymásnak úgy, hogy az ne essen le a földre.
- Aki nem tudja elkapni, az helyet cserél egy másik gyerekkel. Az a legügyesebb, aki a legtovább tud a széken maradni.
- Játshatjuk úgy is, hogy a két gyerekkel szemben ül az óvodapedagógus, és felváltva dobja a labdát a gyerekeknek. Nekik figyelniük kell, hogy kinek repül a labda.

Eszköz(ök): eglábú szék, labda

23. Toronyépítés lábbal

- A tornyot 6-7 darab papírtéglából kell lábbal felépíteniük a gyerekeknek, anélkül, hogy az ledőlne. A papírtéglát lábbal jól meg kell tartaniuk, hogy amikor ráteszik az előző elemre, ne dőljön le.
- Versenyezhetnek, hogy ki tud több téglát felhasználni, kinek dől el utoljára a tornya
- Össze is dolgozhatnak egy torony építésénél.

Eszköz(ök): papírtéglák

24. Légzőgyakorlatok

- „Fúj a szél”: kis terpeszállás, magastartás, törzshajlítás hátra, belégzés, vissza kiinduló helyzetbe, kilégzés.
- „Kígyó”: sarokülés, csípőemelés, karok magastartásban, törzshajlítás hátra, belégzés, vissza kiinduló helyzetbe, kilégzés.
- „Alagút”: sarok közé beülés, törzs és csípő felemelésével kéztámasz a test mögött, belégzés, vissza kiinduló helyzetbe, kilégzés.
- „Nyújtózz!”: Ülés nagyterpeszben, lábujjak megfogása, előrehajlás, karok előrenyújtása, belégzés, folyamatos levegővétel, 6-7 másodperc után vissza kiinduló helyzetbe, kilégzés.
- „Tekercs”: hanyatt fekvés, térdfelhúzás, karokkal átöleljük és a mellkashoz húzzuk a térdet, belégzés, vissza kiinduló helyzetbe, kilégzés.
- „Emelő”: oldalfekvésben fejtámasz, lábemelés, lábujj megfogása és megtartása folyamatos levegővétellel 6-7 másodpercig, majd átfordulás a másik oldalra.

Eszköz(ök): polifoam szőnyeg, magnó/CD-lejátszó, Fogolyán Kristóf és Holló József: A nyugalom hangjai 1. A csend című CD

25. Légzőgyakorlatok

- „Híd”: hanyatt fekvésben talpon és tenyéren támaszkodva törzs- és csípőemeléssel ringatózás előre-hátra, folyamatos levegővétellel.
- „Szobor”: alapállás, jobb sarok fogása, bal kéz előrenyújtása rézsútos magastartásba, folyamatos levegővétel, majd láb- és kartartáscsere.
- „Cölöp”: alapállás, jobb térd felemelése, megfogása, bal kar oldalsó középtartásban, folyamatos levegővétel, majd csere.
- „Széken”: ülés a széken, nyújtott ülésben, karok mellső középtartásban, karok és lábak széttáráásával belégzés, összezárás, kilégzés.
- „Villám”: sarokülés, törzsfordítás jobbra, jobb kéz a hát mögött, bal kéz a jobb combon, folyamatos levegővétel, majd csere.
- „Kifordulás 1.”: Hanyatt fekvés, karok oldalsó középtartásban, térdfelhúzás, térd átfordítása jobbra, fejfordítás balra, folyamatos levegővétel, majd csere.

- „Kifordulás 2.”: Hanyatt fekvés, karok oldalsó középtartásban, nyújtott láb emelése, lábak leengedése jobbra, fejfordítás balra, folyamatos levegővétel, majd csere.

Eszköz(ök): polifoam szőnyeg, magnó/CD-lejátszó, *Hangos melléklet* CD

26. Lajhárók

- Két fa közé kifeszítünk két kötelet: az egyiket a föld felett 15-20 cm-re, a másikat pedig 110 cm magasságban. Az alsó kötélén lépegetve, a felsőben kapaszkodva haladjanak a gyerekek, különböző irányokban és lépésnemekben:
 - függeszkedés utánfogással, oldalazva haladjanak,
 - függeszkedés utánfogással, keresztezett átlépésekkel haladjanak előre,
 - lábbal-kézzel kapaszkodjanak előre, hátra haladva,
 - húzódkodjanak függőlegesen fel-le,
 - lábrendítéssel a kötelet érintsék meg a fejük fölött,
 - bölcsőt készítsenek,
 - függeszkedve hintázzanak.
 Próbáljanak meg egy kézzel kapaszkodva függeszkedni.
- „Lajhár a fán!”: a kifeszített kötélén lajhármászó versenyt rendezünk. Ki ér előbb a célba?

Eszköz(ök): kötelek

27. Gólyák

- „Gólyák a tóban”: az eleséig (békáig) egy lábon ugrálva kell eljutni. Az a győztes, aki a célig nem teszi le a másik lábát. A távolság fokozatosan növelhető.
- További gyakorlatok:
 - létrafokok között lépegetés, azonos lábbal induljanak, majd váltott lábbal lépjenek,
 - létrafokok között ugrálás egy, kettő, illetve váltott lábbal, előre, hátra,
 - lépegetés hengerekbe mindig azonos lábbal indítva, előre, hátra,
 - lépegetés hengerekbe váltakozó lábbal, előre, hátra,
 - ugrálás a hengerekbe egy, kettő, illetve váltott lábbal, előre, hátra,
 - gólyalábon minél hosszabb távot megtenni segítség nélkül.
- A lépegetéseket és ugrásokat párosával is végezhetik, egymással szemben állva, egymás mellett haladva, egymásnak háttal állva.

Eszköz(ök): vízszintesen elhelyezett létrák, gólyaláb, body-roll hengerek

28. *Tekerj, gurulj!*

- Meghatározott területen belül közlekedési eszközökkel (kerékpár, roller):
 - haladjanak egymás után sorban, menetirányban;
 - haladjanak akadályok között szlalomozva bóják között.
- Versenyezhetnek szlalomozva párosával. Ki ér hamarabb a kijelölt célba?
- Versenyezhetnek egymással a különböző eszközökön. Ki ér hamarabb célba?

Eszköz(ök): kerékpárok, rollerek, bója

29. *Fűszálakon*

- Utánozzák a bogarak, pókok, kukacok mozgását a különböző szabadtéri eszközökön.
- „A pók hálójában”: fogójátékot játszunk a függőlegesen kifeszített hálón.
- Nagyon kell figyelni, mert a fogó mellett lévő gyerekeknek nem túl sok mozgástere van, de ki kell térnie a „pók” támadása elől. Az az ügyes, aki nem lép le a hálóról.
- Gyakorlatok:
 - haladjanak rézsútosan felállított pallón, létrákon úgy, hogy a fejükön visznek babzsákot, kendőt, könyvet,
 - farönkökön másszanak át úgy, hogy közben a hátukon visznek különböző szereket (babzsák, kendő, kocka),
 - járjanak, másszanak a homokozó szélén úgy, hogy különféle kartartásokban visznek különböző eszközöket, előre, hátra, oldalazva, keresztezett lépésekkel haladva, fejre tett udvari játékeszközökkel,
 - a faoszlopok közé kifeszített hálóban haladjanak fel, le, oldalra, bújjanak át egyik oldalról a másikra úgy, hogy közben nem lépnek le a földre,
 - meghatározott területeket járjanak be téglákból kirakott „ösvényeken”, vigyázzanak, hogy ne lépjenek le a földre,
 - hason fekvésben húzódkodjanak a homokozó szélén előre,
 - hanyatt fekvésben a homokozó szélén tolják magukat előre lábbal, kézzel segítve,
 - bújjanak be különböző átmérőjű hengerekbe.
- Néhány gyakorlatot párosával is végezhetnek, ilyenkor nagyon kell figyelniük egymásra.

Eszköz(ök): szabadtéri játékok (mászókák, faoszlop, palló, létra, farönkök, homokozó széle), különböző átmérőjű hengerek

30. *Mutasd a kezed!*

Tornáztassuk kezeinket!

- Mindkét karjukat nyújtsák ki előre, az egyik kéz ökölben, a másik nyitva, kéztartáscsere váltakozva.

- Mindkét karjukat nyújtsák ki előre, az egyik tenyér felfele, a másik lefele néz, egy ütemben forgassák azokat fel-le.
- Csuklókörzés jobbra, balra folyamatosan, majd ellentétes irányban.
- Mindkét karjukat nyújtsák ki előre, majd a kézfejüket feszítsék le, illetve fel.
- Szemmagasságban tartsák az öklüket, az ujjaikat egyenként nyissák ki, majd zárják be.
- Tegyük össze a tenyerüket, majd az azonos ujjakkal tapsoljanak hüvelykujjtól kiindulva, majd visszafelé.
- Egymással szemben állva is összetehetik a tenyerüket, így tornáztatva egymás kezét.

Eszköz(ök): nincs eszközigény

31. Mi volt a kezekben?

A játék lényege:

- Álljanak körbe, mindenki csukja be a szemét, majd mindenkinek adok a kezébe egy-egy tárgyat.
- Jól tapogassák meg, mi van a kezükben, majd jelre (dob), meghatározott irányban adogassák át a hátuk mögött egymásnak a tárgyakat.
- Amikor mindenki úgy érzi, hogy visszatért hozzá a saját tárgya, nyissák ki a szemüket, és nézzék meg mi volt a kezükben, majd mondják el, mit éreznek.

Eszköz(ök): sok kisebb játék

32. Menj utána!

Feladatok:

- labdapattogatás egy, két, illetve váltott kézzel,
- labdapattogatás állva, járva, futva, előre, hátra, oldalra haladva,
- társhoz labdapattintás, egy, illetve két kézzel,
- labdapattogatás különböző testhelyzetekben (terpeszülésben, törökülésben, négykézláb,
- állásban, hason fekve),
- labdagurítás hason fekve,
- labdagurítás négykézláb állásban,
- labdagurítás terpeszülésben,
- labdagurítás egymásnak háttal állva, terpeszállásban előredőlvé, egy lábú széken szemben ülve gurítással, pattintással, dobással adják át a labdát a társuknak, egyszerre dobhatnak egymásnak két labdát, figyelve az eldobásra, elkapásra.

Eszköz(ök): különböző méretű labdák, egy lábú szék

33. *Add át a labdát!*

- „Labdakidobó”: mindig az a kidobó, akihez a labda gurul, miután a kidobó eltalált valakit a labdával.
- „Tekercselés”: nyújtott ülésben a talpak összeérnek, labdagörgetés a fejtetőtől a lábfejig, innen a társ görgeti a saját testén a labdát lábfejtől a fejtetőig.
- „Sziámi ikrek”: egymásnak háttal állva a háthoz szorítják a labdát, oldalazva sétálnak, anélkül, hogy a labda leesne. Kisebb méretű, 10-12 cm átmérőjű labdákkal is próbálkozhatnak.
- Meghatározott területen dobálják egymásnak a labdát terpeszállásban.
- Terpeszállásban labdagurítás.
- Hajlított ülésben labdafogás bokával, majd labda átadása a társnak, aki szintén lábbal veszi át.
- Hajlított ülésben labdagurítás lábbal a társnak, aki szintén lábbal próbálja megfogni.
- Labda átdobása a pad fölött hason fekvésben.
- Hanyatt fekvésben lábak a padon, törzsemeléssel labda átadása a pad felett.

Eszköz(ök): különböző méretű labdák, pad

34. *Kockavár építése bekötött szemmel*

- Bekötött szemmel építsenek kockavárat.
- Az a győztes, akinek a legmagasabb lett a vára anélkül, hogy ledőlt volna.
- Többen is építhetnek egy várat, így figyelniük kell egymásra is, és a várra is.

35. *Utánozzuk az állatokat!*

- „Pingvin”: nyújtott lábbal, teletalppal, karjukat mereven tartva járjanak.
- „Gólya”: magas térdemeléssel járjanak.
- „Csigák”: párban kell a feladatot végezni, egyik gyerek a csiga, ő lassan, négykézláb halad előre, a másik gyerek a csigaház, aki nem ül rá a hátára, hanem terpeszállásban aprókat lépeget, így haladnak előre.
- „Szöcskék”: szökdelés guggolásban előre.
- „Békaügetés”: guggolásból páros lábbal felugorva tovahaladás előre.

36. *Görbe tükör*

A játék lényege, hogy a gyerekeknek az ellenkezőjét kell csinálniuk annak, amit az óvodapedagógustól látnak.

- Karemelés magastartásba bal kézzel (a gyerekeknek jobb kézzel)
- Előrelépés kettőt (a gyerekeknek hátra)
- Bal kezettel rajzolj kört a levegőbe! (A gyerekeknek jobb kézzel)
- Guggolj le, emeld fel a jobb könyöködöt! (A gyerekeknek bal könyök)
- Hajolj előre, fogd meg két kézzel a jobb bokádat! (A gyerekeknek bal bokát)
- Karok csípőn, végezz törzskörzést balra kezdve! (A gyerekeknek jobbra)

- Ugorj jobbra kettőt! (A gyerekeknek balra)
- Lépj hátra hármat! (A gyerekeknek előre)
- További mozdulatokat is kitalálhatnak, eszközzel is.

Eszköz(ök): nincs eszközigény

37. Lazíts!

- „Gombóc”: nyújtott ülésben kéztámasz a test mögött, belégzés, térdfelhúzással kilégzés.
- „Favágók”: terpeszállásban, karok magastartásában. Karlendítés a lábak közé, kilégzés, majd vissza kiinduló helyzetbe, belégzés.
- „Mutass az égre!”: Terpeszállás, karok oldalsó középtartásban, törzshajlítással jobb kézzel bal boka érintése, a fej felfelé néz.
- „Villámcsapás”: sarokülés, karok a test mellett, karlendítéssel feltérdelés, belégzés, majd vissza kiinduló helyzetbe, kilégzés.
- „Szöcske”: hason fekvésből karok, lábak egyszerre történő felemelése, majd kitartás, egyenletes levegővétel.
- „Teve”: térdelésben a törzs hátrahajlítása, a mellkas kitérülködik, megtámaszkodás a fenék alatt két kézzel, egyenletes levegővétel.
- „Bicikli”: hanyatt fekvésben jobb, bal, páros lábbal biciklizés előretekerve, majd visszafele tekerve, egyenletes levegővétel.
- „Táncos”: alapállás, jobb láb felemelése hátra, megfogása jobb kézzel, bal kéz előre nyújtása, majd lábtartáscsere, egyenletes levegővétel.
- „Napozás”: hanyatt fekvésben karok, lábak ellazítása a test mellett, egyenletes levegővétel.
- A gyakorlatok számát növelhetjük.
- Szabadban is végezhetik a gyakorlatokat.

Eszköz(ök): szivacs szőnyeg, magnó/CD-lejátszó, *Hangos melléklet* CD

5.3 Játékajánló

| Téma-1 | Ki lakik a tojáshéjban? |
|-------------------------------|---|
| A tevékenység célja | Az élet tiszteletére nevelés |
| Feladat | A gyermekek ismereteinek és önmaguk érzéseinek megjelenítése a játékban |
| Ajánlott megelőző tevékenység | <ul style="list-style-type: none"> – Jeles napok: húsvét – Tojás: az élet szimbóluma – Az állatok szaporodása – Állatkerti látogatás: élet és halál háza |
| Eszközök | Bármilyen tárgy, amely segíti a gyermeket a játékban |
| Vázlat | <ul style="list-style-type: none"> – A „tojásrakás” – fejlődés a tojásban – Születés (csibe, teknős, kígyó stb.) – Milyen a világ egy újszülött szemével? (megjelenítése különböző módokon) |

| Téma-2 | Utazás a Föld körül |
|-------------------------------|---|
| A tevékenység célja | A gyerekek egyéni utazási élményeinek megjelenítése, kijátszása |
| A tevékenység feladata | Az utazás eszközének és eseményeinek kitálálása |
| Ajánlott megelőző tevékenység | Világtérkép, földgömb nézegetése, ismerkedés a világ tájaival, embereivel, élővilágával, szokásaival és közlekedési módjaival |
| Eszközök | <ul style="list-style-type: none"> – Forgatható földgömb, világtérkép – Bármilyen tárgy, ami a gyermekeknek szükséges (táskák, bőröndök, távcső, nagyító, gyermekek által készített járművek, „útlevél” stb.) |

| | |
|--------|---|
| Vázlat | <ul style="list-style-type: none"> – A földgömb forgatása – Egy pont véletlenszerű megjelölése – A kiválasztott helyszínre való eljutás megtervezése – Képzletbeli utazás a megjelölt helyre (mivel, kivel, mit visz magával, mi történik ott velük...) |
|--------|---|

| | |
|-------------------------------|---|
| Téma-3 | Tavaszi zsongás |
| A tevékenység célja | A rovarok megismerése, az élővilágban betöltött fontos szerepük tudatosítása |
| A tevékenység feladata | A törvényszerűségek, az egymásrautaltság felismerése az élővilágban |
| Ajánlott megelőző tevékenység | <ul style="list-style-type: none"> – Ismerkedés a rovarvilággal – Mesék, versek, dalok tanulása |
| Eszközök | Virágos, rovaros fejdíszek |
| Vázlat | <ul style="list-style-type: none"> – A gyerekek szerepválasztása a fejdíszekkel – A kiskert megalkotása, a virágok fejlődése – A rovarok (méhek, katicabogarak stb.) érkezése, virágpor keresése, gyűjtése – A virágpor szállítása a méhkasba – Vajon mi történhet a virággal? |

| | |
|-------------------------------|---|
| Téma-4 | Virágvásár |
| A tevékenység célja | A vásárlás élménye |
| A tevékenység feladata | <ul style="list-style-type: none"> – A virágokról gyűjtött ismeretek, tapasztalatok beépítése a játékba – A virág életfeltételeinek megismerése |
| Ajánlott megelőző tevékenység | <ul style="list-style-type: none"> – Kirándulás, séta a természetben – Parkok, kertek folyamatos megfigyelése, a növények fejlődése az időjárás hatására – Látogatás és vásárlás virágüzletben – A virágok felépítésének megismerése (szín, illat), nevük megtanulása – Növénygondozás – Mesék, versek, dalok tanulása – Művészeti albumok, képek nézegetése |

| | |
|----------|--|
| Eszközök | Virágos fejdíszek, fejkendő, kosarak, különféle játékszerszámok (kapa, gereblye, locsolókanna stb.) |
| Vázlat | <ul style="list-style-type: none"> – Vásárba hívó rigmus vagy dal éneklése – A gyerekek virággá válnak – A vevők érkezése – Alku (a vevő mit ajánl a virágnak a gondozásában) – A virág döntése |

| | |
|-------------------------------|---|
| Téma-5 | Húsvéti tojáskeresés |
| A tevékenység célja | A keresés izgalmanak megtapasztalása |
| A tevékenység feladata | <ul style="list-style-type: none"> – A gyerekek egymás segítésére nevelése – A csoport összefogása és együttműködése egy közös cél érdekében |
| Ajánlott megelőző tevékenység | <ul style="list-style-type: none"> – A húsvéti ünnepek megismerése, feldolgozása – A nyuszik életének megismerése – A családi ünnepi szokások elmesélése |
| Eszközök | Nyuszis levél, jelek, a feladatokhoz szükséges eszközök |
| Vázlat | <ul style="list-style-type: none"> – A játékhoz szükséges jelek elhelyezése – A nyuszi levelének megtalálása – tartalma: valamilyen ok miatt nem tudja az idén elhozni az ajándékait, de segít elvezetni a gyerekeket az ajándékokhoz vagy a nyuszihoz. – A gyerekek szövetsége – A jelek megkeresése – Az ajándék megtalálása/megszerzése |

| Téma-6 | Labirintustervezés |
|-------------------------------|---|
| A tevékenység célja | Az alkotófolyamat örömeinek megtapasztalása |
| A tevékenység feladata | Labirintus megalkotása, kipróbálása |
| Ajánlott megelőző tevékenység | <ul style="list-style-type: none"> – Csigákról szóló könyvek nézegetése – Csigaházak gyűjtése, vizsgálata – Épületek alaprajza – Építkezés tervrajzok alapján (az építmény utólagos lerajzolása is) – Híres parkok labirintusai |
| Eszközök | Különböző méretű dobozok vagy fakockák, szívószál, fonal vagy spárga, legó, leporellók, székek, kréta |
| Vázlat | <ul style="list-style-type: none"> – A kiindulópontok meghatározása – A gyerekek a maguk választotta anyagból különböző útvonalakat készítenek (krétával felrajzolják, kockákból kirakják, zsinórral jelölik ki) – Kísérletek az útvonalak nehezítésére (zsákutca, visszakanyarodó rész korábbi szakaszhoz stb.) – Egymás labirintusainak kipróbálása különböző módon (játékautóval, bekötött szemmel, mezítláb, szabadban rollerrel) |

| Téma-7 | „Csigaderby” |
|-------------------------------|---|
| A tevékenység célja | A játék örömeinek megtapasztalása |
| A tevékenység feladata | <ul style="list-style-type: none"> – A színismeret elmélyítése – A játék szabályaihoz való alkalmazkodás – Konfliktuskezelési technikák gyakorlása |
| Ajánlott megelőző tevékenység | <ul style="list-style-type: none"> – Tárgyak csoportosítása színek szerint – Önmagunk és a társak szemének, hajának, ruházatának stb. színe, színkeverések – Környezetünk színei |

| | |
|----------|--|
| Eszközök | Szín-dobókocka, papírmásé csigaházak hat színben, aszfaltkréta, színes szigetelőszalagok |
| Vázlat | <ul style="list-style-type: none"> – A játékmező elkészítése (az udvaron aszfaltkrétával a földre rajzoljuk, a csoportszobában ragasztószalaggal jelöljük ki az útvonalat). – A játékosok elhelyezkedése a rajtvonalnál (különböző színű csigaházak felvétele). – Játék szín-dobókockával. – A játékvezető kiválasztása (ő dob a kockával), a játékvezető feladata a szabályok betartatása. A játékosok akkor léphetnek, ha a saját színüket dobták. Ha a dobás után olyan mezőre kell lépnie, ahol már áll játékos, akkor azt kiüti, és annak vissza kell mennie az első szabad mezőre. |

| Téma-8 | Kavicsvilág |
|-------------------------------|--|
| A tevékenység célja | Érzések, gondolatok szavakká formálása |
| A tevékenység feladata | <ul style="list-style-type: none"> – Fantáziahely alkotása természetben található anyagokból – Tapintásélmény a természet anyagairól – Asszociációk (belelátás, kibővítés) |
| Ajánlott megelőző tevékenység | <ul style="list-style-type: none"> – Ismerkedés a különböző foglalkozásokkal: a szülők foglalkozása – A szűkebb, tágabb lakókörnyezet jellegzetességei |
| Eszközök | Különböző méretű, formájú kavicsok, festék, lakk, lakkfilc |
| Vázlat | <ul style="list-style-type: none"> – Kavicsok nézegetése, kiválasztása épületek, helyek kialakítására – Település létrehozása – A kavicsvilág benépesítése (a kavicslények életre kelnek) |

| Téma-9 | Felfedezőúton... |
|-------------------------------|--|
| A tevékenység célja | <ul style="list-style-type: none"> – Az ismeretlentől való félelem feloldása megismerés útján – Érzések, gondolatok szavakká formálása |
| A tevékenység feladata | – A gyerekek kíváncsiságának kielégítése, egyéni akaratauk, elképzeléseik érvényesítése a játékban |
| Ajánlott megelőző tevékenység | <ul style="list-style-type: none"> – Ismerkedés a különböző földrészekkel, azok jellemzői – Hazánk elhelyezkedése a világtérképen – Nagy felfedezők utazásai – Az utazás mint téma |
| Eszközök | A gyermekek igényei szerint |
| Vázlat | <ul style="list-style-type: none"> – A felfedezőút terve – A felfedező csapat önszerveződése – Eszközválasztás, útvonalterv-készítés, a feladatok szétosztása, az élelem, a felszerelés összegyűjtése, a közlekedési eszköz kiválasztása, megalkotása – A felfedezőút – Élménybeszámolók (fotók, különleges kincsek bemutatása) |

| Téma-10 | Autóverseny |
|-------------------------------|---|
| A tevékenység célja | A versenyzés öröme |
| A tevékenység feladata | A finommozgás fejlesztése |
| Ajánlott megelőző tevékenység | <ul style="list-style-type: none"> – Sportok világa: az autóversenyzés – Híres autóversenyzők megismerése – Régi és új autók képeinek összehasonlítása |
| Eszközök | Azonos méretű autók, azonos hosszúságú zsinór, kézben jól forgatható kb. 20 cm-es botok, rudak, indítózászló |

| | |
|--------|--|
| Vázlat | <ul style="list-style-type: none"> – A verseny meghirdetése – A pálya kijelölése, akadályok kitalálása, elhelyezése – A gyerekek által kitalált szabályok megfogalmazása – Versenybíró választása – Az autók előkészítése a versenyre (egyforma hosszúságú zsinórok rögzítése az autókhoz, illetve a másik végén egy rúdhoz, az autók haladása a zsinór feltekerésével történik) – A futamok lebonyolítása |
|--------|--|

| | |
|-------------------------------|--|
| Téma-11 | Ki lakik a ház körül? |
| A tevékenység célja | „Állatbőrbe bújás” |
| A tevékenység feladata | <ul style="list-style-type: none"> – A gyerekek háziállatokkal kapcsolatos élményeinek megjelenítése játékban – A házasított állatok szerepe az ember életében |
| Ajánlott megelőző tevékenység | Mesék, versek, dalok háziállatokról, képek gyűjtése, az állatok megfigyelése természetes környezetükben (mozgásuk, életmódjuk, szaguk megtapasztalása), a háziállatok haszna |
| Eszközök | A gyerekek igényei szerint |
| Vázlat | <ul style="list-style-type: none"> – A helyszín megteremtése – Szerepvállalás – A szerepnek megfelelő élettevékenységek eljátszása |

| | |
|-------------------------------|---|
| Téma-12 | Levesmese |
| A tevékenység célja | Érzések, gondolatok szavakká formálása |
| A tevékenység feladata | A fazékból véletlenszerűen kivett mesefigura elfogadása |
| Ajánlott megelőző tevékenység | Séta, vásárlás a piacon, a zöldségek, gyümölcsök csoportosítása, formájuk, színük, felhasznált részük szerint |
| Eszközök | Fazék, zöldség, gyümölcsfigurák |
| Vázlat | <ul style="list-style-type: none">– Zöldség-, gyümölcsfigurák kihúzása a letakart fazékból– Elnevezésük– A mese elindítása, a történet szövése, lényeges elemek hangsúlyozása– A mese lezárása |

6. PÉLDATÁR A KÉPESSÉGFEJLESZTÉSI TERÜLETEKHEZ

| Képességfajták | | | Fejlesztő játékok |
|----------------------|--|--|------------------------------|
| Szociális képességek | Társas kapcsolatok, játék, viselkedés, neveltségi szint, szokásismeret | <ul style="list-style-type: none"> – társas magatartás – közösségi szokások – együttműködési képességek – erkölcsi megítélőképesség – udvariasság | 1–10., 18–22., 25., 28., 32. |
| | Érzelmek, motivációk, beállítódás, akarati megnyilvánulások | <ul style="list-style-type: none"> – érintkezési szokások – alkalmazkodás – érzelmek, motivációk, beállítódás – akarati tényezők | 4., 8., 9–10., 18–32. |

| Képességfajták | | | Fejlesztő játékok |
|--------------------|--|---|--|
| Értelmi képességek | Kognitív szféra | <p><i>Gondolkodási műveletek</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – fogalomismeret, tájékozottság – logikai műveletek <ul style="list-style-type: none"> • összehasonlítás • megkülönböztetés • következtetés • ítéletalkotás • analízis • szintézis • konkretizálás • általánosítás • csoportosítás • osztályozás – számfogalom, téri, időbeli viszonyok, szimmetria <p><i>Pszichikus funkciók működése</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – koncentráció, feladattartás, figyelem, problémamegoldó képesség – érdeklődés, emlékezet, képzelet | <p>4., 14., 20–21., 23–25., 27., 29–32.</p> <p>1., 3., 5–6., 9–32.</p> |
| | Érzékszervi szféra, percepció, testséma- ismeret | <ul style="list-style-type: none"> – hallásérzékelés (auditív percepció) – látásérzékelés (vizuális percepció) – tapintásérzékelés (taktilis percepció) – koordinációs működés, kinesztetikus érzékelés, keresztcsatornák működése téri irányok, relációk érzékelése, időérzékelés | 2., 3., 7., 10–32. |

| Képességfajták | | | Fejlesztő játékok |
|---------------------|--------------------------|--|---|
| Verbális képességek | Nyelvhasználat | <ul style="list-style-type: none"> – az összefüggő, folyamatos beszéd megjelenése – a beszéd tisztasága – nyelvhelyesség | 1–3., 15–19., 29., 32. |
| | Verbális kommunikáció | <ul style="list-style-type: none"> – beszédértés – nyelvi kifejezőképesség | 1., 2., 6., 18–21., 24–25., 27., 29–32. |
| Testi képességek | Nagymozgások | <ul style="list-style-type: none"> – mozgáskoordináció., motoros képességek – téri tájékozódás nagy-mozgással a cselekvés szintjén | 2., 7–11., 15–17., 28–31. |
| | Finom-motorikus mozgások | <ul style="list-style-type: none"> – ábrázoló tevékenység – ábrázolás a mindennapi életben | 12–14., 23–24. |

1. Játék a bábbal

A beszoktatás időszakában nagyon jó feszültségoldásnak, a kapcsolat alakítására, s közben a képességek fejlesztését is szolgálja.

Az óvodapedagógus és egy gyermek közötti bábos párbeszéd. Olyan kérdések feltevése, melyekre egész mondatban válaszolhat a gyermek, szabad, majd célzott bábválasztással attól függően, hogy az óvodapedagógus milyen szerepeket, tulajdonságokat szeretne erősíteni vagy átalakítani a gyermekekben.

A játék menete:

- Ismerkedés, üdvözlések, bemutatkozás, visszakérdezés.
- Ismerkedés, közös tevékenységre csábítás az óvodapedagógus ajánlatával, a gyermeki választás segítése.
- Szituációs bábjáték: olyan bábhelyzet teremtése, melyben az egyik „báb” nem akarja megosztani a játékát.
Közös megoldáskeresés. Szerepcserével is játszunk!
- Szituációs bábjáték: az egyik „báb” elesett szerepbe kerül.
A segítés, a megoldáskeresés motiválása. Szerepcserével is!
- Szituációs bábjáték: az egyik „bábnak” születésnapja van, ünnepi készülődés.
Az egymásra figyelés, örömszerzés motiválása. Szerepcserével is!
- Szituációs bábjáték: vendégségbe megyünk együtt.
A szokásokkal való ismerkedés példamutatással.

A játék eszköze(i): bábok, állatfigurák, kislány, kisfiú, anyuka, apuka...

Fejlesztési területek:

- Szociális képességek: társas kapcsolatok/társas magatartás/erkölcsi megítélőképesség/ ;rintkezési szokások/ alkalmazkodás
- Értelmi képességek: pszichikus funkciók/problémamegoldó képesség
- Verbális képességek: nyelvhasználat/verbális kommunikáció

2. Kontaktusteremtő játékok, ismerkedés

A játék menete:

- Babzsákkal ülünk körbe, kis körben, 4-5 gyermekkel. Egymásnak dobjuk a babzsákokat, eldobás előtt minden gyermek mondja a nevét vagy a jelét.
- Gyermekcsalogató, soralkotó.
- Mozdonyos mondókákkal vonatozás.

A játék eszköze(i): babzsák

Fejlesztési területek:

- Szociális képességek: társas kapcsolatok/együttműködési képesség/érintkezési szokások/alkalmazkodás
- Értelmi képességek: érzékszervi szféra/koordinációs működés
- Verbális képességek: nyelvhasználat/verbális kommunikáció
- Testi képességek: nagymozgások/mozgáskoordinációs képességek/téri tájékozódás nagymozgással

3. Kontaktusteremtő játékok az érintés varázsával

A játék menete:

„Áspis kerekés...” kezdetű mondóka mondogatása, eljátszása, simítások, érintések, paskolások.

„Szita, szita, sűrű szita...” kezdetű mondóka mondogatása, eljátszása, utánzó mozdulatok, simítások.

„Cicukám, kelj fel...” kezdetű gyermekdal énekelgetése, társak együttjátszása, simítások.

Az óvodapedagógus motiválja, hogy a gyermekek egymással is játsszák!

Fejlesztési területek:

- Szociális képességek: társas kapcsolatok/együttműködési képesség/érintkezési szokások/alkalmazkodás
- Értelmi képességek: kognitív szféra/pszichikus funkciók működése/emlékezet/érezékszervi szféra/tapintásérzékelés/koordinációs működés/kinesztetikus érzékelés/keresztcsatornák működése
- Verbális képességek: nyelvhasználat

4. Együtt tevékenykedés

A játék menete:

– Közös homokozás kezdeményezése, 2-3 gyermek együttjátszásának segítése. Adott mennyiségű eszköz, tér, közös használata. Ötletadás.

– Közös építkezés: toronyalkotás, bekerítés, egyszerű alakzatok.

Ötletadás. Az együttjátszás segítése adott mennyiségű készlettel, adott térben.

Szerepvállalások támogatása.

– Vendéglátás: főzőcske, kínálás.

Az udvariassági szokások használatának motiválása.

A játék eszköze(i): homokozójátékok, építőjátékok, a babakonyha eszközei

Fejlesztési területek:

- Szociális képességek: társas kapcsolatok/együttműködési képesség/udvariasság/érintkezési szokások/alkalmazkodás/rzelmek, motivációk/akarati tényezők
- Értelmi képességek: kognitív szféra/gondolkodási műveletek

5. „Létszámmellenőrzés”

A játék menete:

Soroljuk fel, hogy ki van jelen, a gyerekek mondják a neveket. Utána a hiányzókat sorolják fel.

Segítő kérdések: pl. Eszter barátnője itt van? Tegnap valakit nagyon megdicsérem, mert nagyon ügyesen elrakodott, emlékeztek rá, ki ő? Ő itt van?

Fejlesztési területek:

- Szociális képességek: társas kapcsolatok/társas magatartás
- Értelmi képességek: kognitív szféra/pszichikus funkciók működése/figyelem/ emlékezet

6. Az óvodapedagógus bábjátéka a gyermekek interakciójával

A játék menete:

- Olyan báb-párbeszéd alakítása, melyben az egyik szereplő érdekei sérülnek. A bábtérből a gyermekek felé fordulva kérdésfeltevések. „Most egyedül megeszem az összes sajtot! Jó, gyerekek?”
- A várt válaszíg kérdések sora. Miért? kérdések.
- Az erkölcsi ítéletalkotás alakítása, helyes irányba terelése.
- Különböző szituációkban az ismétlés gyakorlásának lehetősége.

A játék eszköze(i): bábok, állatfigurák, kislány, kisfiú, anyuka, apuka...

Fejlesztési területek:

- Szociális képességek: társas kapcsolatok/erkölcsi megítélő-képesség
- Értelmi képességek: kognitív szféra/pszichikus funkciók működése/probléma-megoldó képesség
- Verbális képességek: verbális kommunikáció

7. Mozgásos játékok nagymozgásokkal

A játék menete:

- A csoportszobában asztalokkal, székekkel „mászótér” kialakítása. Az asztalok alatt bújasok, székeken átmászások, alatta kúszások, egyéb szabad mozgások gyakorlásának lehetősége.

- Kutyás játék: kutyacsalád, a gyermekek együtt tevékenykedésének, együtt mozgásának a lehetősége.
- Labirintus: bújásokkal, mászással megközelíthető tárgyak megtalálása.

A játék eszköze(i): asztalok, székek, egyéb stabil bútorok

Fejlesztési területek:

- Szociális képességek: együttműködési képesség/érintkezési szokások/alkalmazkodás
- Értelmi képességek: érzékszervi szféra/látásérzékelés/koordinációs működés/kinesztetikus érzékelés/téri irányok
- Testi képességek: nagymozgások/mozgáskoordináció/téri tájékozódás nagymozgással/iránykövetés

8. Mozgásos játékok – Futójátékok 1.

A játék menete:

- Az udvaron a szabad mozgás önfeledtségének biztosítása, fogócskák, futójátékok.
- Szabad futás a mozgás örömeért.
- Szabad futás, menekülés a játékosság örömeivel. „Szaladj kisegér, mert jön a cica!” kis kergetőzés.
- „Fogócska”: egy kisgyermek szalad a többiek után, akit elkap, az a gyermek lesz az új fogó.
- „Házass fogócska”: ugyanúgy játszunk, mint a fogócskát, csak a „háznak” kijelölt helyen a fogók nem kaphatják el a gyermekeket.

Fejlesztési területek:

- Szociális képességek: társas magatartás/együttműködési képesség/alkalmazkodás/érzelmek, motivációk/akarat tényezők
- Testi képességek: nagymozgások/mozgáskoordináció/motoros képességek/téri tájékozódás/iránykövetés

9. Mozgásos játékok – Futójátékok 2.

A játék menete:

A gyermekek kisautókat játszanak. Kezükben a képzeletbeli kormány, kormányoznak. Pl. a járdát kinevezzük autópályának, csak ott közlekedhetnek (csak annyian játszunk, hogy ne legyen ütközés). Elindulnak az autók (járás vagy futás), majd „Fordulj!” kiáltásra irányváltás. Megfordulnak, így haladnak tovább.

Fejlesztési területek:

- Szociális képességek: társas magatartás/alkalmazkodás/érzelmek, motivációk/akarat tényezők

- Értelmi képességek: kognitív szféra/pszichikus funkciók működése/figyelem/érzékszervi szféra/látásérzékelés/hallásérzékelés/koordinációs működés/kinesztetikus érzékelés/keresztcsatornák működése/téri irányok
- Testi képességek: nagymozgások/mozgáskoordináció/motoros képességek/téri tájékozódás

10. Mozgásos játékok – Fogójátékok mászásokkal

A játék menete:

„Egérfogó”

A gyermekek mászással közlekednek, most kiségerkéset játszunk. Az egérkék megéheztek, elmennek sajtot enni, de közben menekülniük kell a cica elől. A cica kicsit távolabb várakozik. Az egerek és a cica is jelre indulnak. Az egerek megkerülnek egy sajtnak kinevezett akadályt, majd igyekeznek vissza a házba. Közben a cica igyekszik minél több egeret érintéssel elkapni. Ha csak néhányan játsszuk, lehet számlálni is, hogy hány egeret fogott a cica.

Fejlesztési területek:

- Szociális képességek: társas kapcsolatok/társas magatartás/alkalmazkodás;rzelmek, motivációk/akarati tényezők
- Értelmi képességek: kognitív szféra/pszichikus funkciók működése/figyelem/érzékszervi szféra/látásérzékelés/hallásérzékelés/koordinációs működés/kinesztetikus érzékelés/keresztcsatornák működése/téri irányok
- Testi képességek: nagymozgások/mozgáskoordináció/motoros képességek/téri tájékozódás/iránykövetés

11. Mozgásos játékok – Egyensúlyozók

A játék menete:

- Az udvaron krétával húzott csíkon végigmenni járással, óriásjárással (magasba nyújtott kar), törpejárással (guggolva).
- Az udvaron, alacsony gerendán vagy alacsony egyensúly-gyakorlós mászókán végigmenni, járni, igény szerinti segítségnyújtással.
- A csoportszobában felragasztott csíkon (lehet hullámvonal, kör, háromszög stb.) járások (járás, óriásjárás, törpejárás...)

A játék eszköze(i): táblakréta, színes szigetelőszalag

Fejlesztési területek:

- Értelmi képességek: kognitív szféra/figyelem/érzékszervi szféra/látásérzékelés/koordinációs működés/kinesztetikus érzékelés/keresztcsatornák működése/téri irányok
- Testi képességek: nagymozgások/mozgáskoordináció/motoros képességek/téri tájékozódás

12. Ábrázolás – Gyurmajátékok

A játék menete:

Különböző formák alakítása gyurmából. Gyúrás, gömbölyítés, sodrás.

Témák: labda, hógolyó, szőlőszemek, kifli.

Össze is lehet kapcsolni a kész formákat (szőlőfűrt, hóember stb.).

A játék eszköze(i): gyurma, lisztgyurma, agyag

Fejlesztési területek:

- Értelmi képességek: kognitív szféra/pszichikus funkciók működése/figyelem/emlékezet/érzékszervi szféra/látásérzékelés/tapintásérzékelés/koordinációs működés/keresztcsatornák működése/
- Testi képességek: finommotorikus mozgások/ábrázolás

13. Ábrázolás – Formaalkítás a rajzolás technikájával

A játék menete:

– Marokkrétával, zsírkrétával a gomolyfirka lendületességének öröme mellett a körformára motiválás témaadással (fészek, lufi stb.).

– Rövid mesék, mondókák illusztrálása, szabad önkifejezés, a belső kép kivetítésének motivációjával a vonalak, formák tisztulása, alaköltése.

A játék eszköze(i): marokkréta, zsírkréta, színes ceruza

Fejlesztési területek:

- Értelmi képességek: kognitív szféra/pszichikus funkciók működése/figyelem/emlékezet/érzékszervi szféra/látásérzékelés/tapintásérzékelés/koordinációs működés/keresztcsatornák működése/
- Testi képességek: finommotorikus mozgások/brázoló tevékenység

14. Ábrázolás – „Apró szemű alkotások”

A játék menete:

– Nagyobb szemű gyöngyből láncfűzés.

– Variációk: Csak a pirosakat válogasd! Akinek már ez is sikerül: Egy piros, egy sárga!

– Pötyi játékkal alkotás. Témaadással segítés, illetve a szárnyaló fantáziánál a szabad önkifejezés segítése technikai tanácsokkal (soralkotás: pl. nyaklánc, köralakítás: pl. lufi)

– Színek szerint is alkothatunk: Most csak kékből... stb.

A játék eszköze(i): nagyobb szemű gyöngyök, Pötyi játék

Fejlesztési területek:

- Értelmi képességek: kognitív szféra/gondolkodási műveletek/fogalomismeret/logikai műveletek/pszichikus funkciók működése/figyelem/emlékezet/érzék-

szervi szféra/látásérzékelés/tapintásérzékelés/koordinációs működés/keresztcsatornák működése

- Testi képességek: finommotorikus mozgások/ábrázolás

15. „Játék a nyelvvel”

(Ajak- és nyelvizom-erősítő gyakorlatok)

A játék menete:

Manójáték

- A kis manó a nyelvünk, bent lakik a szánkban. Egy kapun jár ki-be: alsóajak, felsőajak. A kis manó nagyon kíváncsi, kukucskál, kibújik, elbújik.
- A játék alapján a manó, a nyelv mozgatása instrukcióra: le, fel, ki, be.

Fejlesztési területek:

- Értelmi képességek: kognitív szféra/pszichikus funkciók működése/figyelem/érzékszervi szféra/hallásérzékelés/látásérzékelés/koordinációs működés/kinestetikus érzékelés/keresztcsatornák működése/téri irányok/testséma
- Verbális képességek: nyelvhasználat/beszéd tisztaság
- Testi képességek: motoros képességek

16. „Játék a hangokkal”

A játék menete:

A helyes hangképzés segítése játékokkal.

Hangutánzás:

- Mit mond a csacsi? I-á, i-á, i-á (magánhangzók tagolása)
- Mit mond a cica? Miáú-miáú (magánhangzók tagolása)
- Hívjuk a cicát! C-c-c-c-c
- Mit mond a kígyó? Sssz, sssz, sssz
- Hogy morog a kiskutya? Rrrrr, rrrr, rrrr
- Hogy pipázik a bácsi? P-p-p-p
- Mit mond a kiséger? Cincincincin

Fejlesztési területek:

- Értelmi képességek: kognitív szféra/pszichikus funkciók működése/figyelem/érzékszervi szféra/hallásérzékelés/látásérzékelés/koordinációs működés/kinestetikus érzékelés/keresztcsatornák működése
- Verbális képességek: nyelvhasználat/beszéd tisztaság
- Testi képességek: motoros képességek

17. Mondókás játékok

A játék menete:

Mondókák mondogatása. Példamutatással a tagolt mondogatás segítése.

Például:

- Gyerekek, gyerekek...

- Fújja a szél...
- Töröm, töröm...
- Cini, cini muzsika...
- Poros úton koci zörög...

Fejlesztési területek:

- Értelmi képességek: kognitív szféra/pszichikus funkciók működése/figyelem/érzékszervi szféra/hallásérzékelés/látásérzékelés/koordinációs működés/kinestetikus érzékelés/keresztcsatornák működése
- Verbális képességek: nyelvhasználat/beszéd tisztaság
- Testi képességek: motoros képességek

18. Játék a mesével 1.

A játék menete:

„Mese-előadás”

Ismert, sokszor hallott mesék gyermekek általi elmesélésének ösztönzése. A többi gyermek hallgatja. Utána más mesél. (Nem baj, ha mindenki ugyanazt a mesét szeretné elmondani.)

Fejlesztési területek:

- Szociális képességek: társas kapcsolatok/együttműködési képesség/erkölcsi megítélő-képesség/érzelmek, motivációk/akarati tényezők
- Értelmi képességek: kognitív szféra/pszichikus funkciók működése/figyelem/emlékezet/érzékszervi szféra/hallásérzékelés
- Verbális képességek: összefüggő beszéd/beszéd tisztaság/nyelvhelyesség/verbális kommunikáció/beszédértés/nyelvi kifejezőképesség

19. Játék a mesével 2.

A játék menete:

– „Mese-kérdőzködés”

Ismert, sokszor hallott mesékről kérdezőnk, a gyermekek válaszolnak.

- Mi történt azután, hogy...?
- Kivel ment a kismalac...?
- Hova ment a kismalac...?
- Mit csinált azután, hogy...?

– „Mesefolytatás”

Ismert, sokszor hallott mesét elkezd az óvodapedagógus mesélni, aki szeretné, fejezze be a mesélést!

Fejlesztési területek:

- Szociális képességek: társas kapcsolatok/erkölcsi megítélő-képesség/érzelmek, motivációk/akarati tényezők

- Értelmi képességek: kognitív szféra/pszichikus funkciók működése/figyelem/ emlékezet/érzékszervi szféra/hallásérzékelés
- Verbális képességek: összefüggő beszéd/beszéd tisztaság/nyelvhelyesség/verbális kommunikáció/beszédértés/nyelvi kifejezőkészség

20. Csoportosító játékok

A játék menete:

„Rendrakás játékosan”

Játék után elrakjuk az építőkockákat. Az elrakodást különböző szempontok szerint szervezhetjük:

- Válogassuk külön a kisebbeket a nagyobbaktól, tegyük külön-külön halomba. Beszéljük is meg, melyiket, miért, hova raktuk, a kisebb-nagyobb fogalmának megvilágítása. Először csak a nagyobbakat tegyük a helyére, majd a kisebbeket is.
- Válogassuk külön halomba a különböző színű kockákat. Egyik halomba csak a pirosakat, másikba csak a kékeket stb. Jól elkülönítve tegyük a különböző színeket. A válogatás szempontja kétféle legyen.
- Válogassuk szét a különböző alakúakat. Az alakok megkülönböztetése. A válogatás szempontjai: építőkocka alakú, háztető alakú, esetleg alagút alakú (csak akkor, ha az egyéb szempontú válogatás biztosan megy). Jól elkülöníthető halmokba rakva.

A játék eszköze(i): színes építőkockák

Fejlesztési területek:

- Szociális képességek: közösségi szokások/együttműködési képesség/érzelmek, motivációk/akarati tényezők
- Értelmi képességek: kognitív szféra/fogalomismeret/logikai műveletek/számfogalom/pszichikus funkciók működése/figyelem/émlékezet/érzékszervi szféra/hallásérzékelés/látásérzékelés/keresztcsatornák működése
- Verbális képességek: verbális kommunikáció/beszédértés/nyelvi kifejezőkészség

21. Játék és differenciálás

A játék menete:

- Az építőkockák elrakodásánál pl. a pirosak közé tegyünk egy kéket. Melyik nem való ezek közé? (Először nem nevezzük meg a színt, csak ha segítség kell) Miért? Ez milyen? És azok?
- Más szempont – pl. alak, méret... – alapján is belekeverhetünk egy nem oda illőt. (Éles legyen az eltérés. Ha már biztos a megkülönböztetés, lehet finomítani az eltérés szembetűnőségét.)

- Játshatjuk pl. egy cicabábbal is: a gyermekek csukják be a szemüket, ha idegenkednek, kukucskálnak, nem baj. Előtte megbeszéljük, mit mond a cica. Játshatunk hangutánzókat is, majd arra kérjük a gyerekeket, ha a cica hangja szól, ők is miákoljanak. Közbe-közbe helyezünk el egy ugatást is (ne keverjünk kétfélénél többet, és a cicahang legyen túlsúlyban).

A játék eszköze(i): színes, különböző alakú építőköcskák, bábok

Fejlesztési területek:

- Szociális képességek: közösségi szokások/együttműködési képesség/érzelmei, motivációk/akarati tényezők
- Értelmi képességek: kognitív szféra/fogalomismeret/logikai műveletek/számfogalom/pszichikus funkciók működése/figyelem/emlékezet/érezkszervi szféra/hallásérzékelés/látásérzékelés/keresztcsatornák működése
- Verbális képességek: verbális kommunikáció/beszédértés/nyelvi kifejezőkészség

22. Barkochba játék

A játék menete:

(A barkochbázás kezdetei.)

Az óvodapedagógus adjon meghatározásokat, a gyermekek találják ki, mi az. Egyszerű, a gyermekek által jól ismert tárgyakat, állatokat, cselekvést válaszson!

Például:

- Amire gondoltam, az egy kedves kis állat. Szőrös. Szereti a tejet. Nyávog. Mi az?
- Amire gondoltam, azzal nagyon szeretnek játszani a gyerekek. Ez valamilyen játék. A kislányok szeretik öltöztetni. Lehet babakocsiban tologatni. Mi az?
- Amire gondoltam, az egy jó kis futós játék. A gyerekek kergetik egymást. Mi az?

Fejlesztési területek:

- Szociális képességek: közösségi szokások/érzelmei, motivációk/akarati tényezők
- Értelmi képességek: kognitív szféra/pszichikus funkciók működése/figyelem/emlékezet/érezkszervi szféra/hallásérzékelés
- Verbális képességek: verbális kommunikáció/beszédértés/nyelvi kifejezőkészség

23. Puzzle játékok

A játék menete:

- Gyakorolgassuk az összeillesztést kétdarabos puzzle-n.
- Gyakorolgassuk az összeillesztést több darabos puzzle-n. Segítsük az összerakást különböző szempontok figyelembe ajánlásával.

- Játshatunk vásárolt készletekkel is, de készíthetünk mi is kirakókat.
- A gyermekeknek tetsző képeket az ábra differenciáltságától, és a gyermekek különböző képességeitől függően 2–12 darabra vágjuk.

A játék eszköze(i): különböző darabszámú puzzle játékok

Fejlesztési területek:

- Szociális képességek: érzelmek, motivációk/akarati tényezők
- Értelmi képességek: kognitív szféra/logikai műveletek/pszichikus funkciók működése/figyelem/emlékezet/érezékszervi szféra/látásérezékelés
- Testi képességek: finommotorikus mozgások/ábrázolás

24. Ábrázolás és alakállandósság

A játék menete:

- Különböző módon alkossunk! Rajzoljunk, gyurmázzunk, építsünk különböző méretben ugyanolyan dolgokat. Vezessük rá a gyermekeket, hogy a méretüktől függetlenül az alkotott tárgyak ugyanolyan alakúak. Ne elvont alakfogalmat használjunk, hanem az azonos tárgyakat minden esetben nevezzük a nevükön. Egyszerűbb kifejezések, mint pl. gömbölyű, kisebb, nagyobb már előfordulhatnak.
- Gyurmázzunk hóembereket!
- Építsünk homokvárat!
- Fűzzünk láncokat!

A játék eszköze(i): gyurma, homokozóedények, nagyobb szemű gyöngyök

Fejlesztési területek:

- Szociális képességek: érzelmek, motivációk/akarati tényezők
- Értelmi képességek: kognitív szféra/fogalomismeret/logikai műveletek/pszichikus funkciók működése/figyelem/emlékezet/érezékszervi szféra/hallásérezékelés/látásérezékelés/tapintásérezékelés/koordinációs működés/kinesztetikus érzékelés/keresztcsatornák működése
- Verbális képességek: verbális kommunikáció/beszédértés/nyelvi kifejezőképesség
- Testi képességek: mozgáskoordináció/finommotorikus mozgások/ábrázolás

25. Játék kártyával

A játék menete:

A legegyszerűbb kártyajátékkal kezdjük (húzás, jelazonosítás, párosítás). A 24 db-os paklit osszuk kétfelé, csak a felével játszunk. De használhatjuk a memóriajáték kártyáit is 6-8 pár kiválogatásával. Vagy magunk is készíthetünk 6-8 pár képből kártyát.

A következőképpen játszhatjuk:

A felfelé forgatott képű, asztalra helyezett kártyákat párosítsák össze a gyerekek. Egymás után húzzanak a gyerekek. Ha elfogyott a lap, nézzék meg a kezükben levőket, találnak e párt, egyformát. Aminek nincs párja, tegyék vissza középre, közös párosítás.

A játék eszköze(i): kártyacsomag

Fejlesztési területek:

- Szociális képességek: társas kapcsolatok/társas magatartás/együttműködési képesség/érzelmekek, motivációk/akarati tényezők
- Értelmi képességek: kognitív szféra/logikai műveletek/pszichikus funkciók működése/figyelem/emlékezet/érezkszervi szféra/látásérzékelés
- Verbális képességek: verbális kommunikáció/beszédértés/nyelvi kifejező-készség

26. Játék és akusztikus differenciálás

A játék menete:

Az óvodapedagógus énekel vagy hangszerrel szólaltat meg.

Először magasan énekeljük egy ismert dalt, majd ugyanezt nagyon mélyen. Énekeljük állathangot utánozva, mélyen, mint a medve, magasan, mint a kisegér. A gyerekekkel együtt is énekeljük váltakozva, mint a medve, mint a kisegér. Vezessük rá a gyermekeket a különbségre, használjuk a magas, mély kifejezéseket.

Fejlesztési területek:

- Szociális képességek: érzelmek, motivációk/akarati tényezők
- Értelmi képességek: kognitív szféra/pszichikus funkciók működése/figyelem/emlékezet/érezkszervi szféra/hallásérzékelés/látásérzékelés/koordinációs működés/kinesztetikus érzékelés/keresztcsatornák működése/téri irányok

27. Játékos tapintásérzékelés

A játék menete:

Előzőleg használt tárgyakat tegyünk a zsákba. Tapintás alapján jól felismerhető legyenek.

Egyszerre mindig csak egy legyen a zsákban. A gyerekek nyúljanak bele, és tapintással találják ki, mi van a zsákban.

A játék eszköze(i): különböző, tapintás alapján jól azonosítható tárgyak (pl. toboz, labda, építőkocka, alma stb.)

Fejlesztési területek:

- Szociális képességek: érzelmek, motivációk/akarati tényezők
- Értelmi képességek: kognitív szféra/logikai műveletek/pszichikus funkciók működése/figyelem/emlékezet/érzékszervi szféra/ hallásérzékelés/látásérzékelés/tapintásérzékelés/koordinációs működés/kinesztetikus érzékelés/keresztcsatornák működése
- Verbális képességek: verbális kommunikáció/beszédértés/nyelvi kifejezőképesség

28. Labdajátékok*A játék menete:*

- Dobójátékok
 - Gyakorolgassuk a labda dobását, dobjuk fel, le, el, falhoz...
 - Dobjuk a labdát a gyermekeknek kis távolságból, próbálják elkapni.
 - A gyerekek dobják egymásnak, nekünk a labdát.
- Gurítójátékok
 - Gyakorolgassuk a labda gurítását padlón, járdán, fűben.
 - Gurítsuk el a labdát, majd fussunk érte, hozzuk vissza.
 - Terelgessük a labdát kis gurításokkal a megbeszélt helyre pl. fáig, homokozóig (nem baj, ha kerülővel sikerül).
 - Üljenek egymással szembe, terpeszben, kis távolságra, próbálják a párjuk lába közé gurítani a labdát.
- Labda rúgása
 - Rúgják az udvaron a labdát, élvezzék a röptét.
 - Kis távolságból, nagy kapuba (székkal is lehet jelölni) próbálják berúgni a labdát.

A játék eszköze(i): közepes méretű gumilabda

Fejlesztési területek:

- Szociális képességek: társas kapcsolatok/társas magatartás/együttműködési képesség/érmek, motivációk/akarati tényezők
- Értelmi képességek: kognitív szféra/pszichikus funkciók működése/figyelem/emlékezet/érzékszervi szféra/látásérzékelés/tapintásérzékelés/koordinációs működés/kinesztetikus érzékelés/keresztcsatornák működése/téri irányok
- Testi képességek: nagymozgások/mozgáskoordináció/motoros képességek/téri tájékozódás

29. Játék a tükör előtt 1.*A játék menete:*

- Húzzanak a gyermekek egy kártyát, és tegyenek ők is úgy, mint a gyermek a képen!
- Használjuk a fel, le, nyitott, zárt fogalmakat.

A játék eszköze(i): egyszerű, jól differenciálható ábrájú kártyákat készítésünk, 4-6 darabot (gyermek felemelt kézzel, leeresztett kézzel, terpeszbe nyitott lábbal, összezárt lábbal, gyermekfej nyitott szájjal, csukott szájjal).

Fejlesztési területek:

- Szociális képességek: érzelmek, motivációk/akarat tényezők
- Ételmi képességek: kognitív szféra/fogalomismeret/logikai műveletek/téri viszonyok/pszichikus funkciók működése/figyelem/emlékezet/érzékszervi szféra/hallásérzékelés/látásérzékelés/koordinációs működés/kinesztetikus érzékelés/keresztcsatornák működése/téri irányok
- Verbális képességek: verbális kommunikáció/beszédértés/nyelvi kifejezőkészség
- Testi képességek: nagymozgások/mozgáskoordináció/motoros képességek

30. Játék a tükör előtt 2.

A játék menete:

- Készítsünk gyermekeket ábrázoló kártyákat, az ábrákon a gyermekek különböző testrészüket fogják (fej, arc, fül, nyak...). Az ábrák jól értelmezhetőek legyenek.
- A gyermekek húzzanak egy kártyát, majd a tükör elé állva ők is tegyenek úgy, mint a képen látható gyermek.

A játék eszköze(i): kártyák

Fejlesztési területek:

- Szociális képességek: érzelmek, motivációk/akarat tényezők
- Értelmi képességek: kognitív szféra/logikai műveletek/pszichikus funkciók működése/figyelem/emlékezet/érzékszervi szféra/látásérzékelés/keresztcsatornák működése/testséma
- Verbális képességek: verbális kommunikáció/beszédértés/nyelvi kifejezőkészség
- Testi képességek: nagymozgások/mozgáskoordináció/motoros képességek/téri tájékozódás

31. Torna

A játék menete:

Mozgások előtt, bemelegítésnél, vagy csak hogy egy kicsit felfrissüljünk, végzünk nyaktornát. A fejüket a gyermekek a megadott instrukciók szerint mozgassák:

- Nézzetek fel, fordítsátok vissza a fejeteket!
- Nézzetek le, vissza!
- Nézzetek oldalra, vissza!

Ha az irányfordulások már biztosan mennek, lehet viccesen is, nem tudván, hogy mi következik: 2 fel, 4 le, 1 oldalra. Vagy gyorsan mondjuk: Fel, le, le...

Fejlesztési területek:

- Szociális képességek: érzelmek, motivációk/akarati tényezők
- Értelmi képességek: kognitív szféra/fogalomismeret/pszichikus funkciók működése/figyelem/emlékezet/érezékszervi szféra/hallásérzékelés/látásérzékelés/koordinációs működés/kinesztetikus érzékelés/keresztcsatornák működése/téri irányok/testséma
- Verbális képességek: verbális kommunikáció/beszédértés/nyelvi kifejezőképesség
- Testi képességek: nagymozgások/mozgáskoordináció/motoros képességek/téri tájékozódás

32. Babafürdetés

A játék menete:

Fürdessük meg a babákat. Mossuk meg a...-t! A felsorolás szempontjait követve fürdessék a gyermekek a babákat. Fürdetés közben az óvodapedagógusnál is legyen egy baba, mutassa is, amit mond!

A játék eszköze(i): kád, szappan, törölközők, babák

Fejlesztési területek:

- Szociális képességek: társas kapcsolatok/társas magatartás/közösségi szokások/együttműködési képesség/ézelmek, motivációk/akarati tényezők
- Értelmi képességek: kognitív szféra/fogalomismeret/pszichikus funkciók működése/figyelem/emlékezet/érezékszervi szféra/hallásérzékelés/látásérzékelés/tapintásérzékelés/koordinációs működés/keresztcsatornák működése/testséma
- Verbális képességek: összefüggő beszéd/beszéd tisztaság/nyelvhelyesség/verbális kommunikáció/beszédértés/nyelvi kifejezőképesség

| Képességfajták | | | Fejlesztő játékok |
|----------------------|--|--|---------------------------------|
| Szociális képességek | Társas kapcsolatok, játék, viselkedés, neveltségi szint, szokásismeret | <ul style="list-style-type: none"> – társas magatartás – közösségi szokások – együttműködési képességek – erkölcsi megítélőképesség – udvariasság | 1–10., 19–23., 25., 28., 31–32. |
| | Érzelmek, motivációk, beállítódás, akarati megnyilvánulások | <ul style="list-style-type: none"> – érintkezési szokások – alkalmazkodás – érzelmek, motivációk, beállítódás – akarati tényezők | 4., 8–10., 14., 18–32. |

| Képességfajták | | Fejlesztő játékok | |
|--------------------|--|---|--|
| Értelmi képességek | Kognitív szféra | <p><i>Gondolkodási műveletek</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – fogalomismeret, tájékozottság – logikai műveletek • összehasonlítás • megkülönböztetés • következtetés • ítéletalkotás • analízis • szintézis • konkretizálás • általánosítás • csoportosítás • osztályozás – számfogalom, téri, időbeli viszonyok, szimmetria <p><i>Pszichikus funkciók működése</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – koncentráció, feladattartás, figyelem, problémamegoldó képesség – érdeklődés, emlékezet, képzelet | <p>4., 7., 14–15., 17., 21–22., 24–25., 27., 29–32.</p> <p>1., 3., 5–6., 9–32.</p> |
| | Érzékszervi szféra, percepció, testéma-ismeret | <ul style="list-style-type: none"> – hallásérzékelés (auditív percepció) – látásérzékelés (vizuális percepció) – tapintásérzékelés (taktilis percepció) – koordinációs működés, kinesztetikus érzékelés, keresztcsatornák működése téri irányok, relációk érzékelése, időérzékelés | <p>2., 3., 7., 10–32.</p> |

| Képességfajták | | Fejlesztő játékok | |
|---------------------|-------------------------|---|---------------------------------|
| Verbális képességek | Nyelvhasználat | <ul style="list-style-type: none"> – az összefüggő, folyamatos beszéd megjelenése – a beszéd tisztasága – nyelvhelyesség | 1–3., 7., 15–20., 31–32. |
| | Verbális kommunikáció | <ul style="list-style-type: none"> – beszédértés – nyelvi kifejezőkészség | 1–2., 5–7., 14., 18–25., 27–32. |
| Testi képességek | Nagymozgások | <ul style="list-style-type: none"> – mozgáskoordináció, motoros képességek – téri tájékozódás nagymozgással a cselekvés szintjén | 2., 7–11., 14–18., 25., 28–31. |
| | Finommotorikus mozgások | <ul style="list-style-type: none"> – ábrázoló tevékenység – ábrázolás a mindennapi életben | 12–15., 23–25. |

1. Játék a bábbal

A játék menete:

Az óvodapedagógus és egy gyermek közti bábos párbeszéd. Olyan kérdések feltevése, melyekre egész mondatban válaszolhat a gyermek, szabad, majd célzott bábválasztással attól függően, hogy az óvodapedagógus milyen szerepeket, tulajdonságokat szeretne erősíteni vagy gyengíteni a gyermekekben.

Helyzetek:

- Üdvözlések, bemutatkozás, visszakérdezés.
Közös tevékenységre csábítás az óvodapedagógus ajánlatával, a gyermeki választás segítése.
- Szituációs bábjáték: olyan bábhelyzet teremtése, melyben az egyik „báb” nem akarja megosztani a játékát.
Közös megoldáskeresés. Szerepcserével is játszunk!
- Szituációs bábjáték: az egyik „báb” elesett szerepbe kerül.
A segítés, megoldáskeresés motiválása. Szerepcserével is!
- Szituációs bábjáték: az egyik „bábnak” születésnapja van, ünnepi készülődés.
Az egymásra figyelés, örömszerzés motiválása. Szerepcserével is!
- Szituációs bábjáték: vendégségbe megyünk együtt.

A szokásokkal való ismerkedés példamutatással.

Motiváljuk a gyermekeket, hogy saját témákban, önállóan is játsszák a bábjátékokat.

A játék eszköze(i): bábok, állatfigurák, emberi karakterek

Fejlesztési területek:

- Szociális képességek: társas kapcsolatok/társas magatartás/erkölcsi megítélőképesség/érintkezési szokások/alkalmazkodás
- Értelmi képességek: pszichikus funkciók /problémamegoldó képesség
- Verbális képességek: nyelvhasználat/verbális kommunikáció

2. Kontaktusteremtő játékok

A játék menete:

- Labdajáték: álljunk körbe, egymásnak dobjuk a labdát, akinek dobjuk, annak a nevét vagy jelét mondjuk.
- „Kézfogós”
Szintén körbe állunk, nagyobb mozgástérrel. Egy gyermek közepén áll. Válasszon ki valakit, menjen oda hozzá, fogja meg a kezét, mondja a saját nevét, és helycsere. A választott gyermek áll középre.
- „Ki játszik ilyen...?” kezdetű gyermekdal énekelgetése a térben sétálva, gyermekcsalogató láncalkotás.

A játék eszköze(i): közepes méretű gumilabda

Fejlesztési területek:

- Szociális képességek: társas kapcsolatok/együttműködési képesség/érintkezési szokások/alkalmazkodás
- Értelmi képességek: érzékszervi szféra/koordinációs működés
- Verbális képességek: nyelvhasználat/verbális kommunikáció
- Testi képességek: nagymozgások/mozgáskoordinációs képességek/téri tájékozódás nagymozgással

3. Kontaktusteremtő játékok az érintés varázsával

A játék menete:

Az óvodapedagógus motiválja, hogy a gyermekek egymással is játsszák!

Egy önként jelentkező gyermeknek kendővel bekötjük a szemét, valakit intéssel odahívunk, és a bekötött szemű gyermek próbálja kitalálni tapogatással, melyik társát hívtuk. Ha nehezen megy, segítő megállapításokat tehetnek a gyermekek. Először külső jegyeket mondjanak (hosszú hajú, barna hajú, szeplős...), majd lehet konkrétabb is a segítség (fiú, mozdony a jele...).

A játék eszköze(i): kendő

Fejlesztési területek:

- Szociális képességek: társas kapcsolatok/együttműködési képesség/érintkezési szokások/alkalmazkodás
- Értelmi képességek: kognitív szféra/pszichikus funkciók működése/emlékezet/érzékszervi szféra/tapintásérzékelés/koordinációs működés/kinesztetikus érzékelés/keresztcsatornák működése
- Verbális képességek: nyelvhasználat

4. Együtt tevékenykedés

A játék menete:

- Közös homokozás kezdeményezése, több gyermek együtt játszásának segítése.
Az együtt tevékenykedés indirekt segítése. Ötletadás.
- Közös építkezés: különböző építmények alkotása.
Az összedolgozás indirekt segítése, ötletadás.
- Vendéglátás: főzőcske, kínálás.
Az udvariassági szokások használatának motiválása. Egyszerre több gyermek együtt játszásának motiválása, segítése.

A játék eszköze(i): homokozóedények, építőjátékok, a babakonyha eszközei

Fejlesztési területek:

- Szociális képességek: társas kapcsolatok/együttműködési képesség/udvariasság/érintkezési szokások/alkalmazkodás/érzelmek, motivációk/akarat tényezők
- Értelmi képességek: kognitív szféra/gondolkodási műveletek

5. Barkochba játék – „Gondoltam valakire”

A játék menete:

- Az óvodapedagógus külső és belső tulajdonságokkal jellemez valakit, a gyermekek találják ki, kire gondolt.
Pl. Az a kisgyermek, akire gondolok, barna hajú, szépen rajzol, reggeli után szokott megérkezni.
- Az óvodapedagógus motiválja a gyermekeket (segítő kérdésekkel), hogy próbáljanak megfogalmazni valakiről tulajdonságokat.

Fejlesztési területek:

- Szociális képességek: társas kapcsolatok/társas magatartás
- Értelmi képességek: kognitív szféra/pszichikus funkciók működése/figyelem/emlékezet
- Verbális képességek: nyelvhasználat/verbális kommunikáció

6. Az óvodapedagógus bábjátéka a gyermekek interakciójával

A játék menete:

- Olyan báb-párbeszéd alakítása, melyben az óvodapedagógus célzott területeket dolgoz fel a gyermekek aktív részvételével. A gyermekek felé fordulva kérdésfeltevések. A gyermekek önálló szerepvállalásának motiválása.
- A célzott területeken, a várt válaszig kérdések sora. Miért? kérdések.
- Az erkölcsi ítéletalkotás alakítása, helyes irányba terelése.
- Különböző szituációkban az ismétlés gyakorlásának lehetősége.

A játék eszköze(i): bábok, állatfigurák, emberi karakterek

Fejlesztési területek:

- Szociális képességek: társas kapcsolatok/erkölcsi megítélő-képesség
- Értelmi képességek: kognitív szféra/pszichikus funkciók működése/problémamegoldó képesség
- Verbális képességek: verbális kommunikáció

7. Mozgásos játékok nagymozgásokkal

A játék menete:

A csoportszobában kisebb tárgyakkal, felragasztott csíkokkal „mászótér” kialakítása.

- Labirintus: téri irányítással tárgyak megtalálása különböző mozgásformákkal, mászásokkal, járásokkal.
- „Hideg-meleg játék”: a csoportszobában eldugott tárgy megkeresése a térbeli mozgás irányításával, a hideg-meleg játékos kifejezés összekapcsolása a közel-távol fogalmával, érzékelésével.

A játék eszköze(i): színes szigetelőszalag, székek

Fejlesztési területek:

- Szociális képességek: együttműködési képesség/érintkezési szokások/alkalmazkodás
- Értelmi képességek: kognitív szféra/problémamegoldó képesség/érzékszervi szféra/látásérzékelés/koordinációs működés/kinesztetikus érzékelés/téri irányok
- Testi képességek: nagymozgások/mozgáskoordináció/téri tájékozódás nagymozgással/Iránykövetés
- Verbális képességek: nyelvhasználat/verbális kommunikáció

8. Mozgásos játékok – Futójátékok 1.

A játék menete:

Az udvaron a szabad mozgás önfeledtségének biztosítása, fogócskák, futójátékok.

- „Fogócska”: egy kisgyermek szalad a többiek után, akit elkap, az a gyermek lesz az új fogó.
Lehet különböző mozgásformákkal nehezíteni (indián szökdelés, páros lábon szökdelés...)
- „Házass fogócska”: ugyanúgy játszunk, mint a fogócskát, csak a „háznak” kijelölt helyen a fogók nem kaphatják el a gyermekeket.
- „Akadálykerülő fogócska”
A gyermekek jelre kiszaladnak a házból, a fogó kicsit távolabb várakozik, ő is szintén a jelre indul. A gyermekeknek egy előre megbeszélte tárgyat (pl. mászóka) kell megkerülniük, majd futás vissza a házba. Közben a fogónak érintéssel kell elkapnia a gyermekeket.
Számolhatjuk is, hogy hányat sikerült elkapni. Utána más lesz a fogó.

Fejlesztési területek:

- Szociális képességek: társas magatartás/együttműködési képesség/alkalmazkodás/érzelmei, motivációk/akarati tényezők
- Testi képességek: nagymozgások/mozgáskoordináció/motoros képességek/téri tájékozódás/iránykövetés

9. Mozgásos játékok – Futójátékok 2.

A játék menete:

- A gyermekek kisautókat játszanak. Kezükben a képzeletbeli kormány, kormányoznak. Pl. kijelölhetünk krétával az aszfalton egy pályát, ez lesz az autópálya, csak ott közlekedhetnek. Alakíthatunk elágazásokat is. (Csak annyian játszunk, hogy ne legyen ütközés.) Elindulnak az autók (járás vagy futás), majd kiáltásra irányváltás (előre, hátra, oldalra). Így haladnak a pályán maradván tovább.
- Futójáték irányítással: a gyermekek a megadott irányba futnak. „A mászóka felé!”, „A homokozó felé!” (stb.) kiáltásra a megadott irányba szaladnak tovább.

Fejlesztési területek:

- Szociális képességek: társas magatartás/alkalmazkodás/érzelmei, motivációk/akarati tényezők
- Értelmi képességek: kognitív szféra/pszichikus funkciók működése/figyelem/érzékszervi szféra/látásérzékelés/hallásérzékelés/koordinációs működés/kinestetikus érzékelés/keresztcsatornák működése/téri irányok
- Testi képességek: nagymozgások/mozgáskoordináció/motoros képességek/téri tájékozódás

10. Mozgásos játékok – Fogójátékok

A játék menete:

– „Róka-fogó”

A gyerekek mászással, futással közlekednek, ők a kisorókák. A derekuknál a ruhájukba van tűrve egy szalag, a „farkuk”. A fogónak minél több farkat kell megszereznie.

– „Egérfogó”

A gyermekek futással közlekednek, most ők a kisegerek. Az egérek megéheztek, elmennek sajtot enni, de közben menekülniük kell a cica elől. A cica kicsit távolabb várakozik. Az egerek és a cica is jelre indulnak, az egerek megkerülnek egy sajtnak kinevezett akadályt, majd igyekeznek vissza a házba. Közben a cica igyekszik minél több egeret érintéssel elkapni. Lehet számlálni is, hogy hány egeret fogott a cica. Több fogó után összehasonlítás (több, kevesebb).

A játék eszköze(i): szalagok

Fejlesztési területek:

- Szociális képességek: társas kapcsolatok/társas magatartás/alkalmazkodás/érzelmek, motivációk/akarati tényezők
- Értelmi képességek: kognitív szféra/logikai műveletek/pszichikus funkciók működése/figyelem/érzékszervi szféra/látásérzékelés/hallásérzékelés/koordinációs működés/kinesztetikus érzékelés/keresztcsatornák működése/téri irányok
- Testi képességek: nagymozgások/mozgáskoordináció/motoros képességek/téri tájékozódás/iránykövetés

11. Mozgásos játékok – Egyensúlyozók

A játék menete:

- Az udvaron, krétával húzott csíkok között kell végigmenni különböző járásokkal.

A pálya lehet elágazó, görbülve vagy hirtelen elforduló.

- Az udvaron, alacsony gerendán járások, különböző mozgásformák. Vagy alacsony egyensúly-gyakorlós mászókán végigmenni, járni, igény szerinti segítségnyújtással.
- A csoportszobában felragasztott csíkok között (lehet hullámvonal, kör, háromszög stb.) járások, különböző mozgásformák.

A játék eszköze(i): kréta, színes szigetelőszalag

Fejlesztési területek:

- Értelmi képességek: kognitív szféra/figyelem/érzékszervi szféra látásérzékelés/koordinációs működés/kinesztetikus érzékelés/keresztcsatornák működése/téri irányok
- Testi képességek: nagymozgások/mozgáskoordináció/motoros képességek/téri tájékozódás/iránykövetés

12. Ábrázolás – Gyurmajátékok

A játék menete:

Különböző formák alakítása gyurmából. Gyúrás, gömbölyítés, sodrás, formaalakítás.

Témák: labda, hóember. A hóemberformák mellett már jelenjenek meg alakítást igénylő formák (körte, gomba). Próbálkozás állatok, ember alakításával.

A játék eszköze(i): gyurma, lisztgyurma, agyag

Fejlesztési területek:

- Értelmi képességek: kognitív szféra/pszichikus funkciók működése/figyelem/emlékezet/érzékszervi szféra/látásérzékelés/tapintásérzékelés/koordinációs működés/keresztcsatornák működése/
- Testi képességek: finommotorikus mozgások/ábrázolás

13. Ábrázolás – Formaalakítás a rajzolás technikájával

A játék menete:

- Mesék, mondókák illusztrálása, szabad önkifejezés, a belső kép kivetítésének motivációjával a vonalak, formák tisztulása, alaköltése.
- A már kialakult formák témába ágyazása, térbe rendezése, segítség motiválással, témák, ötletek adásával.

A játék eszköze(i): ceruza, zsírkréta, kréta, filctoll

Fejlesztési területek:

- Értelmi képességek: kognitív szféra/pszichikus funkciók működése/figyelem/emlékezet/érzékszervi szféra/látásérzékelés/tapintásérzékelés/koordinációs működés/keresztcsatornák működése/
- Testi képességek: finommotorikus mozgások/ábrázoló tevékenység

14. Ábrázolás az alkotás örömeivel

A játék menete:

Különböző módon alkossunk! Rajzoljunk, gyurmázzunk, építsünk!

- A szabad önkifejezés segítése, a belső vizuális kép kivetítése, különböző technikájú megjelenítése.

- Vízfesték, akvarell használata. A képzelet, a kreativitás fejlődésének segítése.
- Agyagból, gyurmából formaalakítás. Kifejezés benyomásokkal, domborításokkal, ellapításokkal...
- Építkezés különböző anyagokból (fakocka, legó-játék).
- Egyéb konstruáló játékok (homokvár, kavicsok stb.).

A játék eszköze(i): vízfesték, akvarell, rajzeszközök, agyag, gyurma, építőjátékok, termések, kövek, kavicsok stb.

Fejlesztési területek:

- Szociális képességek: érzelmek, motivációk/akarati tényezők
- Értelmi képességek: kognitív szféra/fogalomismeret/logikai műveletek/pszichikus funkciók működése/figyelem/emlékezet/érzékszervi szféra/hallásérzékelés/látásérzékelés/tapintásérzékelés/koordinációs működés/kinesztetikus érzékelés/keresztcsatornák működése
- Verbális képességek: verbális kommunikáció/beszédértés/nyelvi kifejezőkészség
- Testi képességek: mozgáskoordináció/finommotorikus mozgások/ábrázolás

15. Ábrázolás – „Apró szemű alkotások”

A játék menete:

- Közepes nagyságú gyöngyszemekből láncfűzés. (Legyen kéznél a különböző igények kielégítéséhez apróbb, nagyobb gyöngy is.)
Variációk: Csak a pirosakat válogasd! Vagy: Egy piros, egy sárga! (Lehet esetleg három szempontú ritmusalkotás is.)
- Pötyi játékkal alkotás. Témaadással segítés, illetve a szárnyaló fantáziánál a szabad önkifejezés segítése technikai tanácsokkal.
Különböző formák megjelenítése (háromszög, négyszög, kör) témaadással.
Színek szerint is alkothatunk. Most csak kékből és sárgából...

A játék eszköze(i): gyöngy (kisebb, nagyobb), Pötyi játék

Fejlesztési területek:

- Értelmi képességek: kognitív szféra/gondolkodási műveletek/fogalomismeret/logikai műveletek/pszichikus funkciók működése/figyelem/emlékezet/érzékszervi szféra/látásérzékelés/tapintásérzékelés/koordinációs működés/keresztcsatornák működése/
- Testi képességek: finommotorikus mozgások/ábrázolás

16. „Játék a nyelvvel”

(Ajak- és nyelvizom-erősítő gyakorlatok)

A játék menete:

Manójáték

- A kis manó a nyelvünk, bent lakik a szánkban. Egy kapun jár ki-be: alsóajak, felsőajak. A kis manó nagyon kíváncsi, kukucskál, kibújik, elbújik.
- A játék alapján a manó, a nyelv mozgatása instrukcióra: le, fel, oldalra, körbe, finoman érintve lent, finoman érintve fent. Ki-be mozgások, fel-le mozgások, körbeforgatások stb.
- Játshatjuk úgy is, hogy egy gyermek adja az instrukciókat: fel, le, oldalra...

Fejlesztési területek:

- Értelmi képességek: kognitív szféra/pszichikus funkciók működése/figyelem/érzékszervi szféra/hallásérzékelés/látásérzékelés/koordinációs működés/kinesztetikus érzékelés/keresztcsatornák működése/téri irányok/testséma
- Verbális képességek: nyelvhasználat/beszéd tisztaság
- Testi képességek: motoros képességek

17. Nyelvi játékok – „Játék a hangokkal”

A játék menete:

- A helyes hangképzés segítése játékokkal, a hangzók hangoztatása állathangokhoz kapcsolva.
- Hangzók hangoztatása mellett próbálkozás az adott hangzóval kezdődő szóalkotásra. Pl.: Sssz...sziszeg, sss...susog.

Fejlesztési területek:

- Értelmi képességek: kognitív szféra/logikai műveletek/problémamegoldó képesség/pszichikus funkciók működése/figyelem/érzékszervi szféra/hallásérzékelés/látásérzékelés/koordinációs működés/kinesztetikus érzékelés/keresztcsatornák működése
- Verbális képességek: nyelvhasználat/beszéd tisztaság
- Testi képességek: motoros képességek

18. Nyelvi játékok

A játék menete:

- Nyelvtörő mondókák mondogatása, nyelvtörő szópárok saját ötletekből. „Répa, retek, mogyoró...” kezdetű mondóka mondogatása.
- Saját ötletű szópárok alakításának segítése, esetleg az első szó megadása. Keressenek a gyermekek párt hozzá!

Fejlesztési területek:

- Értelmi képességek: kognitív szféra/pszichikus funkciók működése/figyelem/érzékszervi szféra/hallásérzékelés/látásérzékelés/koordinációs működés/kinestetikus érzékelés/keresztcsatornák működése
- Verbális képességek: nyelvhasználat/beszéd tisztaság
- Testi képességek: motoros képességek

19. Játék a mesével 1.

A játék menete:

„Mese-előadás”

- Ismert, sokszor hallott mesék gyermekek általi elmesélésének ösztönzése.
- Ismert mesék gyermekek általi előadása, a párbeszéd eljátszása.
- Saját mesék előadásának ösztönzése, segítése.

Fejlesztési területek.

- Szociális képességek: társas kapcsolatok/együttműködési képesség/erkölcsi megítélő-képesség/érzelmek, motivációk/akarat tényezők
- Értelmi képességek: kognitív szféra/pszichikus funkciók működése/figyelem/emlékezet/érzékszervi szféra/hallásérzékelés
- Verbális képességek: összefüggő beszéd/beszéd tisztaság/nyelvhelyesség/verbális kommunikáció/beszédértés/nyelvi kifejezőkészség

20. Játék a mesével 2.

A játék menete:

– „Mese-kérdezősködés”

Ismert, sokszor hallott mesékről kérdezzük, a gyermekek válaszolnak.

A „Mit csinált?”, „Hol volt?” egyszerű kérdésein túl, ok-okozati összefüggések felderítése kérdésekkel. Olyan kérdések feltevése, melyek a gyermekeket összetett mondatok használatára ösztönzik.

– „Mesefolytatás”

Ismert, sokszor hallott mesét elkezd az óvodapedagógus mesélni, aki szeretné, fejezze be a mesélést!

Fejlesztési területek:

- Szociális képességek: társas kapcsolatok/erkölcsi megítélő-képesség/érzelmek, motivációk/akarat tényezők
- Értelmi képességek: kognitív szféra/pszichikus funkciók működése/figyelem/emlékezet/érzékszervi szféra/hallásérzékelés
- Verbális képességek: összefüggő beszéd/beszéd tisztaság/nyelvhelyesség/verbális kommunikáció/beszédértés/nyelvi kifejezőkészség

21. Csoportosító játékok

A játék menete:

„Rendrakás játékosan”

Játék után elrakjuk az építőköveket. Az elrakodást különböző szempontok szerint szervezhetjük.

Az elrakodás szempontjai: színek, formák, méret. Két vagy több szempontú rendezés, válogatás, összehasonlítás, megkülönböztetés.

A kisebb, nagyobb, ... alakú, kör, háromszög, négyszög fogalmának használata, ezek logikai megvilágítása, értelmezése. Színek neveinek használata, árnyalatok megnevezése.

A játék eszköze(i): építőkövek

Fejlesztési területek:

- Szociális képességek: közösségi szokások/együttműködési képesség/érzelmei, motivációk/akarati tényezők
- Értelmi képességek: kognitív szféra/fogalomismeret/logikai műveletek/számfogalom/pszichikus funkciók működése/figyelem/emlékezet/érezésszervi szféra/hallásérzékelés/látásérzékelés/keresztcsatornák működése
- Verbális képességek: verbális kommunikáció/beszédértés/nyelvi kifejezőképesség

22. Játék és differenciálás

A játék menete:

- Különböző szempontú csoportosításokba kakukktojás keverése. Durva, majd egyre finomabb eltérésű kakukktojások megtalálása. A csoportosítás szempontjának, az eltérésnek a megnevezése.
- Ismert, rövidebb mesék előadása. A gyermekek tapsoljanak, amikor az előre megbeszélt szó hallják. Először egyszerű szavakat válasszunk, pl. állatneveket.

Fejlesztési területek:

- Szociális képességek: közösségi szokások/együttműködési képesség/érzelmei, motivációk/akarati tényezők
- Értelmi képességek: kognitív szféra/fogalomismeret/logikai műveletek/számfogalom/pszichikus funkciók működése/figyelem/emlékezet/érezésszervi szféra/hallásérzékelés/látásérzékelés/keresztcsatornák működése
- Verbális képességek: verbális kommunikáció/beszédértés/nyelvi kifejezőképesség

23. Memórijátékok

A játék menete:

- Különböző helyzetű beszélgetések, melyekben felidézzük a közelmúlt eseményeit.

A következő helyzetekre tegyünk fel kérdéseket (az emlékek vizuális, auditív, téri, szeriális szempontú felidézése).

Például:

- Emlékezzetek vissza, mit rajzoltunk anyák napjára!
 - Emlékezzetek vissza, hol voltunk, amikor a bábelőadást láttuk! Milyen járművel mentünk?
 - Emlékezzetek vissza, kinek ünnepeltük először a születésnapját! Ki volt a következő? Soroljátok fel, kinek a születésnapját ünnepeltük eddig, milyen sorrendben következtek!
- Különböző témájú kérdések feltevése, az időhatár folyamatos tágításával.

Fejlesztési területek:

- Szociális képességek: közösségi szokások/érzelmekek, motivációk/akarat tényezők
- Értelmi képességek: kognitív szféra/pszichikus funkciók működése/figyelem/emlékezet/érzékszervi szféra/hallásérzékelés
- Verbális képességek: verbális kommunikáció/beszédértés/nyelvi kifejezőképesség

24. Puzzle játékok

A játék menete:

- Játshatunk vásárolt készletekkel is, de készíthetünk mi is kirakókat.
- Gyermeknek tetsző képeket az ábra differenciáltságától és a gyermekek különböző képességeitől függően 4-24 darabra vágunk. Nehézség esetén segítsük szempontok figyelembe ajánlásával az összerakást.

A játék eszköze(i): különböző darabszámú puzzle, képek, olló

Fejlesztési területek:

- Szociális képességek: érzelmek, motivációk/akarat tényezők
- Értelmi képességek: kognitív szféra/logikai műveletek/pszichikus funkciók működése/figyelem/emlékezet/érzékszervi szféra/látásérzékelés
- Testi képességek: finommotorikus mozgások/ábrázolás

25. Játék kártyával

A játék menete:

- Az egyszerűbb párgyűjtők bevezetése szabálytartással. Saját szabályok kialakítása.

- Fekete Péter típusú játékok. A „nyerés-vesztés” egészséges feldolgozásának segítése.
- Memóriajátékok a darabszám megfelelő megválasztásával, az ábrázolás differenciáltságától függően. Többféle készlet álljon rendelkezésre, lehet saját készítésű is. A gyermekek maguk is elkészíthetik.
- Tipp a differenciálásra: ügyesebb kezűgyességű gyermekek felvágják a felrajzolt négyzethálót, a többiek pl. nyomdával készítik az ábrákat.

A játék eszköze(i): kártyacsomagok, memóriajátékok, olló, papír, nyomda

Fejlesztési területek:

- Szociális képességek: társas kapcsolatok/társas magatartás/együttműködési képesség/érzelmekek, motivációk/akarati tényezők
- Értelmi képességek: kognitív szféra/logikai műveletek/pszichikus funkciók működése/figyelem/emlékezet/érzékszervi szféra/látásérzékelés
- Verbális képességek: verbális kommunikáció/beszédértés/nyelvi kifejezőképesség
- Testi képességek: mozgáskoordináció/finommotorikus mozgások/ábrázoló tevékenység

26. Játék és akusztikus differenciálás

A játék menete:

- Az óvodapedagógus éneke vagy hangszer megszólaltatása.
- Magas-mély érzékeltetése, kézjelzéssel is.
- Gyermekek éneklése (kis hangkészletű dalok, biztos, tiszta éneklés) mellett is ösztönözhetjük a kézhasználatot a magas-mély különbségének érzékeltetésére.

Fejlesztési területek:

- Szociális képességek: érzelmek, motivációk/akarati tényezők
- Értelmi képességek: kognitív szféra/pszichikus funkciók működése/figyelem/emlékezet/érzékszervi szféra/hallásérzékelés/látásérzékelés/koordinációs működés/kinesztetikus érzékelés/keresztcsatornák működése/téri irányok

27. Játékos tapintásérzékelés

A játék menete:

- Előzőleg használt, jól felismerhető tapintású tárgyakat tegyünk zsákba.
- Egyszerre több tárgy is lehet a zsákban. A gyerekek nyúljanak bele, és tapintással válasszanak ki valamit. (Egyértelmű tapintású tárgyak legyenek benne.) A kiválasztott tárgyat azonosítsák be, majd a többi gyermek felé minél több tulajdonságot mondjanak el. A gyermekek találják ki a tulajdonságok alapján, mi van a zsákban. A kezdeteknél az óvodapedagógus és gyermek együtt tapintsanak, az óvodapedagógus segítse a megfogalmazást.

A játék eszköze(i): jól ismert, tapintásról könnyen felismerhető tárgyak (pl. alma,

labda, fakocka)

Fejlesztési területek:

- Szociális képességek: érzelmek, motivációk/akarati tényezők
- Értelmi képességek: kognitív szféra/logikai műveletek/pszichikus funkciók működése/figyelem/emlékezet/érezékszervi szféra/hallásérzékelés/látásérzékelés/tapintásérzékelés/koordinációs működés/kinesztetikus érzékelés/keresztcsatornák működése
- Verbális képességek: verbális kommunikáció/beszédértés/nyelvi kifejezőkészség

28. Labdajátékok

A játék menete:

- Dobjuk a labdát a szemben sorban álló gyermekeknek. Nem sorban haladunk, a neveket mondva dobjuk oda a labdát, ők dobják vissza. A sorrend kiszámíthatatlanságával a figyelem növelése, humoros helyzetek teremtése.
- A labdát a földön terelgessék kis gurításokkal a megbeszélthelyre.
- Üljenek egymással szembe, próbálják a párjuk lába közé gurítani a labdát. Hárman, négyen is játszhatják, a sorrend tartásával, illetve mellőzésével.
- „Fogalomgyűjtő”: egymásnak dobják a labdát, de csak akkor dobhatják tovább, ha a megjelölt témában mondtak egy szót (állatok, növények, játékok...).

A játék eszköze(i): közepes méretű gumilabda

Fejlesztési területek:

- Szociális képességek: társas kapcsolatok/társas magatartás/együttműködési képesség/érmek, motivációk/akarati tényezők
- Értelmi képességek: kognitív szféra/pszichikus funkciók működése/figyelem/emlékezet/érezékszervi szféra/látásérzékelés/tapintásérzékelés/koordinációs működés/kinesztetikus érzékelés/keresztcsatornák működése/téri irányok
- Verbális képességek: verbális kommunikáció/beszédértés/nyelvi kifejezőkészség
- Testi képességek: nagymozgások/mozgáskoordináció/motoros képességek/téri tájékozódás

29. Játék a tükör előtt

A játék menete:

- Különböző arcot ábrázoló kártyákkal játsszuk (szomorú, vidám, álmos...).
- Miután a gyermek kihúzott egy kártyát, közösen beszéljük meg, hogy milyen arc látható rajta. Kérdésekkel ösztönözzük az ismertetőjelek és a felismerések közti összefüggés megfogalmazását.
- Majd tükör előtt próbáljanak olyan arcot megjeleníteni, amit a képen láttak!

A játék eszköze(i): tükör, saját készítésű kártyák

Fejlesztési területek:

- Szociális képességek: érzelmek, motivációk/akarati tényezők
- Értelmi képességek: kognitív szféra/fogalomismeret/logikai műveletek/téri viszonyok/pszichikus funkciók működése/figyelem/emlékezet/érezékszervi szféra/látásérzékelés/koordinációs működés/kinesztetikus érzékelés/keresztcsatornák működése/téri irányok
- Verbális képességek: verbális kommunikáció/beszédértés/nyelvi kifejezőképesség
- Testi képességek: mozgáskoordináció/motoros képességek

30. Szemtorna

A játék menete:

- Játékosan fogják meg a gyermekek az arcukat, hogy a fejük ne mozduljon.
- Zseblámpával a szemközti falra világítsunk, és mozgassuk a fényt. A gyermekek a szemükkel kövessék úgy, hogy a fejük ne mozduljon.
- A fény iránya: a szem jobbra-balra, oda-vissza mozduljon, fel-le, és átlós irányokba.
- Utána fényfogót is játszhatunk. A falon ide-oda mozgatott fényt próbálják a falon megérinteni.

A játék eszköze(i): zseblámpa

Fejlesztési területek:

- Szociális képességek: érzelmek, motivációk/akarati tényezők
- Értelmi képességek: kognitív szféra/fogalomismeret/pszichikus funkciók működése/figyelem/érezékszervi szféra/látásérzékelés/koordinációs működés/kinesztetikus érzékelés/keresztcsatornák működése/téri irányok/testséma
- Testi képességek: nagymozgások/mozgáskoordináció/motoros képességek/téri tájékozódás

31. Babafürdetés

A játék menete:

- Fürdessük meg a babákat. Fürdetés előtt beszéljük meg a gyermekekkel, hogy hol kell megmosakodni, hogy tiszták legyünk. A felsoroltakat mutassák is meg magukon óvodapedagógusi instrukcióra vagy valamelyik gyermek sorolása alapján.
- Ezek után a babákon is mutassák meg a nevezett testrészeket, majd vigyék el fürödni őket.

A játék eszköze(i): kád, szappan, törölközők, babák

Fejlesztési területek:

- Szociális képességek: társas kapcsolatok/társas magatartás/közösségi szokások/együtműködési képesség/ézelmek, motivációk/akarati tényezők
- Értelmi képességek: kognitív szféra/fogalomismeret/pszichikus funkciók működése/figyelem/emlékezet/ézelkszervi szféra/hallásézelkelés/látásézelkelés/tapintásézelkelés/koordinációs működés/keresztcsatornák működése/testséma
- Verbális képességek: összefüggő beszéd/beszéd tisztaság/nyelvhelyesség/verbális kommunikáció/beszédértés/nyelvi kifejezőkészség

32. Barkochba játék – „Gondoltam egy testrészedre”

A játék menete:

„Gondoltam egy testrészedre, ezzel hallunk hangokat. Mi az?”

A gyerekek is tehetnek meghatározásokat. A kitalált testrészeket érintsék meg a tükör előtt is.

Fejlesztési területek:

- Szociális képességek: társas kapcsolatok/társas magatartás/közösségi szokások/együtműködési képesség/ézelmek, motivációk/akarati tényezők
 - Értelmi képességek: kognitív szféra/fogalomismeret/pszichikus funkciók működése/figyelem/emlékezet/ézelkszervi szféra/hallásézelkelés/látásézelkelés/tapintásézelkelés/koordinációs működés/kinesztetikus ézelkelés/keresztcsatornák működése/téri irányok/testséma
- Verbális képességek: nyelvhelyesség/verbális kommunikáció/beszédértés/nyelvi kifejezőkészség

7. FELHASZNÁLT IRODALOM

- Ansari, Mark – Lark, Liz: *Jóga kezdőknek*. Magyar Könyvklub Budapest, 2003.
- Bakonyi Anna: *Irányzatok, alternatívitás az óvodai nevelés területén*. Tárogató Kiadó, Budapest, 1995.
- Chapman, Gary – Campbell, Ross: *Gyerekekre hangolva*. Harmat, Budapest, 2003.
- Eperjesi Barnáné – Zsámboki Károlyné: *Freinet itt és most*. Nemzeti Tankönyvkiadó, Budapest,
- Patel, Nita: *Jóga mindenkinek*. Kossuth Kiadó Rt., Budapest, 2004.
- Galli, Carla: *Fiatalító jóga*. Bioenergetic Kft., Budapest, 2001.
- Karlócainé Kelemen Marianne: *Kisgyerekek játékoskönyve*. Medicina Kiadó, Budapest, 1986.
- Dr. Horváth Attila: *Freinet-vel könnyebb (Szöveggyűjtemény)*. Vitéz János Tanítóképző Főiskola, Esztergom, 1990.
- Komplex prevenció óvodai program (Kudarc nélkül az iskolában)*. Volán Humán Oktatási és Szolgáltató Rt., 1999.
- Dr. Kovács Ferenc – Dr. Vidovszky Gábor: *Alapok*. Anonymus Alapítvány, Budapest, 2000.
- Krausz Éva – Dr. Marót Miklósné – Dr. Szabó Pál – Rózsáné Czigány Enikő: *Pszichopedagógia. Korrekciós nevelés*. Bárczi Gusztáv Gyógypedagógiai Főiskola – Nemzeti Tankönyvkiadó. Budapest, 1999.
- Kulcsár Mihályné: *A tanulás is öröm lehet*. Kulcsár Mihályné, Bicske, 1998.
- Kudarc nélkül az iskolában*. Alextypo, 1992.
- B. Lakatos Margit (szerk.): *Játépszichológia. Olvasókönyv óvodapedagógus hallgatóknak*. ELTE TÓFK – Ericom Kft.
- Mérei Ferenc – V. Binét Ágnes: *Gyermeklélektan*. Gondolat Kiadó, Budapest, 1981.
- Miller, Susanna: *Játépszichológia*. Közgazdasági és Jogi Könyvkiadó, Budapest, 1973.
- Plattner, Elisabeth: *A nevelés mindennapi művészete. Hogyan bánjunk derűs és ördögien rossz gyermekeinkkel?* Dr. Szőke Henrik, Budapest, 2000.
- Statdn, Laura – Perron, Sarah: *Baby Om – Jógagyakorlatok mamáknak és babáknak*. Konkrét Könyvek, Budapest, 2003.
- Stöckert Károlyné (szerk.): *Játépszichológia. Szöveggyűjtemény*. Eötvös József Könyvkiadó. Budapest, 1997.
- Dr. Tótszóllósné Varga Tünde: *Mozgásfejlesztés az óvodában*. Dr. Tótszóllósné Varga Tünde, 1994.