

„Mozgás” tervezet

Tevékenység vezetője: Várkonyi Csilla hallgató munkája alapján

Helytette:

Mentor óvodapedagógus neve:

Helyszín (óvoda neve, címe):..... /udvar

A tevékenység időpontja:..... délelőtti játék idő után, ebéd előtti félórán.

Korcsoport: 4-5-6 év/ vegyes csoport

Létszám: 26 fő

A tevékenység tartalma: távolugrás rávezető gyakorlatok. Futások, irányváltoztatással, páros futó és fogó játékok.

A tevékenység típusa: gyakorló

A tevékenység céljai, feladatai:

1. Az Alapprogram szerinti nevelési feladatok (ha van ilyen, de példákat kell rá írni)

1. az egészséges életmód alakítása:

2. az érzelmi, az erkölcsi és a közösségi nevelés: Tolerancia, együttműködő képesség.

3. az anyanyelvi-, értelmi fejlesztés és nevelés megvalósítása:

2. Speciális módszertani feladatok:ha van.....

Koncentráció egyéb tevékenységekkel: Matematika: páros, páratlan fogalma. Ének: hallásfejlesztés/hangszer.

Irodalom: mondóka, Pillangó mese feldolgozása. Vizuális: Közösen elkészített „Napkorong” felhasználása.

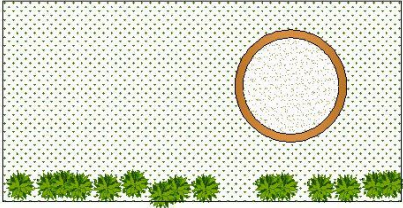
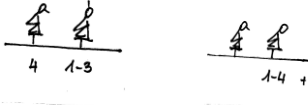
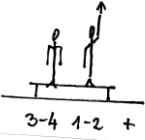
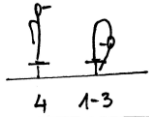
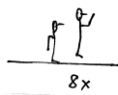
Környezeti nevelés: Időjárás.

A tevékenység előzménye: Ének-zene- új dal, tanulása. Reggeli harmat kelti a lepkét (ÉNÓ), „Napkorong” közös elkészítése.

Eszközök: háló db., „Nap korong”, fehér kendő 3 db., rugós dob

I. BEVEZETŐ RÉSZ

Cél	Foglalkozás anyaga	Feldolgozás módszere, vezényszavak, utasítások ,DIFERENCIÁLÁS	Idő
<p>Gyors szervezések elősegítése.</p> <p>Motiváció</p> <p>Megteremtés.</p> <p>Izmok bemelegítése, figyelem, koncentráció képesség, téri tájékozódás, reagálás gyorsasága, egyensúlyérzék, hallásfejleszt</p>	<p>1. Szervezési feladatok:</p> <p>a) Kijelölöm az udvaron a játék területet. (az udvar hátsó füves területe, a nagy kerek homokozóval.) Előkészítem a korábban készített sárga napkorongot, a rugós-doboz hangszert, és három fehér kendőt.</p> <p>b) Motiválás Reggeli harmat kelti a lepkét dal éneklése.</p> <p>2. Előkészítő gyakorlatok:</p> <p>a.) „Lepke jaj” avagy „Menekülés a vihar elől” („Nappelkeltés” mintájára) A gyerekek futkároznak karlengetéssel össze vissza. Hangadásra a homokozóba futnak. „Nap” vizuális jelre a tovább futnak.</p>	<p>Gyerekek! Gyertek ide! Most már jól kijátszottátok magatokat! Játszunk, mozgunk még egy kicsit!</p> <p>Figyeljete gyerekek! Emlékeztek a lepkés dalra? Énekeljük el!</p> <p>Most azt fogjuk játszani, hogy lepkék vagytok, és kedvetekre szálldostok, szaladgáltok a réten. De! Figyeljete nagyon! Egyszer csak jajj, közeledik a vihar! Ha ezt a hangot halljátok, akkor dörög az ég! (doboz hangszert megzörgetem) Menydörgés! Szaladjatok be az óriási lapulevél alá, ami a homokozó lesz most, a tető alá bújjatok, guggoljatok le, hogy kevésbé érjen a vihar szele. Közben figyeljete rám! Ha felemelem ezt a sárga napkorongot (mutatom), akkor kisütött a</p>	3'

<p>és. Időjárás változása.</p>		<p>napocska, a vihar elvonult, újra repkedhettek, szaladgálhattok a réten. HVU: Figyeljetek egymásra, ne ütközzetek össze! Itt a napkorong! Futás! Utolsó „Mennydörgésnél” leállítom a játékot.</p>	
<p>Szervezet felkészítése a terhelésre.</p>	<p>b.) Padgyakorlatok: H.: Nyakizmáinak nyújtása, egyensúlyérzék fejlesztés</p> 	<p>- ismétlés többször-</p> <p>Elmúlt a vihar. (A gyerekek a lapulevél alatt a homokozóban vannak.) -Lassan álljatok fel, lépjetek a homokozó szélére és óvatosan guggoljatek le, kéztámasz. Nézzetek körül, erre is, arra is tényleg elmúlt-e a vihar? Nézzetek fel az égre, eltűntek-e a viharfelhők? Erre is, arra is. (<i>magam is mutatom</i>) Nagyon jó! Ügyesen forgatjátok a fejetekeket! Elég!</p>	<p>3'</p>
<p>Egyensúlyérzék fejlesztés. Tartásjavítás Egymásra figyelés.</p>	<p>H.: Hát és karizom nyújtó gyakorlat. Tartásjavítás. Egyensúlyérzék fejl.</p> 	<p>A sok kuporgásban nagyon elgémberedtete. Álljatek fel, emelkedjetek lábujjra és nyújtózkodjatek a szárnyaitokkal magasra, egyikkel, másikkal. Még és még. 1-2, 3-4! (<i>mutatom</i>) Elég!</p>	
<p>Lábizom erősítés.</p>	<p>H.: Lábizom nyújtó gyakorlat.</p> 	<p>Most nézzetek meg, hogy melyik pillangó tudja megérinteni a homokozó szélét megérinteni úgy, hogy a lába nyújtva marad? Megmutatom! Nézzetek! Petit nézzetek, és Klárikát... stb. Jól van, Elég!</p>	
<p>Téri tájékozódás. Reagálás gyorsasága. Egyensúlyérzék. Pár-páratlan fogalmamatematika.</p>	<p>H.: lábizom erősítés.</p> 	<p>Most lépjetek le a homokozó széléről és forduljon mindenki felém. Most szökdeljetek kicsiket, szárnyak lebbenjenek! Most nagyobbakat, ki tud jó magasra ugrani? Nézzetek Bendét milyen nagyokat ugrik! Brávó!</p>	
<p>Lábizom erősítés. Téri tájékozódás. Reagálás gyorsasága. Egyensúlyérzék. Pár-páratlan fogalmamatematika.</p>	<p>c.) „<u>Hernyó legyen akinek nincs párja</u>” („cica legyen, akinek nincs párja” mintájára)</p> <p>Futkároznak a gyerekek. Jelre: Először futva, majd 1 lábon szökdelve keresnek párt, találkozáskor jobb kezetek összecsapják, majd jobb könyököt, jobb vállat, jobb térdet. Mindig új párt kell</p>	<p>Most, hogy a kis lepkék jól megmozgatták az elgémberedett tagjaikat és kisütött a napocska, újult erővel, vidáman repkednek a virágos réten. Azt játsszák, hogy „Hernyó legyen akinek nincs párja” (beálllok, hogy legyen páratlan gyerek) Gyorsan keressetek párt magatoknak. Mikor megvan a páros, csapjátok össze a jobb szárnyatokat. Eszterrel mutatom, ÍGY!</p>	<p>4'</p>

<p>Testséma fejlesztés. Egymásra figyelés.</p>	<p>keresni.</p>	<p>A páratlanul maradt lepke azt kiáltja: „hernyó legyen, akinek nincs párja” Akkor újra szétrebbentek és most 1 lábon ugrálva keressetek párt. A találkozásnál most a jobb könyökötöket érintsétek össze, majd a jobb vállat jobb térdet... Rajta! <i>Folyamatosan „felügyelem” a játékot. Buzdítok, korrigálok, dicsérek.</i> <i>(Az utolsó játéknál kiszállok, hogy mindenkinek legyen párja.)</i> Elég! Álljatok meg! <i>Közben megbeszéljük a páros –páratlan fogalmát. „Ha ketten vagytok az egy pár. Ha egyedül, az páratlan.”</i></p>	
--	-----------------	--	--

II. FŐ RÉSZ

Cél	Foglalkozás anyaga	Feldolgozás módszere, vezényszavak, utasítások, DIFERENCIÁLÁS	Idő
<p>Tolerancia, egymásra odafigyelés fejlesztése. Vérkeringés további fokozása, figyelem, gyors reagálás fejlesztése, <i>távolugrás-hoz rávezető gyak.</i> Ritmusérzék, téri tájékozódás, egyensúlyérzék fejlesztése.</p>	<p>Együttműködés, alkalmazkodó képesség, figyelem fejlesztés, futó, fogó játékokkal. Távolugrás rávezető gyakorlatok.</p> <p>a.) <u>„Lepke jaj”</u> avagy <u>„Menekülés a vihar elől”</u> párbán.</p> <p>A gyerekek párban kézfogással futkároznak. Amikor „dörög” az ég, akkor a gyerekek beugranak, guggolásba érkezéssel a lapulevél/homokozó/védelmébe</p>  <p>b.) Fellelés, lelépés gyakorlása <u>„Csibészke bosszantó fogó”</u> (Udvaros fogó mintájára)</p> <p>A körben a fogó. A gyerekek át-át futnak a körön, a fogó igyekszik valakit elkapni. Ha sikerül, szerepet cserélnek.</p> 	<p>Most mindenkinek van egy testvérkéje, akire nagyon kell vigyázni. Erősek vagytok és jól tudtok együttműködni. Azt a játékot fogjuk eljátszani, kis változtatással, amivel kezdtünk. Repkedtek/ szaladgáltok a réten, (kezetekkel utánozhatjátok a szárnymozgást, mutatom) és ha meghalljátok, hogy közeledik a vihar- amikor „dörög az ég” (mutatom a dobozommal) akkor bemenekültök a nagy lapulevél alá. Ne felejtsetek el a homokozó szélére fellépni beugrás előtt! Mutatom! Közben, ha lehet, ne engedjétek el a testvérekétek kezét! Vigyázzatok egymásra!</p> <p>Leguggolva várjátok, hogy kisüssön a napocska –ha felmutatom a sárga korongot- és újra lehessen repkedni a réten. <i>Többször eljátsszuk.</i></p> <p>HVU: Testvérekére vigyázzatok, ne hagyjátok el, de ne is rángassátok. Segítsétek egymást!</p> <p>Utolsó „mennydörgésnél” állítom le a játékot.</p> <p>Csibészke manó érkezik a rétre, lepkehálóval a kezében, hogy lepkét fogjon, a gyűjteményébe. <i>(vékony hálót adok neki)</i> De a virágtündér bűvös kört rajzol köré, -ez lesz a homokozó-amiből nem tud kilépni. Bende, te leszel Csibészke. Maradj a bűvös körben. Többiek lépjenek ki!</p> <p>A lepkék incselkednek a manóval, át-át röppennek/futnak a bűvös körön, hogy bosszantsák. Ha Csibészke megérint valakit, szerepet cseréltek. Nagyon vigyázzatok a homokozó szélére, nézzétek csak! <i>(Mutatom.)</i> Jól meg kell emelnetek a térdeteket, hogy meg ne botoljatok benne! Rajta!</p> <p><i>Irányítok, buzdítok, dicsérek, ha kell beavatkozom.</i></p> <p>Elég! Álljatok meg, másik játék következik.</p>	<p>5'</p> <p>6'</p>

