

Jó gyakorlat bemutatása
**Hogy könnyebb legyen! Mit tehet az óvoda az iskolára
való alkalmasság elérésében?**

Előadó: Móczár Ferencné



Az előadás vázlatja

- Óvodánk bemutatása
- Az iskolára való alkalmasság elérése
- Az óvoda saját vizsgálata az iskolára való alkalmasság eléréséhez - együttműködés a szülőkkel
- Öröms tevékenységek, játék, mese
- Érzelmi intelligencia fejlesztés
- Társas kapcsolatok
- Ritmusos anyanyelvi mozgásfejlesztés (egy mondóka eljátszása)
- Fejlesztés örömmel átélt élményekkel, tapasztalattal, alkotó tevékenységgel
- Kézből - kézbe adás

A Szent László Óvoda gyűjteményéből
Ritmusos anyanyelvi- és mozgásfejlesztés versei és mondókái

Összeállította: Móczár Ferencné

Téri irányok, térészlelés

Mögöttem is út
Elöttem is út
Vajon hova indul
Vajon hova fut

Megyek itt, megyek ott,
Egyszer bal, egyszer jobb
Fenn az ég, lenn a kút
Hideg jég, hosszú út.

Testséma, oldaliság, ujj-játékok, finommotorika

Jobb lábam, bal lábam: ugrik, szökken nagy bátran
Jobb térdem, bal térdem: leguggol, ha megkérem
Jobb térdem, bal térdem: fel is áll, ha megkérem
Jobb csípőm, bal csípőm: hajlíts engem le és föl
(Jobb térdem, bal térdem: letérdel, ha megkérem
Jobb térdem, bal térdem: fel is áll, ha megkérem)
Jobb vállam, bal vállam: mozgathatom nagy bátran
Jobb fülem, bal fülem: zenét hallgat szívesen
Jobb szemem, bal szemem: szép a világ, úgy hiszem
Jobb kezem, bal kezem: együtt vannak mindenben.
Fészkéből, ha úgy akarom, kirepül két szép galambom,
s a világot átrepülve visszaszáll a kis fészkire.

Jobb kezem, bal kezem: kopogtatja a fejem
Jobb kezem, bal kezem: simogatja tenyerem
Jobb kezem, bal kezem: megfogja a két fülem
Jobb kezem, bal kezem: megfogja a két szemem
Jobb kezem, bal kezem: megfogja a lábfejem
Kisebbeknek:
Ez a szemem, ez a szám,
most mosom az arcom
Ez a fülem, ez a szám...

Jobbra-balra két karom
Forgatom, ha akarom.
(v. lóbálom)
Két lábamon megállok,
Ha akarom, ugrálok.

Zelk Zoltán: Egyenes meg görbe

Jön előre Egyenes,
vele szemben Görbe.
Miért járnak egyenest,
mért nem járnak körbe?

Hátrál mostan Egyenes,
háttal neki Görbe.
Mért mennek hátrafelé,
mért nem mennek körbe?

Végül aztán Egyenes
s vele együtt Görbe
se hátra, se egyenest,
járnak már csak körbe!

(Jobb kéz az egyenes, bal kéz, a görbe, a szövegnek megfelelően mutatni.)

Itt a kezem, jobb és bal	(egymás után előre előbb a jobb, majd a bal kezét)
Összeverem, megszólal.	(ökölbe zárt kezeinket, ütögessük egymáshoz)
Itt a kezem, bal és jobb,	(kezek előrenyújtása megadott sorrendben)
Most kell vele tapsolnod.	(tapsolás)
Jobb lábbal halkán dobbantok	
Jobb kézzel utána csattintok.	
Jobb lábbal mérgesen dobbantok,	
Pördülve hátat fordítok.	
Tik-tak-tak, tiki-tiki-tak	(Összefordított tenyér, ujjakat sorban elemelni
Az egérke az órára felszaladt.	egymástól, majd összezárni.
Bam-bam-bam, üt az óra délre,	
leszaladt a kis egérke.	
Tik-tak-tak, tiki-tiki-tak.	Először a hüvelyujjtól, másodszor a kisujjtól kezdve.)

Tik-tak-tak, tiki-tiki-tak
Az egérke az óráról leszaladt.
Bam-bam-bam, üt az óra délre,
felszaladt a kis egérke.

Időbeli tájékozódás

Tapsold utánam!

Hétfőn heverünk (Két toppantás, három lépés előre)
Kedden keverünk (Két toppantás, három lépés előre)
Szerdán szemezünk (Két toppantás, három lépés előre)
Csütörtökön csücsülünk (Két toppantás, három lépés előre)
Pénteken pipálunk (Két toppantás, három lépés előre)
Szombaton szítalunk (Két toppantás, három lépés előre)
Vasárnap titeket vendégségbe várunk (Futás körbe)

Test középvonalát átlépő gyakorlatokhoz

Három egész napon át
Bújtam erdő vadonát,
Gomba-mezőt, szikla-tetőt bejártam.
Három egész napon át
Faragtam egy furulyát,
Vadrózsából tündérsípot csináltam.

(ököl egymásra tevésével
lentről fölfelé egész magasra,
majd fönről le)
(tapsolások szemben)

Hipp-hopp-hopp
De jó a galopp,
Hegyen völgyön
Alagúton
Nem tévedünk el
Az úton,
Hipp-hopp-hopp
De jó a galopp.

(Sarkon ülve, váltott kézzel, egymás utána térdet, majd a földet ütögetve
1-2 térdén, 3-4 földön, mindig meghatározva melyik kézzel és hol kezdjük.
Ütemesen!)

Időbeli tájékozódás

Elindult a forrás patak-iskolába,
köveken, kavicson porzott a lába.
Zöld mezőre érve folyó lett belőle,
vastag a dereka, zöld a bőre.
Világot járva lett belőle ember,
a Nagytanácsban ősz hajú tenger.

körben kézfogás
körben lépegetés
hátra lépegetés
hullámvonal

Hétfőn egy szem makkot leltem,
kedden délben földbe tettem,
szerdán este vödröt vettem,
csütörtökön öntözgettem,
pénteken csak nézegettem,
szombaton már büszkélkedtem,
s akár hiszed,
akár nem:
elérkezett a vasárnap,
tíz ága nőtt a fának,
mind a tízet megmásztam,
száz szem makkot leráztam.

Levegőbe kézzel, lábbal rajzolások:

Csiga-biga gyere ki	Csigavonal rajzolása, jobb kézzel, bal kézzel,
Szebb világ van ideki.	jobb lábbal, bal lábbal.
<i>Bújj ki kapud aljába</i>	
<i>Ló búsuljon magába</i>	
<i>Őt-hat tücsök muzsikál</i>	
<i>Ha a lábad táncra áll</i>	
<i>Járod akár száz napig</i>	
<i>Míg bocskorod elkopik</i>	
Csiga-biga gyere ki	
Szebb világ van ideki	

Tempó- és irányváltóztatás:

Így lovagolnak a hölgyek	- körben, kényesen, lábujjhegyen galoppozva
Az urak gyorsabban mennek	- gyorsabb tempóval galoppozva)
A parasztok így döcögnek	- oldalazó járással, kissé hajlított térdel
A huszárok így röpülnek...	- gyorsan galoppozva, ügyelve arra, hogy előre
A huszárok így röpülnek.	fordulva maradjanak.

Vesztibuláris rendszer ingerlése:

- Hintázások: labdán, kötélén
- Szemben ülve, talpak egymásnak támasztva, kézfogás, egymás húzogatósa:

Csacsi húzza kicsi kocsit,
Kicsi kocsi nyekereg,
Hej! Te gazda, lusta gazda
Zsírozd meg a kereket.

Verbális memória fejlesztése:

Különböző szólások, mondások, ismétlések
pl. „Ha vendégségbe megyek hozzád,viszek neked: almát, barackot, csokit...
Körben ülve minden gyereknek végig kell mondani az összes szót és hozzátenni a sajátját.

Források:

Antal László: TÁNCOS-ZENÉS MOZGÁSFEJLESZTÉS SEGÉDANYAG

Szombathely BDF, TMFK 2008.

Gerle Edit Waldorf-osztálytanító versei

Magyar népköltések

<https://operenciasovoda.blog.hu/tags/mond%C3%B3k%C3%A1k>