



Játékgyűjtemény figyelem fejlesztéséhez

Készítette:

Koczkás Anikó

Varga Edit

SZÉCHENYI 2020



MAGYARORSZÁG
KORMÁNYA

Európai Unió
Európai Strukturális
és Beruházási Alapok



BEFEKTETÉS A JÖVŐBE

Tartalom

Előszó	3
I. Mit értünk koncentráció alatt?.....	4
II. A figyelem jellemzői.....	5
III. Miért fontos a figyelem?	5
IV. A figyelmet befolyásoló tényezők.....	6
V. Hogyan jelentkezhetnek a koncentrációs zavarok?	7
1. <i>Aktív-impulzív típus</i>	<i>8</i>
2. <i>Passzív-gondolkodó típus</i>	<i>9</i>
VI. A figyelem fejlesztése	11
1. <i>Milyen játékok megfelelők?</i>	<i>11</i>
2. <i>Mit tanulhat meg a gyermek a közös játékokon keresztül?</i>	<i>13</i>
VII. Játékgyűjtemény	14
1. <i>Beszélgetés, történet felidézése</i>	<i>15</i>
2. <i>Kavicsok gyűjtögetése</i>	<i>18</i>
3. <i>Csoportosítás, soralkotás</i>	<i>19</i>
4. <i>Kézügyesítő gyurmázás</i>	<i>22</i>
5. <i>Ujjtorna, kéztorna</i>	<i>25</i>
6. <i>Testrészek: a kéz</i>	<i>26</i>
7. <i>Testrészek: a fej</i>	<i>29</i>
8. <i>A hét napjai, napszakok.....</i>	<i>31</i>
9. <i>Mi változott meg?.....</i>	<i>34</i>
10. <i>Gyöngyfüzés.....</i>	<i>36</i>

11.	<i>Mi van a kosárban?</i>	38
12.	<i>Tapintás</i>	40
13.	<i>Mi van a zsákban?</i>	42
14.	<i>Tükörjáték</i>	43
15.	<i>Mit írtam a hátadra?</i>	45
16.	<i>Tapsoljunk egyszerre!</i>	47
17.	<i>Labdázás</i>	48
18.	<i>Illat lottó</i>	50
19.	<i>Mit hallottál?</i>	54
20.	<i>Séta az erdőben</i>	55
21.	<i>IGLU készítése</i>	56
22.	<i>Papírbatkolás</i>	60
23.	<i>Botok, virágok gyűjtögetése</i>	64
SZAKIRODALOM		66

Előszó

A Csongrád-Csanád Megyei Pedagógiai Szakszolgálat az EFOP 3.1.6-16-2017-00020 pályázat keretében olyan kiadványok összeállítására vállalkozott, melyek segítik a szakembereket a különleges bánásmódot igénylő gyermekek ellátásában, a pedagógiai szakszolgálati feladatok értelmezésében, és hozzájárulnak ahhoz, hogy a pedagógusok és a szülők könnyebben eligazodjanak a szolgáltatások rendszerében.

A különböző témákhoz kapcsolódó feladatgyűjtemények olyan tevékenységeket tartalmaznak, melyek játékos formában, mind otthoni, mind osztálytermi környezetben erősítik a terápiás/fejlesztő munka jótékony hatásait.

Jelen kiadványunk létrejöttének célja, hogy a játékgyűjteménnyel módszertani segítséget adjunk a szülőknek és a pedagógus kollégáknak a figyelemkoncentráció fejlesztéséhez, megerősítéséhez, a napi szintű gyakorláshoz.

I. Mit értünk koncentráció alatt?

Bőséges információáradattal bombázza érzékszerveinket minden egyes pillanatban a külső környezet. Ezek többsége lényegtelen számunkra, aktuális feladatainkhoz csupán egy töredékét használjuk fel. Az észlelőrendszer és az agy tehát kell rendelkezzen valamilyen módszerrel a bejövő információk megszürésére, arra, hogy a lényegteleneket kirostálva, csak az éppen adott feladathoz szükséges információkat tartsa meg. Ha nem lenne ilyen szűrőfunkció, akkor a lényegtelen ingerek maguk alá gyúrnék a lényegeseket, a feladatot pedig soha nem tudnánk megoldani. Ez a szűrő –leegyszerűsítve– a figyelem.

„Koncentráció alatt az embernek azt a képességét értjük, hogy figyelmét egy bizonyos, leszűkített területre összpontosítja, mint a fényszóró a fényt. A koncentráció azt jelenti, hogy energiát irányítunk egy dologra, majd azt intenzíven feldolgozzuk.”¹ A „figyelem” és a „koncentráció” fogalmakat a továbbiakban azonos értelműként használjuk.

¹ Helmut Weyhreter: A koncentrációs képességek fejlesztése. Saxum Könyvkiadó, 2015. 11. p

II. A figyelem jellemzői

Szelektív folyamat, amely során néhány ingert további feldolgozásra választunk ki, míg a többit figyelmen kívül hagyjuk. Ennek során bizonyos ingerek feldolgozása hangsúlyozódik, másoké csökken vagy gátlódik. Erőfeszítés, ami által mentális energiánkat akaratlagosan egy meghatározott feladatra vagy aktivitásra irányítjuk más feladatok terhére. Rövidebb vagy hosszabb idejű éber állapot fenntartását igényli tőlünk.

III. Miért fontos a figyelem?

A figyelem kéz a kézben jár az emlékezeti és tanulási folyamatokkal.

Bizonyára mindenki megtapasztalta már, hogy a figyelmen kívül hagyott dolgokra alig vagy egyáltalán nem emlékszünk. Az emlékezet működéséhez aktív figyelemre van szükség. Az az információ, amelyre a figyelem irányul, hatékonyabban kerül feldolgozásra.

A tanulás alapja a megfelelően működő emlékezet, melynek előfeltétele a jó koncentrációs képesség. Vagyis

figyelem nélkül nincs emlékezet, és nélkülük nem mehet végbe tanulási folyamat sem.

IV. A figyelmet befolyásoló tényezők

Egy adott személyre jellemző figyelmi sajátosságok belső és külső körülmények által meghatározottak. A figyelem szintje, minősége, tartóssága, megosztottsága minden egyénben különböző. Ezek az adottságok velünk születettek (vagyis belsőleg meghatározottak), de nem statikusak, bármely életkorban –még felnőttként is– jól fejleszthetők, javíthatók.

A gyermekek fejlődése –így a figyelem fejlődése is– meghatározott pszichológiai törvényszerűségek szerint megy végbe, de nagy egyéni eltéréseket mutat. Egy adott életkorban a képességek fejlettségi szintje változatos. A fejlődés menete egyéni, genetikailag meghatározott, biológiailag programozott sajátosságok szerint szerveződik, de más-más ütemben történik. Azonos óvodai csoportban, iskolai évfolyamon tanulók esetében tehát nem csak az életkornak, hanem az eltérő fejlődésnek köszönhetően is igen nagy különbségek mutatkoznak a

képességek fejlődésében mennyiségileg és minőségileg egyaránt. Ki korábban, ki később éri el egyéni sajátosságainak, adottságainak megfelelően az adott szintet.²

Külső tényezők is erőteljesen befolyásolhatják figyelmünket. Például az erős zaj eltereli a figyelmet. A tartós zaj stresszhatású. Hosszú munkavégzés vége felé és folyamatosan zavaró ingerek mellett sikertelen lesz a figyelem fenntartása. Fáradtság, éhség, alváshiány is negatív irányban hat. Koncentrációt segítő tényező lehet például a motiváció, kíváncsiság, érzelmek. A rendezett környezet, az elterelő ingerek csökkentése is előmozdíthatja a figyelmet.

V. Hogyan jelentkezhetnek a koncentrációs zavarok?

Koncentrálókéességünk nem egy elszigetelt képesség, amit gyorsan elő lehet varázsolni.

² Molnár Gy. Csapó B. A képességek fejlődésének logisztikus modellje 2003. Bp. Iskolakultúra 2. sz. 57-69. p

Sokkal inkább összetett folyamatokról van szó, amelyeknél a külső befolyások is jelentős szerepet játszanak.

A koncentrációs zavarok sokféleképpen jelentkezhetnek:

- gyors, futólagos munkavégzés
- sok hiba
- lassú munkatempó
- gyors fáradás
- álmodozás, elkalandozás

Viselkedésüknek megfelelően (leegyszerűsítve) két típusát különböztetjük meg a zavart koncentrálóképességű gyerekeknek: aktív-impulzív típus és passzív-gondolkodó típus. Mind a nyugodt, mind pedig az aktív gyerekeknél megfigyelhető, hogy legtöbbször felületesen és hibásan dolgoznak.

1. Aktív-impulzív típus

A gyerekekre impulzív, nyüzsgő magatartás jellemző. Nagyon kevés időt fordít pl. a minták tanulmányozására, gyakran sietősen, kapkodva dolgozik, több esetben „rendetlenkedő” magatartást mutat. A feladatokat csak nagyon felületesen intézi el, és nem ellenőrzi. Cselekvési

tervet szinte egyáltalán nem készít. Elvégzett munkájában sok minden hibás és gyakran hiányos. A gyermek sokszor félbeszakítja a feladatokat, és hamar feszültté válik, ha nem tudja azonnal megoldani azokat. Hatalmas nehézséget jelent számára feladatok kitűzésével foglalkozni, és ezt lehetőleg megpróbálja elkerülni. Általában az ilyen gyerekek figyelme könnyen elterelhető. A tanítást zavarhatják azzal, hogy nem odaillő dolgokkal foglalkoznak. Azáltal is feltűnnek, hogy sok mindent elfelejtene, a házi feladatot nem írják fel.

2. Passzív-gondolkodó típus

Az ilyen gyerek pepecsel, és ábrándozónak tartják. Hosszú időre van szüksége ahhoz, hogy egy feladatnak nekilásson, és még hosszabbra, hogy elvégezze. Nem összpontosítja a figyelmét, hanem szemmel láthatólag más gondolatok foglalkoztatják. Külső és belső ingerek is elterelik figyelmét. Gyakran nem készül el feladataival, és amit elvégez, azt is olykor hibásan oldja meg.

Amikor nem megfelelő a figyelem terjedelme, intenzitása, gondot okoz a figyelem fenntartása és megosztása, koncentrációs nehézségekről beszélünk.

Ha egy gyermek dekoncentrált és figyelme könnyen elterelhető, az leginkább az iskolában válik problémává. Az érintett gyerekek gyakran már óvodáskorukban feltűnnek. Nem tudják hosszú távon lekötni magukat, mindig valami újba kezdenek, vagy egyszerűen semmi nem sikerül nekik. A szülők azonban legtöbbször csak akkor kezdenek komolyan aggódni, amikor gyerekük az iskolában rosszul teljesít, és feladatait csak részben, rosszul vagy egyáltalán nem végzi el.

Sok gyerek van, akiknél csak speciális területeken (pl. iskolai követelményeknél, házi feladatoknál) jelentkeznek koncentrációs vagy kitartási problémák, míg játékban vagy az általuk választott tevékenységekben (pl. barkácsolás, Lego-építés, festés) nagyon kitartóak.

VI. A figyelem fejlesztése

Jó hír: a koncentrációképesség edzhető, fejleszthető.

A figyelem fejlesztése fontos feladat, mivel szorosan kapcsolódik a különböző megismerési folyamatokhoz, s ez által a magasabb szintű gondolkodás fejlődéséhez. A fejlesztéssel fokozatosan nő a feldolgozási kapacitás, a szelektivitás, a figyelem fenntartásának képessége, javul a koncentrációs képesség.

A figyelem fejlődésében 6-7 éves korban következik be ugrásszerű változás. A figyelem tudatos fejlesztése különösen fontos ebben az életkorban: ekkor fejlődik erőteljesen az akaratlagos figyelem és emlékezet. Ilyenkor a leghatékonyabb minden fejlesztés (szenzitív periódus). Ha ebben az időszakban megtanulja a gyermek a szándékos figyelem használatát, akkor az egész életére kihat.

1. Milyen játékok megfelelők?

Jó hírünk van! Minden játék jó és megfelel a célnak. Ugyanúgy játszhatunk társasjátékokat, mint építő- vagy labdajátékokat, akár szerep- és ügyességi játékokat is. De

a közös barkácsolás, a felolvasás és a könyvek nézegetése is elősegíti a gyermek kitartását. A kreatív tevékenységek szintén jól segítik az összpontosító képesség fejlődését.

Kicsi gyermekkortól kezdve, még felnőttkorban is, mindenféle gyakorlat, amely az egyensúlyrendszer ingerlésével jár, segíti a koncentrációs képesség fejlődését. Hintázás, biciklizés, zsonglörködés, de akár a jóggyakorlatok is hasznosak lehetnek.

Szakemberek játékok és gyakorlást segítő programok sokaságát fejlesztették ki speciálisan a koncentráció elősegítésére. Bölcs dolog célzottan gyakorolni, viszont semmi esetre sem szabad a gyermeket túlterhelni, különben könnyen megtagadhatja az együttműködést, és minden erőfeszítéstől elzárkózik. A fejlesztés során a szórakozásnak kell a középpontban állni.

Kezdetben olyan játékokat válasszunk, amelyek nem tartanak túl sokáig, csak maximum fél óráig. A későbbiekben az időtartamot fokozatosan lehet emelni.

Eleinte a felnőttel közösen játszható játékok legyenek túlsúlyban, mert ekkor a társas készségek is fejlődnek.

2. Mit tanulhat meg a gyermek a közös játékokon keresztül?

- meg kell tanulnia, hogy kénytelen kivárni a sorát (a szükségletek kielégítésének késleltetése, impulzusok visszafogása)
- meg kell tanulnia, hogyan figyelje meg a játék menetét, és alkalmazkodjon hozzá saját viselkedésével
- meg kell tanulnia, hogy a helyszínen maradjon a játék időtartamának végéig akkor is, ha éppen nem sikeres a játékban
- meg kell tanulnia, hogy kezelje a kudarokat
- meg kell tanulnia a szabályok betartását

Már maga a tény, hogy a gyermek heti több alkalommal játszik, mindenképpen javulást fog eredményezni a koncentrációs képességben. Azonban már a játék kezdete előtt tudatosítani kell a szülőnek magában, hogy problémák adódhatnak, és ezekre fel is kell készülnie. Ne reagáljon túl dühösen, ha a gyerek elveszíti a kedvét, nem akarja folytatni a játékot. Ragaszkodjon következetesen ahhoz, hogy a játékot végig kell játszani, a gyerekeknek a helyén kell maradnia, a szabályokat pedig tiszteletben kell

tartani. Várjon, amíg a gyermek megnyugszik, és a játékokat folytatni tudják.

VII. Játékgyűjtemény

A gyermek szűkebb környezete, a család, a szociális és társadalmi miliő, illetve az egyéni adottságok olyan külső és belső tényezők együttese, melyek jellegzetesen befolyásolják a fejlődést és egyben meghatározzák a hatékonyan alkalmazható tevékenységek és módszerek tartalmát.

Az első élmények az anyához, majd a családhoz köthetők. Az életkor előrehaladtával szélesedik a szociális kapcsolatok száma és színtere. A családon túl egyre több időt töltenek a gyermekek az óvodában, majd az iskola falai között, ezért választottunk olyan játékokat, melyek egyszerűek, de változatosan megvalósíthatók: a családi ház, az óvoda és az iskola ajtajait kitárva természeti környezetben is sor kerülhet rájuk. Esetenként még eszközökre sem lesz szükség. Az a cél vezérelt bennünket, hogy olyan tevékenységeket mutassunk be, melyek szakmai tapasztalataink értékei mentén szerveződtek, de

szülők számára is jól hasznosíthatók. A gyűjteményben felsorolt játékos tevékenységek lépésekre bontva, olykor a gyermek nyelvére lefordítva kerülnek bemutatásra az egyszerűbb alkalmazás érdekében.

A tevékenységek változtathatók, variálhatók, helyezethz és egyénhez szabhatók. Elnevezésükben leginkább a cselekvés tartalma jelenik meg, ami fantáziánknak ugyan határt szabott, viszont a beazonosíthatóság szempontjából előnyösebb.

Játékgyűjteményünk elején néhány játék a kisebb gyermekeknek, majd az egyre nagyobbaknak szól, összeállításunkkal így haladunk előre az életkorban.

A bensőséges hangulat, a nyugodt légkör elengedhetetlen feltételei játékainknak. Az érzelmek kerülnek középpontba, mint motiváció, melyek hatékony alapul szolgálhatnak valamennyi, itt felsorolt leírásunkban.

1. Beszélgetés, történet felidézése

Mivel a gyermekek nagyon szeretik a hétköznapi, egyszerű és rövid történeteket, jól ki lehet használni a beszélgetésekben rejlő lehetőségeket.

Például:

"Képzeld el, hogy amikor reggel felébredtem, azt hallottam, hogy kopog az eső az ablakpárkányon (az ujjunkkal esőcseppek utánzása), fúj a szél (hangutánzás: sssshhh-sssshhh), nagy vihar tört ki.

A szemem még ki sem nyitottam. Egyszer csak az esőcseppek kopogása közben panaszos nyávogásra lettem figyelmes. Vajon mi lehet az? - tanakodtam. Kibújtam az ágyból, közelebb léptem az ablakhoz. A hang egyre erősebb lett: - nyaú-nyaú! Nyáú-nyáú! Figyeltem. (testtartásommal, mimikámmal is kifejezem) Néztam, honnan jöhet ez a segélykérő nyávogás?

Hamarosan megtaláltam, honnan: a szomszéd Erzsike néni akácáájának egyik ágán egy ázott kiscica sírdogált. - De hiszen ez Sári! A mi cicánk! - kiáltottam fel.

Ó, jaj, szegény! Milyen szomorú! Azonnal segíteni kell rajta! Gyorsan cipőt húztam, kabátot vettem és kiszaladtam az utcára. Nyújtózkodtam, lábujjhegyre álltam (mozdulatokkal is utánzom), de sehogy sem értem el a cicát.

Sári persze egyre hangosabban nyávogott. Bőrig ázott. Éhes volt, fáradt volt és nagyon félt. Nem akart már tovább

egyedül maradni a fa tetején. Már réges-régen megbánta, hogy felfedező útra indult egyedül.

Ekkor visszajöttem a házba, és szóltam Apának. - Gyere Apa, segíts! Sári fönt van a fa tetején és nem tud lejönni, egyedül nem érem el!

Apa gyorsan cipőt húzott, együtt szaladtunk az utcára. Anna az ablakból figyelt. A zuhogó esőtől alig látta, hogy mi történt, nagyon aggódott a cicájáért.

Apa odaszaladt a fához és mivel ő magas volt, elérte a cicát. Levette és magához ölelte (a gyermeket megsimogatjuk, megöleljük). Anna nagyon boldog volt, hogy sikerült megmenti a kis játszótársát. A cicát betakarták, megtörölték, friss tejecskével megkínálták.

A nagy izgalom után mindenki megnyugodott. Sári olyan fáradt volt, hogy el is aludt, egész délelőtt bent maradt a házban és együtt várták Annával, hogy a vihar elmúljon."

Bármilyen egyszerű történetet izgalmassá, figyelemfelkeltővé varázsolhatunk egy-egy hangutánzó szóval, mozdulattal. Ennek a történetnek a szereplői a családtagok. Egy valós eseményt dolgoz fel, amelyet ezerszer elmondva is érdekesnek találnak a gyerekek.

A történetet újra el lehet mondani, ismételtetni, később maga a gyermek is mondogatni kezdi, utánozza a cica hangját, kifejezi az érzéseit, ellesi arcimimikánkat, hanglejtésünket, szófordulatokat vesz át.

Milyen területeket fejleszt elsősorban?

Néhány ezek közül: figyelem, beszédértés, szókincs, beszédkészség, auditív differenciálás és nem utolsósorban az érzelmi intelligencia.

2. Kavicsok gyűjtögetése

vízpartokon, a természetben, vagy akár a játszótereken gyűjtsünk apró kavicsokat, köveket. Ezeket aztán csak rakjuk sorba egymás mellé hosszú vonalba, vagy rendezzük tetszőleges formába, esetleg készítsünk belőle kupacot, tornyot. Közben



beszélgessünk a tulajdonságaikról. Figyeljük meg milyen a tapintásuk, milyen a felületük. Sima? Esetleg érdesebb? „Ezt itt felmelegítette a napocska, ezért szinte meleg! Nézd csak, ez meg hideg! Biztosan a homok mélyén lapult...”. Melyik kisebb, nagyobb, milyen a formájuk, színük, mire hasonlít, mi jut róla eszünkbe? Csak spontán, minden kötöttség nélkül.

Az együtt töltött idő alatt a beszélgetés és tapasztalatgyűjtés során olyan emlékeink keletkeznek, melyeket később felidézve is építhetünk.

3. Csoportosítás, soralkotás

A gyerekek nagyon szívesen gyűjtik a parkokban, utcán található gesztenyefák és tölgyfák terméseit.

Támogassuk ebben őket! Kis kosárba, szatyorba rakva, majd otthon kiszárítva, sokféle játék lehetőségét teremti meg. A "vegyes" terméseket először válogassuk külön edényekbe (halmazok létrehozása). Nevezzük meg a csoportokat: „ezek makkok, ezek gesztenyék, diók, falevelek”, stb.

Ha a figyelem és az érdeklődés megmaradt az őszi termések iránt, az itt következő játékkal folytathatjuk.

"Milyen sok gesztenye, makk, stb. van itt! Rakjuk sorba őket! Itt kezdjük!"

(mindig balról jobbra haladjunk)

Szép sorban egymás mellé rakjuk. „Erre haladunk, így ni! Nézd, milyen hosszú! Olyan, mint egy kukac! Ha felfűzzük, nyaklánc is lehet belőle!"

A tevékenység lehetséges folytatása még a számlálás.

Megjegyzés: a balról jobbra haladás nagyon fontos, ezt akár mondhatjuk is a gyermeknek, de ennek megértése még nem elvárás. Az asztal vagy a szőnyeg széle jó támpont lehet az egyenes vonalak létrehozásához, de ha kicsit görbére sikeredik, az sem baj.

Ez a játék azért is hasznos, mert a soralkotás az írástanulás egyik alapja.

A nyakláncfűzés vagy a számlálás már megteremti egy következő, közös tevékenység lehetőségét.

Ne erőltessük, ha nincs kedve (vagy nincs időnk) már a játékhoz, később, másnap vagy napok múlva is folytathatjuk.

Mely területek fejlődnek?

Kognitív funkció: észlelés, figyelem, koncentráció, gondolkodás, szerialitás (soralkotás)

Pszichomotoros funkciók: manipulációs készség,
finommotorika

Sok inger bevonásával (látja, hallja, tapintja, esetleg szagolja) elősegítjük a hatékonyabb tanulást, ismeretszerzést.

4. Kézügyesítő gyurmázás

Két éves kortól már próbálkozhatunk ezzel a tevékenységgel, melyhez elengedhetetlen a jó minőségű gyurma. Ez beszerezhető a boltból is, de tapasztalatból mondom, hogy a házilag, otthon elkészített verziója felveszi a versenyt bármely igen borsos áron kínált és apró kutyúkkal kiegészített társával. Ráadásul kis idő múlva úgylis ugyanúgy végzi mindkettő: a szép színes gyurma egy egységes barna anyaggá egyesül a szorgos gyermekkezek között.

Íme, egy bevált recept:

Hozzávalók: 3 dl víz, 20 dkg liszt, 10 dkg só, 1 evőkanál étolaj, 2 teáskanál citromsav, ételszínezék.

A hozzávalókat egy edényben nagyjából összekeverem fakanállal, majd közepes lángon folytonos kevergetés mellett készre főzöm. Addig kell főzni, amíg jól összeáll és egy labdacs szerű gombóc lesz belőle. Ha összeállt - már kisebb lángon - még dolgozzunk vele, mert akkor lesz igazán jó az állaga! Ilyenkor már nehezebb kevergetni, de motiváljon mindenkit a cél! Egy kicsit le is szokta kapni az

alját, de áztatás után jól tisztíthatóvá válik majd az edényünk.

Az elkészült natúr színű gyurmát ételfestékkel színezhethetjük már langyosan is. Erre a célra talán egy üvegtál a legalkalmasabb, azt nem fogja be a festőanyag. Gumikesztyűben is dolgozhatunk, de a kézről is egész jól lemosható. Célszerű a világosabb színnel kezdeni (pl: sárga), utána haladhatunk a sötétebb árnyalatok felé. Elevenítsük fel színkeverési ismereteinket, és a szivárvány összes árnyalatát viszontláthatjuk! Az ételfesték picit felhígítja majd a masszát, ezért érdemes fokozatosan adagolni, majd gyúrni és gyúrni. Az elkészült és kihűlt gyurmát lezárható dobozokban tárolva hetekig használhatjuk. Ez a mennyiség bőven elegendő több alkalomhoz is.

Megjegyzés: már maga az elkészítés is egy jó közös móka. Nevezzük meg a hozzávalókat, mérjünk, soroljuk fel mi kellett hozzá, milyen színeket készítettünk (nevezzük meg és közben mutassunk is rá), illetve hogy mit mivel kevertünk, hogy lett olyan színű, amilyen stb.

Ezután a nem rövid, de lényeges bevezető után következzen maga a játék!

A gyurmázásnak különböző technikái vannak, az alapokat én agyagozás közben tanultam meg.

Lapítás: "készítsünk palacsintát, kekszet" A gyurmát nyitott tenyérrel ütogetjük, vagyis lapítjuk. Tovább fejleszthetjük lenyomatokkal is, ezt nevezhetjük tortának is, mert rétegenként egymásra is rakhatjuk. Mivel készítsünk lenyomatot? Ujjal, tárgyakkal, mint kulcs, vagy műanyag -a gyerekszobában fellelhető- játékok, termések, mint bab, lencse, stb. Kicsípéssel, csipegetéssel is díszíthetünk.

Hengerítés: "készítsünk kis hurkát", ezt feltekerhetjük csigának, rétesnek (énekeljünk is közben!!), stb. Ez már kicsivel fejlettebb kezecskéket igényel, mert a két kéz összerendezett mozgása kell hozzá, csakúgy mint a gömbölyítéshez.

Gömbölyítés: a két tenyér között készítsünk "gombócot, húsvéti tojást, kismadár tojásokat a fészekbe".

Hogy mit fejlesztünk ezzel a játékkal? A kitartó figyelmet és emlékezetet, a kéz és az ujjak mozgását, a szem és a kéz összehangolt mozgását, különböző formák létrehozásával és megnevezésével valamint az évszak sajátosságainak

megbeszélésével ismereteiket bővítjük, a beszédkészséget, a szókincset.

5. Ujjtorna, kéztorna

3 éves kortól egészen kisiskolás korig, írást megelőzően, „bemelegítésnek”, ráhangolódásnak használhatjuk. Kisebбекnél a rajzolást is megelőzheti, de csak önmagában is játszhatjuk.

Az asztalnál ülünk. "Most csináld te is azt, amit én! Utánozd a mozdulataimat!"

Mindkét kezünkkel, ujjainkkal felváltva - zongorázó mozdulatokkal - kopogtatjuk az asztalt, közben mondjuk: "Kopog az eső az ablakpárkányon, először lassan, halkán, majd egyre jobban esik." (Gyorsul a mozgás, hangosodik a kopogás)

"Zuhog, nagyon esik! Most dörög az ég!" (tenyérrel ütögetjük az asztal lapját, egyre hangosabban, gyorsabban)

"Becsapott a villám, bummm!" (két kézzel egyszerre ütünk az asztalra)

"Kisütött a napocska!" (mindkét kezünket felemeljük, ujjainkat külön-külön mozgatjuk)

"Elbújt a napocska a felhő mögé!" (ujjainkat becsukjuk)

"Elbújt - kisütött - elbújt - kisütött! (közben énekelhetünk is: Süss fel nap!)"

Ezeket a mozdulatokat tetszés szerint variálhatjuk. Az eső kopogása után kisüthet a nap, majd újra eshet, döröghet, becsaphat a villám, stb.

Megjegyzés: a gyerekek szeretik, hogy ilyenkor kicsit hangosabbak is lehetnek, ezt a lehetőséget ki is fogják használni! Jól oldja a feszültséget és vidám hangulatot is teremt, játékosá teszi az ezt követő írástanulást is.

Mely területek fejlődnek?

Kognitív funkciók: észlelés, figyelem, koncentráció, gondolkodás: szerialitás (különböző mozgások sorrendje)

Pszichomotoros funkciók: finommotorika, összerendezett mozgás

Szociális kompetencia: utasítások követése, szabálytudat, interperszonális kapcsolatok

6. Testrészek: a kéz

3-4 éves kortól már játszhatjuk. Egy keményebb kartonpapírra (lehet újrahasznosított is) helyezzük rá a gyermek bal és jobb kezét is, kissé szétárt ujjakkal és azt

rajzoljuk körbe más-más színnel (bal kezet pl. pirossal, jobb kezet pl. kékkel).

Ha ez megtörtént, kérjük meg a gyermeket, hogy próbálja ismét ráhelyezni a tenyerét a közösen készített rajzra. "A bal kezedet pirossal rajzoltuk körbe, a jobb kezedet kékkel. Nézd, milyen közel van egymáshoz a két hüvelykujjad!" Ha ez sikerült, már játszhatunk is.

Most egyesével helyezze az ujjait a rajzra. Közben nevezzük meg az ujjakat is: kisujjam, gyűrűsujjam, középső ujjam, mutatóujjam, hüvelykujjam. Fordítsunk a sorrenden, most először kezdjük a hüvelykujjal, majd a mutató-, középső, gyűrűs- és kisujjunkkal.

A mozgást mi is végezzük a gyermekkel együtt, ezzel is példát mutatva neki a helyes megoldásra.

Ha már felsoroltuk az ujjainkat, tetszőleges sorrendben is gyakorolhatunk. "Most emeld a mutatóujjaid! Most csak a kisujjaid! Most csak a középső ujjaid!"

Ezután kérjük meg, hogy emelje fel az általunk megnevezett ujjait a rajzról.

Végül színezzé ki az elkészült kezecskéket, majd ki is vághatja azt, természetesen ezt a felnőtt segítségével végezze.

Mely területeket fejleszt?

A figyelmet, a koncentrációt. Az ujjak emelgetésével finommotorikát, az összerendezett mozgást és a testsémát.

A testrészek megnevezésével a gyermek ismereteit bővítjük. A közös játékkal a szociális kapcsolatteremtést és az érzelmek területét is hatékonyan érintjük.

Megjegyzés: Ne várjuk el, hogy az első alkalommal megjegyezzen mindent, fő a kitartás, a gyakorlás, az ismételtetés, olykor spontán helyzetekben is. Folytathatjuk a játékot később akár a párás ablaküvegen, fürdőszobában a csempén, nyáron vizes kézzel a betonra vagy festés közben, lenyomatot készítve ezzel a papírra. Ha szépen sikerült az alkotás, mindenképpen őrizzük meg, erre még szükségünk lesz. Minél több ujját meg tudja nevezni, a sikerélmény annál nagyobb. Mindez a közös tevékenységhez teremti meg a motivációt.

7. Testrészek: a fej

Ezt a játékot a legjobb tükör előtt végezni, ha erre nincs lehetőség, akkor egymással szembe fordulva végezzük ugyanazokat a mozdulatokat.

Nevezzünk meg és egyben mutassunk is meg mindent, ami a fejünkön található. „Mutasd meg, hol van a fejed! (én is mutatom) Soroljuk fel, miket találunk a fejünkön! Hajunk (simítsuk végig, beszéljük meg, milyen a színe, hossza, formája), fülünk (nagyobbaknál: fülkagyló, fülcimpa), arcunk, homlokunk, orrunk (orrlyukak), szájunk, vagy ajkunk (fogaink, nyelvünk), állunk, szemeink (színét is), szemhéjunk, szemöldökünk, szempillánk, nyakunk.

A játékosság kedvéért irányítson a gyermek is!

Mondhatunk összetettebb mozgásokat is: „nézz a szemeddel az egyik füled felé, állad felé”, „a nyelvedet húzd végig az ajkadon, mintha fagyis lenne, körbe-körbe”. Érzelmek kifejezését is játszhatjuk: „mosolyogjunk kedvesen...most nézzünk kérlelően, dühösen, szomorúan, vidáman..”

Matematikai ismereteiket is bővíthetjük: „Miből van kettő? Számoljuk meg!”

A testrészek megnevezésekor kitérhetünk az irányokra is (bal-jobb) és arra, hogy azokat mire használjuk. Játékosan utánozhatjuk a szaglást, hallást, látást is.

A szempillák megnevezésekor adhatunk "őzikepuszit" is (a szemhéjunk mozgatásával a szempillánk simítja a kézfejet vagy arcot).

Befejezésképpen megpróbálhatjuk lerajzolni magunkat, egy másik alkalommal készíthetünk olyan rajzot is, amiről hiányoznak különböző részek (pl. orr, szemöldök, fül, stb.), ezeket pótolnia kell a gyermeknek.

Megjegyzés: fontos, hogy a testrészek gyakorlására többször is térjünk vissza, a hétköznapi életben is nevezzük meg azokat. Tapasztalatom szerint a szemhéj, szemöldök, szempilla megnevezése, megkülönböztetése időigényesebb, de nyugodtan megtaníthatjuk ezek megnevezését már a korai életkorban is.

Mely területeket fejleszti?

A vizuális és auditív figyelmet, koncentrációt. Tájékozódást saját testen, térben, testrészek ismeretét, szókincset, a hiányzó testrészek pótlásával rész-egész,

analízis-szintézis folyamatát. Az érzések megjelenítésével önmaguk és mások érzéseinek kifejezését és felismerését.

8. A hét napjai, napszakok

3-4 éves kortól már érdemes az idői tájékozódást is érinteni.

"Most mondjuk el a hét napjait! Az ujjunkkal is mutassuk közben! Hétfő, kedd..." Minden napnál nyissunk ki egy ujjunkat, kicsit mozgassuk is meg. Figyeljünk a pontos ritmusra, csak akkor nyissuk ki a következő ujjunkat, amikor kimondjuk a nap nevét.

A jó hangulat érdekében közben meg is csiklandozhatjuk a gyermeket!

A változatosság érdekében más mozgással is kísérhetjük a napok felsorolását, pl: tapssal, guggolással, koppantással, dobbantással, labdadobással.

Ha a felsorolás megtörtént, beszéljük meg, milyen nap van ma, milyen nap volt tegnap, milyen nap lesz holnap.

(Az életkor előrehaladtával a holnapután és a tegnapelőtt fogalmát is erősítsük meg!)

Egy következő alkalommal soroljuk fel, mi történt ma. Ekkor előtérbe kerül az időrend a nap eseményeinek

felsorolásakor. Konkrét, célirányos, változatos kérdésekkel segíthetünk. Fontos, hogy ne csak igennel vagy nemmel kelljen válaszolni!

"Ki ébresztett fel reggel? Mit álmodtál? Mit reggeliztél? Milyen ruhát vettél fel? Hogyan mentél oviba? Az oviban reggel melyik óvónéni fogadott? Hiányzott valaki? Miért? Kivel játszottál először? Mit játszottatok? Mit ettetek tízóráira? Kimentetek az udvarra? Mit játszottál az udvaron? Milyen volt az időjárás? Sütött a napocska? Fújt a szél? Madarakat láttál-e?stb.

Ekkor mi összegezzhetjük: "ez történt délelőtt. Délben segítettél-e teríteni? Ki volt a napos? Milyen leves volt? Mi volt a második? Kértél-e repetát?..."

Beláthatjuk, hogy az oly gyakran elhangzó "mi volt ma az oviban? (iskolában)" kérdés nem valami gondolatébresztő. Persze nem mindig vagyunk mi sem beszédes kedvűnkben. Ha azt tapasztaljuk, hogy nincs kommunikatív hangulatában gyermekünk, ne erőltessük. Egy kicsit később ez változhat. Addig esetleg mi is megemlíthetjük, hogy velünk mi történt, amíg ő oviban, iskolában volt.

Ezeket a kérdéseket persze ne egyszerre zúdítsuk csimotánk nyakába! Fontos a türelem és a meghitt, bensőséges kapcsolat gyermekünkkel. Ennek egyik alapja az, hogy beszélgetünk, kölcsönösen megosztjuk egymással érzéseinket, gondolatainkat!

Mit fejlesztünk? Az auditív figyelmet, a koncentrációt. Az egymásra való figyeléssel a szociális és érzelmi kompetenciák is előtérbe kerülnek. Az időbeli tájékozódás alapjait leginkább úgy rakhatjuk le, ha ahhoz konkrét cselekvések köthetők a gyermek számára. A nyelvi készségek, beszédképesség, szókincs és kifejezőképesség is előtérbe kerül. Mindennek az alapja az egymás iránti bizalom, az oldott légkör, mely jó lehetőséget teremt a gyermek önismeretének, önbizalmának fejlődéséhez is.

Előfordulhat, hogy gyermekünk fantáziájával egészít ki egy-egy történetet, ami ebben a korban természetes jelenség (nem mindig tudják szétválasztani a megtörtént vagy az általuk kitalált történeteiket). Ilyenkor saját vágyaik, esetleg félelmeik is megjelenhetnek. Ezek miatt semmiképp se rójuk meg őket, sokkal inkább figyeljünk az elmondottakra, ezzel is közelebb kerülve vágyaikhoz, félelmeikhez, gondolataikhoz.

9. Mi változott meg?

Mint a legtöbb itt felsorolt játékot, ezt is játszhatjuk kisebb, akár még 3 éves, de nagyobb gyerekekkel is. A különbség csupán annyi, hogy a kisebb gyermekeknek kevesebb tárgyat rakunk ki, hogy a változás könnyebben észrevehető legyen, míg a nagyobb gyerekek esetében több tárgyat helyezünk eléjük, egészen pici változtatással, alig észrevehető módon.

A gyermek játéakai közül válasszunk ki közösen néhányat, amiket tetszőleges formában elhelyezünk az asztalon. Ezeket jól megnézzük -esetleg megbeszéljük, hogy miért választotta, majd egy kendővel bekötjük a kisgyermek szemét. A játékok sorrendjén vagy elhelyezkedésén változtatunk, majd levesszük a kendőt és megkérdezzük: „mi változott meg”?

"Játékokat raktunk ide az asztalra, egymás mellé, szép sorban. Sorold fel, hogy mik ezek! Mondjuk és mutassuk is! (pl.: kocka, ceruza, baba, kisautó, maci) Most jól figyeld meg őket! Mondjuk el még egyszer! Most azt játsszuk, hogy eltakarjuk a szemed és én változtatok

valamit a sorrenden! Neked észre kell vened, hogy mi változott meg! Jól nézd meg még egyszer a játékokat! Most bekötöm a szemed!" Ezután levesszük a kendőt és megkérdezzük: mi változott meg?

A gyermeknek adjunk időt arra, hogy megfigyelje, mi változott, hogy úgy látjuk, hogy nem megy, akkor sem áruljuk el, hanem próbáljuk rávezetni a helyes megoldásra. Megjegyzés: ennek a játéknak számtalan variációját játszhatjuk (pl.: az egymás mellé sorba rakott játékok sorrendjében történik változás (egyszerre csak egy!)), elveszünk vagy hozzárakunk, ha nem egymás melletti sorrendben voltak a játékok elhelyezve, akkor elmozdítjuk, alá-főlé rakjuk, stb).

Mely területeket fejlesztjük ezáltal?

Vizuális figyelem, koncentráció, megfigyelőképesség, emlékezet, beszédképesség, szerialitás.

Ezzel a játékkal jól előkészíthetjük a majdani iskolai készségeket, mert a vizuális figyelem fontos ahhoz, hogy a későbbiekben észrevegye a különbséget az e-é, o-ó, ö-ő, o-a, v-u, stb. betűk között. Természetesen a siker feltétele az is, hogy a hallottak között is meghallja a különbséget

(auditív figyelem), de erre majd egy másik játék során térünk ki.

10. Gyöngyfűzés

Ha az időjárás egyre jobban beszorít mindenkit a szobába és a víz, a vízpart, a kirándulások, az udvar, a játszótér által kínált lehetőségek is szűkülnek - és az óvoda, az iskola is kezdődik-, bizony nem lesz könnyű az apróságoknak újra megszokni a szabályokat. Játékosan, apró lépésekben azonban segíthetünk nekik abban, hogy a nagymozgásos játékok, a nyári szabad kalandozást követően ismét le tudják kötni figyelmüket az életkoruknak megfelelően. Erre jó lehetőséget kínálnak a kézműves tevékenységek. pl. a gyöngyfűzés (fiúknak mondhatjuk, hogy kígyót vagy kukacot készítenek :).

Egy nagyobb méretű tálcára készítsük elő a kb. minimum 1cm átmérőjű színes gyöngyöket és műanyag zsinórt. (A tálca nagyon fontos, mert nem gurulnak szanaszét a szőnyegen a gyöngyök!)

Segítségképpen az első szemet kössük mi rá a zsinórra.

Hogy kellő sikerélményhez jussanak a gyerekek, először engedjük, hogy maguk gyakorolják be a megfelelő

mozdulatokat, és mindenféle szabály, ritmus nélkül csak fűzzék fel a gyöngyöket.

Később (kitartó figyelmüknek megfelelően esetleg egy másik alkalommal) már egyszerűbb ritmust is követhetnek pl.: egy kék-egy sárga. Két kék- két sárga (szín szerinti ritmus), egy hosszúkás egy gömbölyű (forma szerinti ritmus, "széria")...és egyre bonyolultabb, de ez már csak 5-6 éves kortól ajánlott!

A fűzést megelőzheti egy szín, méret vagy forma szerinti válogatás is (halmazok létrehozása). Lehet, hogy csak eddig sikerül eljutni, de ez egyáltalán nem baj, mert minden gyerekek életkoronként más-más az érdeklődése, a kezűgyessége, és az, hogy meddig tud koncentrálni egy dologra!

Mint mindig, most is tartsuk szem előtt azt, hogy jókedvvel "dolgozzanak", ne kényszer, hanem vidám játék legyen az együtt eltöltött idő, tele sikerélménnyel!

Ezzel az egyszerű játékkal nagyon sok képességterületet fejlesztünk, ezek közül csak néhány: kitartó figyelem, koncentráció, kezűgyesség, finommotorika, szem-kéz koordináció, azonosságok-különbségek észrevétele, szerialitás.

11. Mi van a kosárban?

Néhány gyümölcsöt, zöldséget kiválasztunk, azokat megtapintjuk, kettévágjuk, megszagoljuk, megkóstoljuk és megnevezzük. Megbeszéljük, milyen az íze, állaga, illata, tapintása (édes, savanyú, lédús, ropogós, rostos, magvas, érdes, stb.), azokat közösen felsoroljuk.

Próbáljuk minél jobban árnyalni egy-egy zöldség vagy gyümölcs tulajdonságait, és minél több jellemzőjét felsorolni, pontosan megnevezni. Tapintással, ízleléssel, szaglással, kendővel bekötött szemmel "azonosítsuk be" a kosárban lévő dolgokat.

"Gyere, válogassunk a kosárba néhány gyümölcsöt, zöldséget! Vágjuk ketté, szeljük belőle, kóstoljuk meg! Milyen az íze? Tapintsuk meg! Mit érzel? Szagoljuk meg! Milyen az illata? Most nevezzük meg! Mi ez? Zöldség vagy gyümölcs?"

Mely területeket fejleszt:

Érzékelés, észlelés, figyelem, emlékezet, szókincs, stb.

Megjegyzés: fontos, hogy minél több érzékszerven keresztül szerezzenek különböző benyomást a gyerekek, minél több csatornán érkezik az inger, a tanulás folyamata

annál eredményesebb. Mivel minden gyerek más, nem tudhatjuk, hogy számára mely benyomás az, amely a legtöbb információt hordozza. Minél többet tapasztal meg egy-egy dologról, annál mélyebben rögzülnek ismeretei. Ez a felidézést is megkönnyíti számára.

Tapasztalatszerzésünk a külvilágról különböző érzékszerveinken keresztül történik. A szenzoros integráció³ során egy dinamikus, folytonos kapcsolat alakul ki a külvilággal.

Több csatorna bevonásával eredményesebb a tanulás. Abban azonban egyéni eltérések mutatkoznak, hogy mely csatornán keresztül érkező információt részesítjük előnyben, melyeket tudjuk könnyebben hasznosítani, mely csatornán szerzett ismereteink feldolgozásával vagyunk sikereesebbek a tanulás folyamatában. Vannak, akik a képi-vizuális ingerek hasznosításával sikereesebbek (vizuális típus). Mások az auditív-hallási ingereket helyezik előtérbe (auditív típus). Az is egyéni adottságaink eredménye, ha konkrét cselekvésen keresztül, manipulációval, tapintással tudjuk a külvilágból érkező

³ az érzékelés különböző csatornáin érkező ingerek, modalitások összekapcsolása

ingereket legeredményesebben feldolgozni. Ezek kombinációja is általános. Bármely feldolgozási móddal lehet eredményt elérni, nincsenek alá- és fölérendeltségi viszonyok vagy az ingerek hasznosításának arányában szabályok. Ezek teljesen egyéni, genetikailag meghatározott mintázatok.

12. Tapintás

Egy tálcára különböző textúrájú anyagokat, játékokat helyezünk, mindenből kettőt, hogy legyen párja (pl.: két darab smirgli papír, két darab műanyag tüsilabda, két kiskanál (fém vagy műanyag), két textildarab, két gesztenye, két kavics stb.). Először kevesebb tárggyal kezdjük (3-4 félé), később növelhetjük a mennyiségüket, de 6-7 félénél többet semmiképp ne válasszunk, mert a sikerélmény elmaradhat.

A feladat az, hogy tapintás útján különbséget tegyenek a dolgok között, illetve megtalálják azok párját.

A különböző tapintás által nyert tulajdonságokat nevezzük is meg, pl.: ez sima, hideg, kemény - fém, ez puha, meleg, bolyhos - textildarab, ez érdes, kemény - smirgli, stb.

"Ebbe a zsákba (vagy tálcára, kendővel letakarva is helyezhetjük a tárgyakat) különböző dolgokat tettem. A tapintásuk is más-más. Ezt te is érzed majd. Ha megfogsz egy tárgyat, mondd el, mi az, amit érzel. Pl.: Puha? Kemény? Hideg? Meleg? Érdes? Kellemes? Kellemetlen? stb.

Játsszuk azt, hogy tapintás útján találd meg a párját, ami ugyanolyan, mint amit már az egyik kezeddől kiválasztottál! A párokat helyezzük egymás mellé az asztalra!"

4-5 éves kortól már sikerélményeik lehetnek nem csak a felismerésben, az azonosságok felismerésében, hanem a különböző érzetek megfogalmazásában is.

Megjegyzés: fontos, hogy megnevezzék a különböző tulajdonságokat, hiszen ezzel a szókincsük, kifejezőkészségük is bővül, csak ezt kövesse a tárgyak konkrét megnevezése, pl. ez kanál, ez ruhaanyag, stb.

Mely területeket fejleszti: taktilis-kinesztetikus észlelés (tapintás útján történő észlelés), érzékelés, figyelem, koncentráció, , azonosság-különbség észrevétele, szókincs.

13. Mi van a zsákban?

4 éves kortól ajánljuk. Az előző játék (tapintás) egy másik, lehetséges változata. Itt azonban nem az azonos tapintási érzetek és az azonosságok felfedése és felismerése a cél, hanem a gyermek meglévő ismereteire -belső vizuális kép felidézése, majd tapintás útján történő megnevezése-építünk.

Néhány játékot összegyűjtünk a gyerekszobából. Ez lehet célirányos is, pl. legyen benne gömbölyű, szögletes, lapos, kisebb-nagyobb, kemény-puha, stb.

A feladat az, hogy kitaláljuk tapintás alapján, melyik játék van a zsákban.

"Nyúlj bele a zsákba! Fogj meg egy játékot! Próbáld felsorolni a tulajdonságait! Mit érzel, amikor megfogtad? Próbáld kitalálni a tulajdonságai alapján, hogy melyik játék lehet az!

Ha már biztos vagy benne, áruld el a nevét!"

Miután mindegyik játékot felismerte a gyermek, emlékezetből fel is sorolhatja azokat.

"Most próbáld felsorolni emlékezetből, hogy milyen játékok voltak a zsákban!"

Ha egy kicsit elakad, ne áruljuk el azonnal, melyik játék az, próbáljuk a játék tulajdonságait mi felsorolni, így vezetve rá a helyes megoldásra.

Megjegyzés: zsák helyett egy egyszerű kendőt vagy takarót is használhatunk.

Mely területeket fejleszt? Érzékelés, észlelés, figyelem, koncentráció, felidézés, szókincs, megfigyelőképesség, rövid távú emlékezet, és ha a sorrendre is figyelünk - szerialitás.

14. Tükörjáték

Mozdulat, mozdulatsor, mimika utánzása játékos formában 4-5 éves kortól.

"Állj velem szembe! Most te vagy az én tükörképem. Csináld azt, amit én! Jól figyeld meg, mert pontosan kell utánóznod!"

Először kezdjük egyszerűbb mozdulatokkal, pl.: orr megérintése jobb kéz mutatóujjával, fülcimpa meghúzása kézzel, csípőre teszem a kezem, guggolás, térdhajlítás, terpeszállás, felugrás, stb.

Néhány mozdulatsor: taps - vállfogás, taps - vállfogás-orrérintés, taps - vállfogás - orrérintés - dobbantás egyik lábbal, taps -vállfogás - orrérintés - dobbantás egyik lábbal - felugrás, stb.

Mimika: különböző emberi érzelmek, arckifejezésének utánzása, pl.: mosoly, szomorúság, hüppögés, csodálkozás, fájdalom, stb.

Megjegyzés: hogy még izgalmasabb legyen a játék, a szerepeket cseréljük fel egy idő múlva, tehát mi legyünk a gyermek tükörképe.

A gyermekek a játéknak ezt a részét nagyon kedvelik, ilyenkor náluk van az irányítás, a kezdeményezés.

Az egyes mozdulatok utánzásánál (amikor mi utánozzuk a gyermeket), jól megfigyelhetjük a laterális dominanciát is (azt, hogy a gyermek jobb vagy bal kezét, jobb vagy bal lábát használja elsősorban).

Mely területek fejlődnek? Figyelem, koncentráció, saját test ismerete, emlékezet, felidézés, (gondolkodási műveletek), szerialitás, az érzelmek kifejezésével érzelmi élet, a közös játékkal társas kapcsolatok.

15. Mit írtam a hátadra?

6-7 éves kortól, amikor a gyerekeknek már vannak ismeretei a számokról, betűkről, akkor érdemes ezt az izgalmas játékot elővenni. Érdekessége, hogy eszközigénye nincs.

„Rajzolok valamit a hátadra! Jól figyeld meg a mozdulataimat, hogy ki tudd találni, mit írtam oda! Először egy számot írok! Figyelj!”

Lassú, de nagyon határozott mozdulatokkal írunk olyan számot, amit biztos ismer gyermekünk. Fontos a sikerélmény! Használjuk a teljes „felületet”. (Pl: ha az egyest írom, akkor elkezdem a bal lapocka alatt, ferdén fel a nyakig, majd egyenesen le a derékgig.)

„Most írok még egyet! Jól figyelj! Kicsit nehezebb lesz!”

Pl: A hármat választom. Fontos, hogy ne emeljem fel közben a kezem, mert ha megszakad a mozdulat, nehezebb felismerni a számot.

Játszhatjuk úgy is, hogy egyet mi, majd egyet ő ír: „Most írd egyet te az én hátamra!” Guggoljunk, vagy ülünk le, hogy kényelmesen elérje a hátunkat.

Ha nem ismeri fel, akkor mozdulatainkra jobban figyelve ismételjük meg ugyanazt a számot, ami nem sikerült. Ha

így sem megy, próbáljuk újra, de kísérik beszéddel is mozdulatainkat, a lényeges jegyeket kiemelve. Pl: a hármasnál maradva: kerekítem, kerekítem, behúdom középre, ugyanonnan még egyszer kerekítem, kerekítem, kész!” Ha így sem megy, jellemezzük a számot: olyan mint egy fél hóember..., vagy: ez a házsámunk...vagy: nézd, a levegőbe is lerajzolom! stb. Hátha csak nehezebben „érez rá” a játékra, a segítség átlendítheti a holtpontra!

Ha mégsem ismeri fel, válasszunk egy másik számot, de ne adjuk fel azonnal!

Ha már jól belejöttünk, játszhatjuk betűkkel is! Kijelenthetjük az elején, hogy most csak betűket rajzolunk...vagy csak számokat rajzolunk...vagy találd ki, hogy betű vagy szám!

Nehezítés lehet: kétjegyű, majd később háromjegyű számok írása vagy két betűből, három betűből álló szavak írása. Az ismeretek bővülésével, az életkor előrehaladtával is bátran választhatjuk ezt a játékot! A lényeg a játékoságon és az együtt eltöltött időn van!

Néhány ötlet még:

- Ha túl nagy a kihívás, esetleg sorozatosan nem ismeri fel az általunk írottakat, többször nem akarja majd játszani.

- Érdeemes nyugodtabb időszakot választani a játékhoz.

- Játshatjuk az esti fürdés közben is!

Mit fejleszt?

érzékelés, észlelés, kitartó figyelem, koncentráció, emlékezet, a gondolkodás műveleteinek alkalmazása, mozgáskoordináció, grafomotoros készség (írásmozgás), vizuo- motoros koordináció (szem-kéz összehangolt mozgása), kiválasztási képessége, szabálytudat, önbizalom, önértékelés fejlesztése

16. Tapsoljunk egyszerre!

5 éves kortól ajánljuk ezt a rendkívül egyszerű jókedvet, vidámságot teremtő és egyben feszültségoldó játékot. Semmiféle eszközre nincs szükségünk. Sort keríthetünk rá a szabadban, az osztályteremben, a csoportszobában és persze otthon is. A résztvevők száma sem meghatározó, de minimum két emberre szükség van.

Szemben állunk (ülünk) egymással. Annyi a feladat, hogy egyszerre kell tapsolni. EGYSZERRE!

Számtárolom a karom, lassan közelítek, majd TAPS. Aztán gyorsan még egyszer.

Biztos egyszerre csattant a tenyerünk?

Próbáljuk újra, de a taps előtt hirtelen szakítsuk meg a mozdulatot. Biztos be tudjuk ugratni a másik felet és tapsolni fog! Most gyorsabban, lassabban is próbáljunk tapsolni. Ugye, hogy mennyire figyelni, koncentrálni kell a másik mozdulataira? Nem is olyan egyszerű, hiszen teljesen rá kell hangolódni a játékpartneremre.

Aztán cseréljünk is, az igazságosság jegyében most legyen a másik fél az, akinek a mozdulataira figyelünk!

A sikerélmény érdekében azért törekedjünk arra is, hogy olykor sikerüljön **EGYSZERRE TAPSOLNI!**

Hogy mit fejleszt? Figyelem, koncentráció, együttműködés képessége (szociális kompetencia), elfogadás, ráhangolódás (elfogadom, hogy most a másik fél irányít), alkalmazkodás, kitartás, testtudat, összerendezett mozgás stb.

17. Labdázás

Főfogalom alá rendezés (pl.: gyümölcs, mint főfogalom alá rendezzük a gyümölcsök nevét: alma, körte, szilva, szőlő, szeder, stb.; állatok, mint főfogalom alá rendezzük

az állatok nevét: kutya, macska, ló, kakas, stb., később szűkíthetjük a kört, mint háziállatok, vadon élő állatok, vízi állatok, stb.)

Javasolt életkor: 3-4 évtől, de nagyobb gyerekekkel az ABC betűit, számsorokat, tulajdonságokat, „A” betűvel személyneveket, főneveket, mellékneveket, földrajzi neveket, tárgyakat, virágokat, bogarakat, pozitív tulajdonságokat, filmszereplőket ...stb. -a gyermek/tanuló életkora és érdeklődése szerint- is felsorolhatunk. Iskolásoknál olyan memoritereket is választhatunk, melyek az aktuális tananyaghoz köthetők. A nagymozgással összekötött gyakorlási forma nem csak a nagyobb mozgásigényű és kisebb gyerekek számára jelent örömteli, jó hangulatú, játékos tanulási lehetőséget, de bárki számára vonzóbbá teheti a tanulási folyamatot.

"Labdázunk egyet! Akinél a labda van, mondjon egy gyümölcsöt!" (zöldséget, állatot, színt, járművet, ételt, stb.)

Megjegyzés: a játékos kedvelt tevékenység feloldja a gyerekeket. Új ismereteket szinte észrevétlenül szerezhetnek.

Ha a kisgyermek még nem tudja elkapni vagy dobni a labdát, először azt gyakoroljuk be. Erre a célra kiváló a kisebb méretű, nem túl keményre felfújt strandlabda.

Később a labda mérete csökkenhet, de ha lufit is használunk, akkor nehezebb pontosan célba juttatni, ezért számolhatunk a jókedv növekedésével is.

Mely területek fejlődnek?

1. Kognitív funkció: észlelés, figyelem, gondolkodás: főfogalom alá rendezés, csoportosítás.
2. Pszichomotoros funkciók: nagymozgás, téri tájékozódás, szókincs, artikuláció.
3. Szociális kompetencia: kapcsolat társakkal, felnőttekkel.

18. Illat lottó

A szaglásunkat manapság ritkán használjuk játéktevékenység közben, pedig az egyik legősibb és legfontosabb érzékelésünk.

Ehhez a játékhoz egy kis előkészületre van szükség, de megéri a fáradozást!

Szükséges eszközök: Kinder tojás sárga játéktartója, szellősebb szövésű textil (vastagabb nejlonharisnya, textil pelenka, géz), különböző illatos anyagok, cérna

Elkészítés:

1. Keressünk a háztartásunkban erősebb, jellegzetes illatú (szagú) dolgokat. Pl: szegfűszeg, szemesbors, levendula virág, kamilla virágzat a teafilterből, darabos fahéj, vanília, eukaliptuszosaj (vattára csöppentve), narancshéj, citromhéj, gyömbér, szárított/friss menta. Ha sikerül keressünk kellemetlenebb szagú dolgokat is, ezekről is beszélhetünk, hiszen ezek felismerése is fontos.pl: ecet (vattára csöppentve), faszén, száraz halpikkely, a fantáziánkra van bízva! Az egészségre káros anyagokat kerüljük!

2. A textiltől vágjunk kb. 12X12 cm-es négyzeteket, ahány „illatot” sikerült összegyűjtenünk.

3. A négyzetek közepébe rakjunk annyi illatos anyagot, hogy beleférjen a kindertojásba. Fogjuk össze a textil sarkait, kötözzük körbe a cérnával szorosan az „illatkupacokat”.

4. Tegyük cérnás résszel lefelé a kindertojásba az elkészült csomagokat, zárjuk le a tetejét, hogy minél tovább megőrizték illatukat.

5. Az így elkészült tojásokat egy dobozkában, egymás mellé rakva sorakoztassuk fel, vagy helyezzük textil zsákba.

Megjegyzés: az elkészítésbe bevonhatjuk gyerekeket, de készíthetjük mi magunk is, így nagyobb a meglepetés a játék során, hiszen nem ismerik az összegyűjtött anyagokat, ezért csak a szaglásukra hagyatkozhatnak.

A játék menete:

„Ebbe a dobozba (zsákba) illatokat rejtettem el. A legtöbbnek nagyon kellemes az illata, de akad olyan is, aminek inkább kellemetlen. Találjuk ki, melyik minnek az illata!

Csukd be a szemed és taláломra vegyél ki – egyesével - öt tojást, rakd őket magad elé! Számláljuk meg!

Most nyissuk ki az első tojást! Felismered az illatot? Minek van ilyen illata?”

Lehet, hogy először csak körbeírni tudja, mert nem ismeri biztosan a nevét. Biztassuk, hogy mondja el, mikor, mire

szoktuk használni, mit készítünk belőle, vagy hol érezhetett ilyen szagot, majd nevezzük meg.

A különböző illatok között várjunk kicsit, hogy „pihenjen” az orruk, ezért nem is érdemes ötnél több illatot egyszerre kivenni.

Ahány illatot felismer az ötből, annyi találata lett az „illatlottón”!

Mit fejleszt? -érzékelés, észlelés, figyelem, koncentráció, emlékezet, kitartás

19. Mit hallottál?

A természet is lehet a tanulás helyszíne. Saját komfortzónánkból kilépve erősebben hatnak ránk a külvilág ingerei. A természet lenyűgöző ereje mellett az itt szerzett saját élmények erős érzéseket váltanak ki belőlünk. Ezért is kínál számtalan hatékony lehetősége



„Hunyd be a szemed!
Figyelj jól arra, amit
hallasz! Minden apró
zajra figyelj!”.....kb.
1-2 perc várakozás
után, beszéljük meg a
hallottakat: „mit
hallottál? Sorold fel!”

Pl: külső környezet
hangjai: szélzúgás,

eső, motor, autó, több autó, madárdal, fűrész zúgása,
fűnyíró, kutyaugatás, kopácsolás, emberek beszélnek,
rádió, villamos, troli....stb.

Megjegyzés: zárt térben is játszhatjuk, ha megfelelő
mennyiségű hallási inger érheti a gyereket. Ha előre

megtervezzük, akkor különböző zajkeltő eszközöket is gyűjthetünk magunk köré (papírcsörgés, pohárban kanálcörgés, rádió, csörgő hangja...).

Előzetes megbeszélés esetén a zajok felismerése után a sorrendet is megfigyelhetjük.

Mely területek fejlődnek: auditív (hallási) differenciálás, auditív figyelem, emlékezet, és ha a sorrendre is figyelünk: szerialitás (sorrendiség).

20. Séta az erdőben

Természeti környezetben egy egyszerű séta is koncentrációt, kitartó és folyamatos aktív figyelmet igényel. Nem kisebb a tét, mint hogy testi épségünk megőrzése mellett érjük el kitűzött célunkat.

A talaj felszínének változatossága sokszor a talajtakaró miatt rejtve marad. Nem láthatók a rárakódó avartól a kisebb



mélyedések vagy hepehupák. A vakondtúrások vagy rágcsálók földalatti járatai miatt a talaj szerkezete is változatos lehet, ami nem kis meglepetéseket tartogathat az erdei ösvényen haladók számára. Letört gallyak, kidőlt fák kerülhetnek az utunkba. Az alacsonyabban fekvő ágak is meghatározzák a haladási irányt. A lépteink nyomán felszálló avarillat, a körülvevő természet hangjai tovább fokozzák a bennünket érő ingerek sokaságát, próbára teszik figyelmünket, kitartó összpontosításra készítetnek minden felfedezni vágyót.

Belső ingereink, a külső ingerek feldolgozásán túl önmagunkra irányíthatják gondolatainkat, tehát a figyelem, a koncentráció valamely irányát feltételezi minden esetben.

21. IGLU készítése

Élményszerű percek következnek! A leírásban a megszokott formától eltérve, a hitelesség kedvéért saját élményeink alapján írjuk le az iglu elkészítésének folyamatát, mellyel egyben bátorítani szeretnénk minden kételkedőt arra, hogy alkalomadtán építsen egy ilyen hócsodát.

Nem gondoltuk volna, hogy ilyen rövid idő alatt elkészül!
Két felnőtt és két gyerek háromnegyed órás összehangolt munkája! Az elején még kételkedtünk benne, hogy nem dől össze, de jelenleg 2. napja tartja magát, és a ráhullott ónosesőtől még masszívabb, mint újkorában! Kicsit viccesen néz ki, valószínűleg az eszkimók is új perspektívát látnának benne, de teljesen jól bele lehet ülni, hasalni, feküdni. Egészen különleges érzés ebben a fagyos, csendes, szűrt fényben ücsörögni. Ha legközelebb havazik, biztos tovább fejlesztjük a technikát, de addig is ajánljuk az elkészítését!

Szükséges eszközök:



- nagyobb téglalakú műanyag ételtartó doboz(ok), ebben készítjük a jégtéglákat
 - fakés, vagy lapos fakanál -amit palacsinta megfordításához használunk- a téglákba rakott hó simításához, vagyis ez a

kőműveskanál

A munka menete:

1. Tervezés, szervezés:

Mekkora legyen? Ki készíti a téglát? Ki rakja a falat? Ki adogatja a téglát? (A legkimerítőbb a téglakészítés!)

2. Alapterület elegyengetése, kijelölése. (A mi „iglunk” sugara kb. 70 cm.)

3. Téglák készítése, adogatása, sorba helyezése.

4. Falazás.

5. Külső-belső után javítás, tapasztás.

6. Díszítés. A fantáziánkon múlik, a miénket egy jégcsappal koronáztuk meg

7. Beköltözés, melyhez javaslok egy plédet beteríteni!

Néhány praktikus tanács!

- A havat tömörítsük a dobozba, simítsuk le, majd határozott mozdulattal fordítsuk ki a formából.

- A téglákat kötésbe kell rakni, kb. a 3. sor után mindig kicsit döntsük befelé, ez adja a formáját. Olykor szükség lesz féltéglákra is, hogy a kötést tartani tudjuk. Leginkább a bejáratnál lesz szükség ezekre a felekre, ritkán akár negyedekre is.

- Határozottan helyezzük egymásra a téglát, érjenek össze oldalt is, mert ha nem, nem tartják össze egymást.

- Az építő „topogása” miatt síkossá válik a felület, ilyenkor friss havat szórjunk rá, akkor egy ideig nem csúszik annyira.

- Néha távolodjunk el, hogy egy egy másik perspektívából is lássuk, megfelelő-e a dőlésszög.

Hogy mit fejleszt? - koncentrált figyelem, -
együttműködés képessége - kitartó munkavégzés, -
tervezés, előrelátás – kreativitás, -nagymozgás, -

finommotorika, -gondolkodás, kognitív területek, - mindezek mellett sikerélmény, önbizalom, önértékelés

22. Papírbatkolás

Ha nem esik az eső, nincs még túl hideg, kihasználva a kellemes időjárást, a szabadban alkothatunk. A papír batkolása rendkívül egyszerű, ám annál izgalmasabb eljárás. Gyönyörű színekavalkád alakul ki. Gyorsan elkészül, a sikerélmény garantált óvoda és iskola korosztály számára egyaránt. Aki a rajzolást nem túlságosan kedveli, annak ezzel a technikával jól fejleszthetjük finommotorikáját, kedvet ébreszt az alkotáshoz is, a gyerekek nagyon szeretik.

Az elkészült papír kiválóan alkalmas további alkotáshoz, ajándékcsomagolásra, füzetek könyvek csomagolásához, de rajzolhatunk is rá, vagy dekorálhatunk is vele. Nincs két egyforma darab, az alkotások tehát minden esetben egyediek lesznek.

Vegyünk fel „játsszós ruhát”, olyat, amit nem sajnálunk, ha véletlen festékes lesz.

Szükséges eszközök:

- pergamenpótló papír: írószerboltban „kilóra” kapható, hasonlít a zsírpapírra, de nem az! Víz hatására nem fog könnyen elszakadni. Ha mégis nagyon szakad, nem pergamenpótlópapírt adtak a boltban! – én már jártam így, sajnos nagyon frusztráló volt, amikor cafatokban szedtük ki a papírt a vízből, vagy az első fuvallat elszakította száradás közben. Tehát FONTOS, hogy pergamenpótló papír legyen!

- különböző színű ruhafestékek (3-4 színnel már változatos színekombinációkat készíthetünk)

- néhány műanyagvödör vagy használaton kívüli nagyobb edény

- gumikesztyű

- teregetéshez kifeszített madzag

- végül vasaló

1. Ha beszereztük a „hozzávalókat”, készítsünk elő mindent. Kezdjük a papír gyűrésével. Ügyelve arra, hogy ne szakadjon el, gyűrjünk papírgalacsinokat, gömbölyűbbet, hosszabbat. Bátran, mert minél több a gyűrődés a papíron, annál szebb lesz az eredmény. A

gyűrődések mentén élénkebbek lesznek a színek. (Ezt bent, zárt térben is előkészíthetjük.)

Finommotorika fejlesztése, kézizmok erősítése, tapasztalatok gyűjtése papír tulajdonságairól, feszültségoldáshoz is kiváló munkafolyamat.

2. A szabadban/ udvaron/erkélyen oldjuk fel hideg vízben a ruhafestékeket a vödörkben, minden színt külön, külön.

Fakanállal keverjük, hogy oldódjon fel a por. Egy zacskó festékhez elég kb. 1,5-2 liter víz, ne hígítsuk fel túlzottan, mert elveszti élénkségét a szín. Pakoljuk az edényeket egymás mellé, egymás közelébe.



(Szem-kéz koordináció, figyelem fejlesztése, tapasztalatok gyűjtése az oldódásról.)

3. Vegyük fel a gumikesztyűt.

4. Helyezzük az összegyűrt papírt félig merítve a kiválasztott színbe. Várjunk néhány percet, majd

csöpögtessük ki a felesleges ruhafestékes vizet. Most rakjuk egy másik színbe a még fehér felét. Amit már befestettünk, ne kerüljön bele a festékbe, tehát tartsuk, ha nem találunk más megoldást! A színek kicsit össze fognak folyni, de attól lesz szép! 3 színt is választhatunk, bátran engedjük szabadjára a fantáziánkat.

(Kreativitás fejlesztése, vizuális élményszerzés, az alkotás örömeinek megtapasztalása.)

5. Néhány perc múlva emeljük ki óvatosan; vigyázzunk, nehogy az öltözékünkre folyjon a festék.

6. Bontsuk ki a gombócot (vagy „hurkát”) finoman, majd csipeszeljük ki a kötélre. Vigyázat, a széljárást figyeljük! (Figyelem, koncentráció, finommotorika, kézügyesség, kitartás fejlesztése.)

7. Várjunk, amíg megszárad. Ez nyáron 10-15 perc, de ha van egy kis szél, akkor is eredményesek lehetünk. Már nyirkosan is összeszedhetjük, szobahőmérsékleten még tovább száríthatjuk.

8. Következik a vasalás, ami benti művelet. Ehhez a vasalódeszkára terítsünk egy használaton kívüli textilt (törölközőt, plédet), majd vasaljuk ki. Ezt a mozzanatot inkább ne bizzuk kisebb gyerekekre!

9. Befejezésül az elkészült papírokból készítsünk „kiállítást”, gyönyörködjünk bennük egy kicsit, tervezgessünk, mire fogjuk felhasználni később!

23. Botok, virágok gyűjtögetése

A természetben vagy akár az utcákon sétálgatva tavasszal óhatatlanul hatalmába kerít bennünket a virágok megfigyelése. Ezernyi színük, formájuk a lehetőségek



kimeríthetetlen tárházat kínálják. Gyűjtögetésünk fókuszába javasolt az ezrével viruló (nem nemesített és kiskertekben féltve őrzött, gondozott) dísznövényeket helyezni. Egy adott pillanatban, figyelmetlenségünket

kihasználva persze mindig belekerül egy-egy japánbirs szírom, vagy fű között magányosan viruló elhagyatott fürtös gyöngyike is. Egy diszkrét szemhunyással talán megoldható, hogy túllépjünk ezen a kis szabályszegésen.

A kikirics (gyermekláncfű) kiváló alapanyaga lehet a gyermeki alkotó munkának. Készítsünk belőlük mandalát..., rakjuk ki az utat, amelyen haladunk...Beszélgessünk közben. Idézzük fel emlékeinket. Gazdagítsuk kavicsokkal, apróbb botocskákkal, levelekkel. Találjunk ki hozzá mesét! Vajon hová alakul a történet? Ha eszünkbe jut egy dal, énekeljük el közben, vagy csak dúdoljuk el együtt. A hangunkat, a dalunkat végül úgy is elfújja a szél, mint ahogyan a virágszirmokat is felkapja vagy elsodorja és tovább pörgeti majd egy légáramlat.

Csak figyeljünk!

SZAKIRODALOM

Helmut Weyhreter: A koncentrációs képességek fejlesztése. Saxum Könyvkiadó, 2015.

Gyarmathy Éva: Neurológiai háttérű teljesítményszavarok.
In: Kiss Sz. Az iskolai beilleszkedés problémák felismerést, prevenicója és terápiája. Kolozsvári Egyetem Kiadó, Kolozsvár, 2009. 45-56. p

Atkinson – Hilgard: Pszichológia. Osiris Kiadó, Budapest, 2005. 170-175. p

Pszichológia pedagógusoknak. Szerk: N. Kollár Katalin – Szabó Éva. Osiris Kiadó, Budapest, 2004. 215-223. p

Molnár Gyöngyvér - Csapó Benő: A képességek fejlődésének logisztikus modellje 2003. Bp. Iskolakultúra 2. sz. 57-69. o.

Werner Michl: Élménypedagógia „kéTTé” Magyar Tapasztalati Tanulás Alapítvány 2017.