

Psychomotorika

Název: Hry / seznamovací, dynamická, relaxační/

Jméno: Lenka Míchalová

Hra seznamovací

V kruhu na sebe se dívající děti si hází míč a udělají jakýkoliv pohyb a představí se. Další zopakuje pohyb předcházejícího dítěte a také se představí. Tak se to stále opakuje, až se představí všechny děti.

Hra dynamická

Název hry: Boj o kořist

V dostatečně velkém prostoru položíme dostatečně stejný počet různých pomůcek ke vzdálenějším stranám plochy. Děti jsou rozděleny o dvou skupin, každá vlastní polovinu předmětů na své straně hrací plochy. Snaží se je rozmnožit tím, že přinášejí předměty z opačné straněna svou. Nést mohou vždy pouze jednu věc. Vzájemně si nebrání. Na signál se hra zahajuje a na určitý signál končí, pak je třeba spočítat předměty na každé polovině plochy, která skupina dosáhla většího počtu. Hru hrajeme bez přerušení několik minut / 3 – 4, podle reakce dětí/. Po vyhodnocení hru opakujeme.

Všímáme si věci jako: hrají všechny děti, pochopily pravidla? Jaká je intenzita jejich běhu – jsou ihned vyčerpaní a musí se vydýchat, nebo vydrží běhat po celou hru? Pokud ztrácejí o hru zájem, pak ji neopakujeme.

Hra relaxační

Cíl: Přivést žáky k uvolnění postupným napínáním jednotlivých částí těla a jejich následným uvolněním a ochabnutím činnosti. Každé dítě jednotlivě odpovídá na otázky mimikou, pouhým znamením.

Příprava: Zajistíme dostatečný prostor, aby se žáci mohli natahovat do všech stran a vzájemně se při tom nedotýkali. Např. pro skupinu třiceti dětí vyhradíme prostor o rozměrech volejbalového hřiště / 18krát 9/. Ztlumíme osvětlení.

Popis hry: vysvětlujeme hru a předvádíme potřebné pohyby. Zahrajeme si na otázky. Vysvětlím vám, jak se tato hra hraje. Pěkně poslouchejte a pozorně se dívejte. Potom si ji společně zahrajeme. Na začátku hodiny se všichni postavíme. Budu vám dávat otázky a vy budete odpovídat nějakým znamením. Budete dělat velmi výrazné pohyby. Znamení jsou tato:

- místo toho, aby jste řekli neví, pokrčíte rameny
- místo ano se vytáhnete vzhůru
- místo ne se předkloníte a ohnete při tom trochu kolena
- když řeknu větu obsahující slůvko možná např. „Zítra máme volno, nepůjdete možná do kina?“, stoupnete si, připažíte a napřímíte se. Žáda budete mít rovná a hlavu pěkně vzpřímenou, ramena uvolněná.
- Nakonec zapleskáme a vy se začnete pomalu procházet.

Začínáme hrát: Učitel klade otázky, aby obdržel žádoucí odpověď. Dává dětem potřebné pokyny, kterými jim připomíná, jak mají vypadat jednotlivá znamení.

Příklady: Jedli jste dnes jablka?

Máme všichni červený míč?

Má auto 4 kola?

Pili jste dnes mléko?

Máte rádi zvířata?

Máte sestru?

Máte bratra?

Chodíte rádi do školy?

Nebude zítra možná sněžit?