

## **Beszámoló a Játékos torna tehetséggondozó műhely munkájáról**

**NTP-MKÖ-15-0157**

Játékos torna foglalkozás 3 éve működik óvodánkban. Ebben az évben tehetséggondozó és felzárkóztató program (projekt) is megvalósult, 2015 december 01- 2016 február végéig. A projektben 10 kisgyermek vett részt. Kiemelt céljaink közé tartozott a néphagyományok ápolása a játékos torna keretein belül. Figyelembe vettem a másik 2 tehetséggondozó műhely foglalkozásait, hogy hozzájuk is kapcsolódjanak a témaköreink.

Nap, mint nap tapasztaljuk, hogy a mozgás milyen nagymértékben kihat a gyermeki személyiség egészének alakulására, szinte az egyik legfontosabb megalapozója az egészséges fejlődésnek. Befolyásolja a beszéd, a gondolkodási műveletek, megismerő folyamatok elsajátítását, szabálytudat erősítést, valamint az egészséges életmód iránti igény kialakulásának is az alapköve. A mozgás lételem, különösen a 3-7 éves korosztály számára.

Foglalkozásainkon, a kötelező rendgyakorlatok mellett, a kötetlenebb játékos gyakorlatok kerültek előtérbe. Nagy hangsúlyt fektettem arra, hogy a gyakorlatokban, a tartásjavító, helyes testtartást elősegítő gyakorlatok is. A természetes mozgások, a kúszások, mászások, járások, futások, ugrások, szinte minden foglalkozáson valamilyen formában megjelentek, játékosan, kiegészítve a néphagyományok ápolásával.

A foglalkozás elején, mindig körbe ültünk, és a köszöntés után beszélgettünk az adott témánkról, néphagyományról. Ezt követően, bemelegítő játékkal készítettük fel a testünket a nagyobb terhelésre. A járás-, futásgyakorlatok, különféle játéka voltak beágyazva, pl: sorakoztató játékok, vezérrepülő, fecskemama, vadludak, gólyafiókák, jégherceg stb. A gimnasztikához változatos eszközöket is felhasználtunk, mint a babzsákot, padot, szalagot, kendőt, seprűt, botot. A fő részben, az aktuális téma jelent meg, játékos módon. Itt lehetőség nyílt az új ismeretadásra, az adott mozgásforma jártasság, készség szinten való elsajátításra. A végén, pedig többféle fogó,- futójátékot játszottunk, lehetőséget biztosítva a tanult mozgásforma gyakorlására.

A projekt a „téli ünnepkörhöz” is kapcsolódott. Az első foglalkozás témája, a Mikulásvárás volt. A gyermekeknek akadálypályán kellett végig mennie, mikuláshoz kapcsolódó feladatokkal, pl: húzd a mikulás szánját, változz rénszarvassá, keresd a mikulás sapkáját, hová bújt a mikulás? Elsősorban a koncentráció, és a mozgáskoordináció fejlesztése volt a célom.

Luca napja alkalmából, „boszi tornát” tartottunk. A gimnasztikához kendőt használtunk, a sorversenyek, játékok során pedig a seprűvel színesítettük a foglalkozást. Előtérbe kerültek a boszi fogó,- futójátékok. Ezekkel az eszközökkel szívesen tornáztak a gyermekek.

Karácsonykor a pásztoránc keretein belül a botot használtuk fel játékaink, feladataink során. Ezen kívül karácsonyi zenére játékos mozgásformákkal mozoghattak a gyerekek, és itt megjelent az önkifejezés eltérő módja.

Újévi foglalkozásunkon a hossz tengely körüli gurulást gyakorolták a gyerekek „kismalacok dagonyáznak”. Törekedtem a jártasság szinten való elsajátításra. Játékaink a „röfi fogó” és a „szerencse fia” voltak.

A szövés, fonás témában, váltó versenyeket játszottunk, valamint sorakoztató játékokban „láncot fűztünk”.

Farsangi időszakban megtartottuk az „állatok farsangját”. Az utánzó mozgások kerültek előtérbe. Játékaink is ennek jegyében teltek, pl: állatkert séta, matróz néni, pókfogó, stb. Bohócversenyt is hirdettünk, ahol különféle ügyességi labdás feladatokat kellett megoldani a gyerekeknek. Kiemeltem a labdahasználat technikájának fejlődését.

Mackó nap alkalmából a mackójárást, mászásokat gyakoroltuk különböző szereken, akadálypályán. A természetes támaszgyakorlatok jártasság szinten való elsajátítása volt a célom. Ebben segítségemre voltak a mackós játékok is, pl: mackófürdetés, mézes mackó, kibújás a barlangból.

Télkergető foglalkozásunkon erő- állóképesség fejlesztésére, ugrásgyakorlatokra fektettem nagyobb hangsúlyt. A kézműves műhely által készített kiszebábót felhasználtuk a játékokban, pl: kiskegy, fűs tél. stb.

A közös tornázás, játékok, mindig nagy örömet jelentettek a gyerekek számára. Új barátságok alakultak, tovább mélyültek, a különböző csoportba járó gyerekek jobban megismerhették egymást, összekovácsolódtak egy csapatá.

A mozgás motiválásánál igyekeztem az életkoruknak és az érdeklődésüknek megfelelő mozgásos játékokat tartani. Szinte nincs is olyan terület, amit a mozgás ne fejlesztene, és ha ez játékokban történik, a fejlesztés még hatékonyabb. A játékos tornafoglalkozásokat is ennek jegyében tartottam. Hiszen egy gyermek legfontosabb tevékenysége a JÁTÉK!





Sümege, 2016. március

Gersits Anita  
műhelyvezető óvodapedagógus