|  |  |
| --- | --- |
| **A tevékenységet vezeti** |  |
| **Ideje** |  |
| **Helye:**  Óvoda, csoport | **Jászberény Város Óvodai Intézménye**Központi Óvoda, ……csoport |
| **Csoportlétszám** | 25 fő, vegyes életkorú  |

|  |  |
| --- | --- |
| **TÉVÉKENYSÉG** | **MINDENNAPOS MOZGÁS** |
| **A TEVÉKENYSÉG CÉLJA** | * Gyermekek mozgásigényének kielégítése
* Motoros és pszichés funkciók fejlesztése
* Koordinációs képességek fejlesztése
 |
| **A TEVÉKENYSÉG FELADATA** | * Mozgásigény felkeltése, kielégítése a tevékenység folyamán
* Értelmi képességek fejlesztése szabályos feladatvégzéssel
* Nagymozgások, állóképesség fejlesztése mozgásos játékok végzésével
* Együttműködés gyakorlása páros feladatvégzés során
* Egyéni képességek megerősítése differenciált ellenőrzés értékelés alkalmazásával
* Egyensúlyérzék fejlesztése padon has támasszal
 |
| **A TEVÉKENYSÉG NEVELÉSI****FELADATAI** | * Egészséges életmódra nevelés, napi szervezett mozgással
* Egymás biztonságának szem előtt tartásával közösségi nevelés
* Anyanyelvi nevelés szókincsbővítéssel (hangár, kerozin, turbina)
 |
| **A TEVÉKENYSÉG ANYAGA**  | Repülős játék során* Has támasz padon
* Egyensúlyozó járás, padon
* Páros mozgások
* Guggolásban tovahaladás
 |
| **KAPCSOLÓDÁS EGYÉB TEVÉKENYSÉ-GEKHEZ** | Anyanyelv, szókincsbővítés (hangár, kerozin)Külső világ tevékeny megismerése, légi közlekedéssel kapcsolatos ismeretek |
| **ESZKÖZÖK** | padok, bóják, karikák, gesztenyék, 2 db hosszú faláda |
| **SZERVEZETI KERET** | kötött |
| **MUNKA-FORMÁK** | frontális, (csoportbontásos), páros mozgásos  |
| **FELHASZNÁLT SZAKIRODALOM** | Gaál Sándorné: Mozgásfejlődés és fejlesztés az óvodában (KÖNYV) 2010.Gergely Ildikó: Mit? Miért? Hogyan? - Mozgásos játékok kézikönyve - I. Egyszerű futójátékok Kasznár és Fiai Könyvesbolt Kkt., 2013 |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **TEVÉKENYSÉG FELÉPÍTÉSE** | **KONKRÉT FELADATOK LEÍRÁSA** | **ELEMZÉS, DIFFERENCIÁLÁS, MEGJEGYZÉSEK****A tevékenység-terv mellékletei (módszerek, eszközök, fejlesztési feladatok, stb.)** |
| 1. **Bevonulás** a tornaterembe, elhelyezkedés a padon.
2. **Motiváció**Megismerkedés a játék keretével.Balesetvédelmi szokások mélyítése
 | *„Ügyeljetek arra, hogy mindig lesz akadály a játéktérben!**Figyeljetek egymásra futás közben!”**„Ma repülőgépeset játszunk, ehhez azonban szükségünk van, biztonságos gépekre. Van kedvetek szuperszonikus gépekké válni?”**„Mielőtt elkezdjük, mire kell figyelnetek?”* | **Szervezés:** eszközök bekészítése, átöltözés tornaruhába.**Eszköz:** padok(1 hosszú, 2 rövid)**Balesetvédelem, szokások:**szabályok ismertetése, figyelem felhívása balesetveszélyre, a kihelyezett akadályokra. A szabályokat visszakérdezem, tudatosítom.**Módszer:** megbeszélés, egyeztetés, magyarázat, ellenőrzés, dicséret |
| 1. **Járás-futásgyakorlat**

* Járás-futás irány és tempóváltással, eszköz (pad kerülésével, padon járással)
 | *„Bejárjuk a játékteret, kövessétek a mozdulataimat, az utamat!”**„Szeretném, ha a nagyobbak nagyobb körben a falhoz közelebb futnának, tőlem jobbra!” (Jobb karomat oldalra tartva mutatom a nagyobbak ívét.)**„Örülök, hogy pontosan követtél, és ugyan olyan gyorsan, vagy lassan haladtál, mint én!”* | **Módszer:** bemutatás, gyakorlás, buzdítás**Feladat:** bemelegítés**Balesetvédelem:** a nagyobb gyermekeket külső ívű futásra ösztönzöm.**Megjegyzés:** a mozgástér bejárásával mintaadás történik. Felfedezzük az alapvető mozgáslehetőségeket, azok kivitelezését, az irányokat, futóívet.Én középen futok, számítva arra, hogy a kisebbek engem követnek.**Értékelés:** irány és tempótartás |
| 1. **Mozgásos, utánzó futójáték**

Repülők berakodva elindulnak a pályán. Leszállópálya: padon hasalással egyensúlyozásJelre (kerozin) guggolás a karika körülLégi folyosó: egyensúlyozó járás padonSzabadrepülés: futás közben fel-lelépés a padról    | *„Amikor azt kiáltom, hogy leszállópálya, a padra kell hasalnotok, így ahogy mutatom. Ha azt kiáltom kerozin, le kell guggolni a kihelyezett karikák- tartályok köré. Amikor légifolyosót kiáltok, így járjatok a kezeteket oldalt, nyújtva, tartva a padon!”**Szabadrepülésnél a padok fölött át kell repülnötök, mint a hegyek fölött. Így, ahogy mutatom, lépjetek fel és le róla! Aki tudja, átlépheti.”**„Nagyon erős voltál, amikor megtartottad magad a leszálláskor!”**„Gyorsan odaértél a kerozin tartályhoz.” Biztonságosanrepülted át a hegyeket.”* | **Szervezés:** eszközök, keresztpadok kihelyezése**Eszköz:** padok, karikák, gesztenyés láda**Módszer:** bemutatás, magyarázat, dicséret, ellenőrzés, értékelés, buzdítás **Feladat:** egyensúlyérzék, gerinc támasztó izmok erősítése, láb-csípő izom erősítése, figyelem fejlesztése**Gyakorlatvezetés:** játékos utánzó**Differenciálás:** pad átlépése II. szint.átugrása III. szint**Értékelés:** erő, ügyesség, gyors reagálás, pontos feladat végrehajtás |
| 1. **Páros, mozgásos, utánzó játék**

Leszállópályán guggolásban tovahaladás, majd repülés párosan Kényszerleszállás: leülés egymás elé nyújtott, terpesz ülésbenKerozin: guggolás a karika körül *rajz:*   | *„ Válasszatok párt magatoknak! Most dupla szárnyas repülést játszunk. Álljon előre az, akinek nagyobb a fesztávolsága, - hosszabb a kinyújtott két karja, mert ilyen egy repülő.”**„Fontos, hogy ne szakadjon szét a gép! Ha kényszerleszállást kiáltok, üljetek egymás elé* nyújtott, terpesz ülésben!Kerozint is együtt tudtok guggolva felvenni a karikáknál.”*„ Nagyon jól repültetek egy gépben, mindig együtt maradtatok.”„Jól haladtok guggolva is!”* | **Szervezés**: keresztpadok elpakolása**Eszköz:** hosszú pad, 4 karika**Módszer:** bemutatás, magyarázat, dicséret, ellenőrzés, értékelés, buzdítás **Feladat:** gyorsaság, ügyesség, fejlesztése, váll- láb- csípő izom erősítése, együttműködés gyakorlásafigyelem, koncentráció**Gyakorlatvezetés:** játékos utánzó**Kapcsolat más tartalmakkal:** matematikai tapasztalat, becslés, összemérés**Értékelés:** együttműködés,guggolás, és guggolva tovahaladás végrehajtása,  |
| 1. **Levezetés, nyújtás**

Talptámasszal páros, nyújtott ülésben, kézfogással légző gyakorlat végzése | „ Akiket megérintek, üljenek egymástól távolabb! Akiket nem érintettem meg, üljenek le egymással szemben, szétszedjük a repülőgépeinket. Támasszátok össze a nyújtott lábatokat és fogjátok meg egymás kezét. Ahogy veszitek be és fújjátok, ki a levegőt úgy húzzátok egymást. Amikor beveszed, hátra döntesz, húzol, amikor kipréseled, hajolj előre, téged húz a párod! K és Z megmutatja.”„ Most engedjétek el egymás kezét és lazán feküdjetek a hátatokra!” | **Szervezés:** hatékony szellőztetés biztosítása**Módszer:** bemutatás, magyarázat, dicséret, ellenőrzés, értékelés, buzdítás **Feladat:** nyújtás, lazítás**Gyakorlatvezetés:** határozott**Differenciálás:** A III. szint párban végzi a nyújtást légző gyakorlattal. Az I- es szint egyedül végzi, nekik mutatom az ülésben történő légző gyakorlatot.**Értékelés:** együttműködő váltott légzés (III. szint), helyes légvétel |
| 1. **Értékelés, mozgásos tevékenység lezárása**

 Körben állás, kézfogás | „Nagyon pontosan végezted a feladatot. Remekül együtt dolgoztál a társaddal. Olyan erős gépet alkottál, hogy üzemben volt az egész játék alatt. Hibátlanul repültél az akadályok felett.” | **Szervezés:** köralakítás**Módszer:** értékelés, dicséret**Megjegyzés:** kiemelem a játék egyéni értékeit, megkérdezem a gyerekeket is, mi volt a leg élvezetesebb számukra? |