

MOTORIKA A GRAFOMOTORIKA

MĚSÍC: BŘEZEN



Hrubá motorika:

Úkol: Slalom: tento měsíc si zkusíme běhat slalom. Pro vytvoření slalomové dráhy můžete využít cokoli - kamínky, stromy, kuželky, hračky.



Cíl: rozvoj lokomočních dovedností - běh, příprava ke grafomotorickému prvku - vlnovka

Cvičení:

Jaro začíná

Podívej se támhle v trávě,	(dřep, rozhlížet se)
kytička vyrostla právě,	(ze dřepu pomalu do stoje)
čechrá si zelenou sukýnku,	(stoj snožmo, ruce v bok, kroutíme zadečkem)
protahuje si barevnou hlavinku.	(stoj snožmo, opatrně naklánět hlavu)
Sluníčku lístky natahuje,	(stoj roznožmo, ruce natahovat nad hlavu)
ještě se ospale protahuje.	(stoj roznožmo, ruce nad hlavou, úklony do stran)
Na louce není jediná,	(stoj snožmo, ruce a hlava „ne, ne“)
protože jaro už začíná.	(stoj snožmo, ruce dělají velké kruhy před tělem)



Cíl: procvičení pohybového aparátu

Mateřská škola Varnsdorf, Křižíkova 2757, příspěvková organizace



Jemná motorika:

Tvoření: Sněženka - milé děti, tento měsíc si zkuste vytvořit papírové sněženky, které nám pak můžete ukázat ve školce. Je to velmi snadné, všechny jste šikulky a určitě to zvládnete.

Co budete potřebovat: papír, nůžky, barevný papír a lepidlo

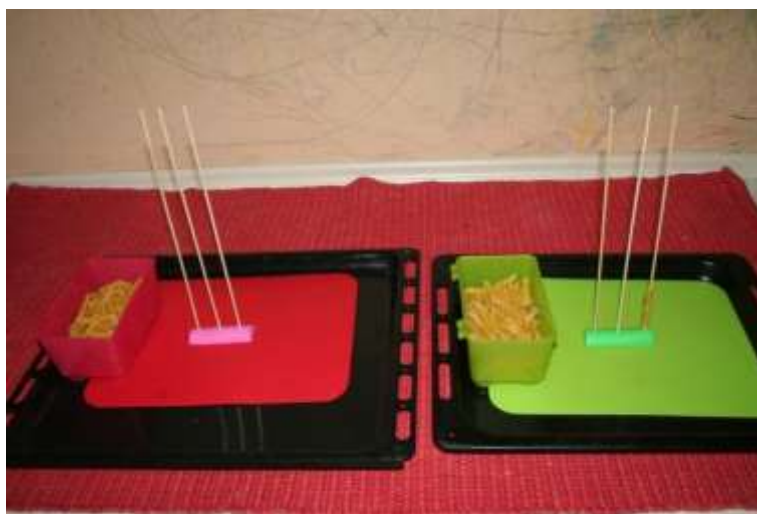


Na bílý papír si obkreslíte ruku a vystříhnete - to poslouží jako květ sněženky. Poproste maminku nebo tatínka a společně ze zeleného papíru vystříhnete stonek a list. Pokud nemáte barevný papír, nevadí, prostě a jednoduše to vybarvěte. Budeme se moc těšit na vaše sněženky.

Cíl: rozvoj zručnosti a koordinace rukou

Procvičení hrou: ZÁVODY

Do modelíny zapíchněte 3 špejle a připravte si těstoviny - PENNE. A závod může začít. Komu se dřív podaří navléknout všechny špejle - zkoušejte pomocí obou rukou, poté s levou rukou za zády - navlékáme pouze pravou. Na závěr můžete hrát hru levou rukou. (U leváků navlékejte první levou a až poté pravou.)



Cíl: rozvoj koordinace rukou, soustředěnosti

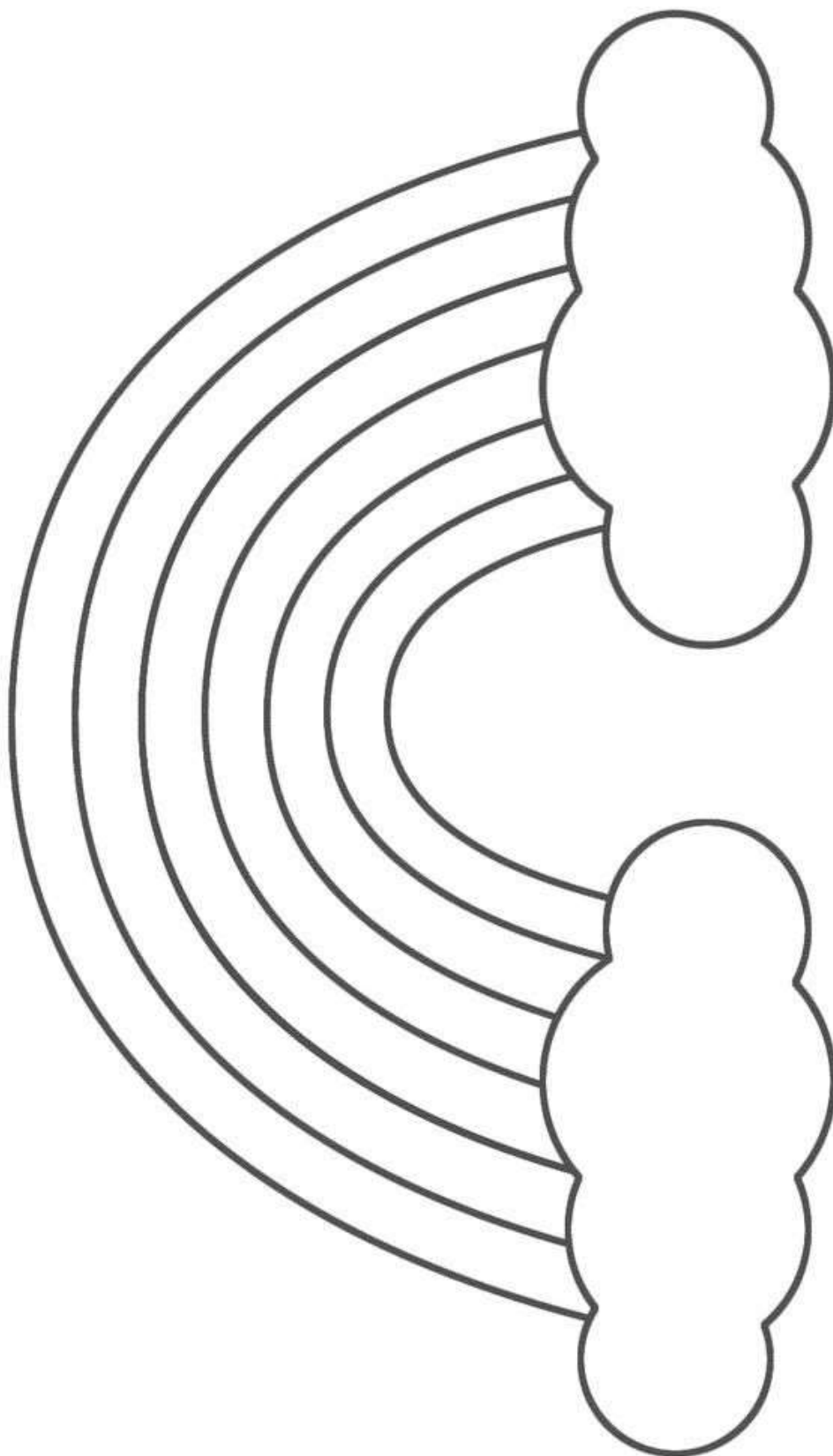
Mateřská škola Varnsdorf, Křižíkova 2757, příspěvková organizace



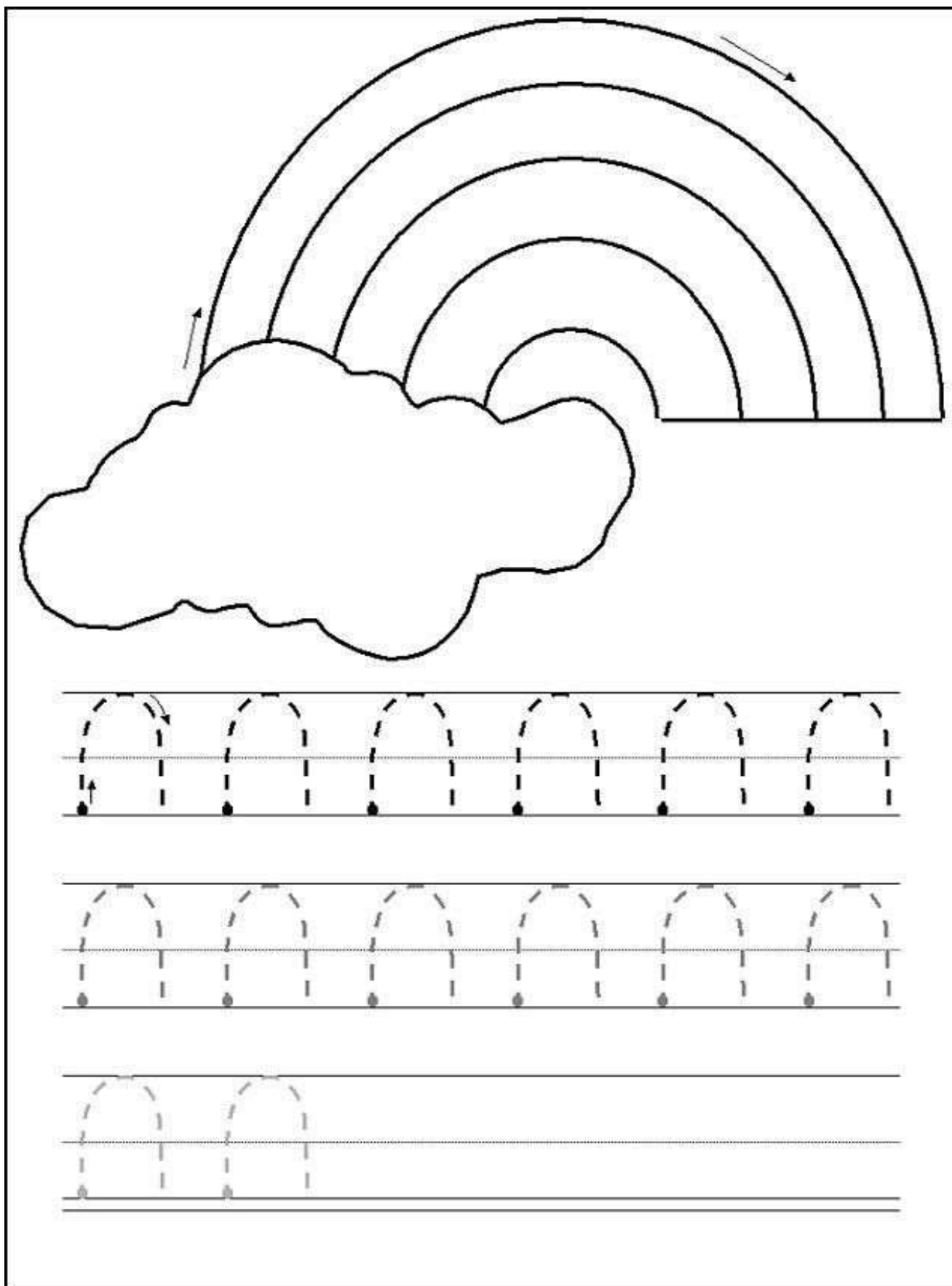
Grafomotorika:

Grafomotorické uvolňovací cvičení: - nyní se nesoustředíte na zcela 100% vedení tužky, spíše dbejte na lehké a plynulé provení.

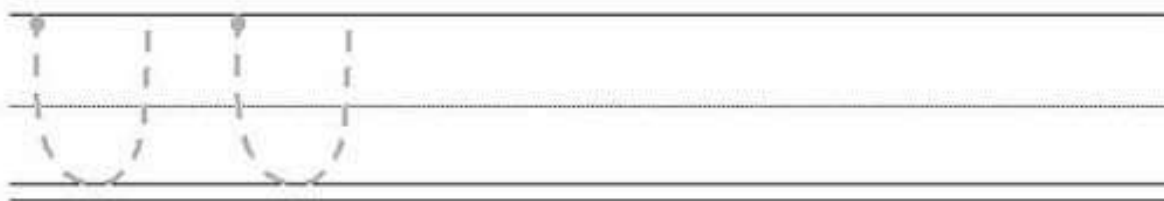
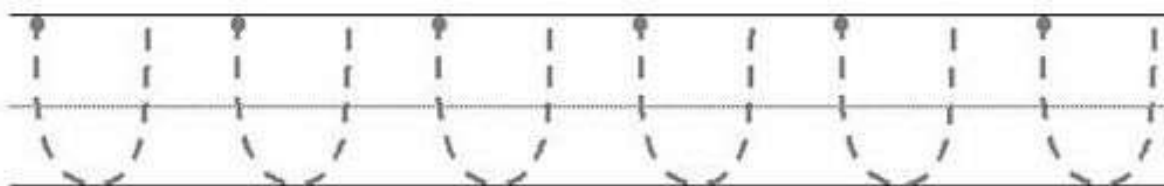
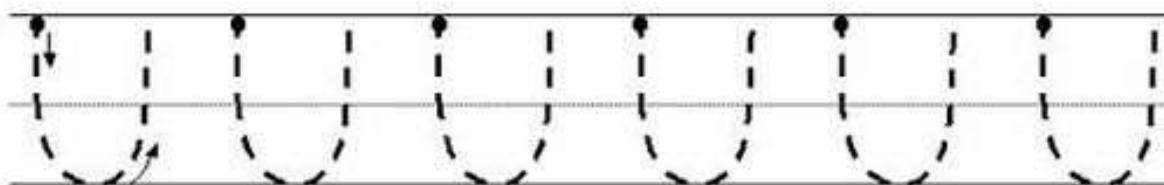
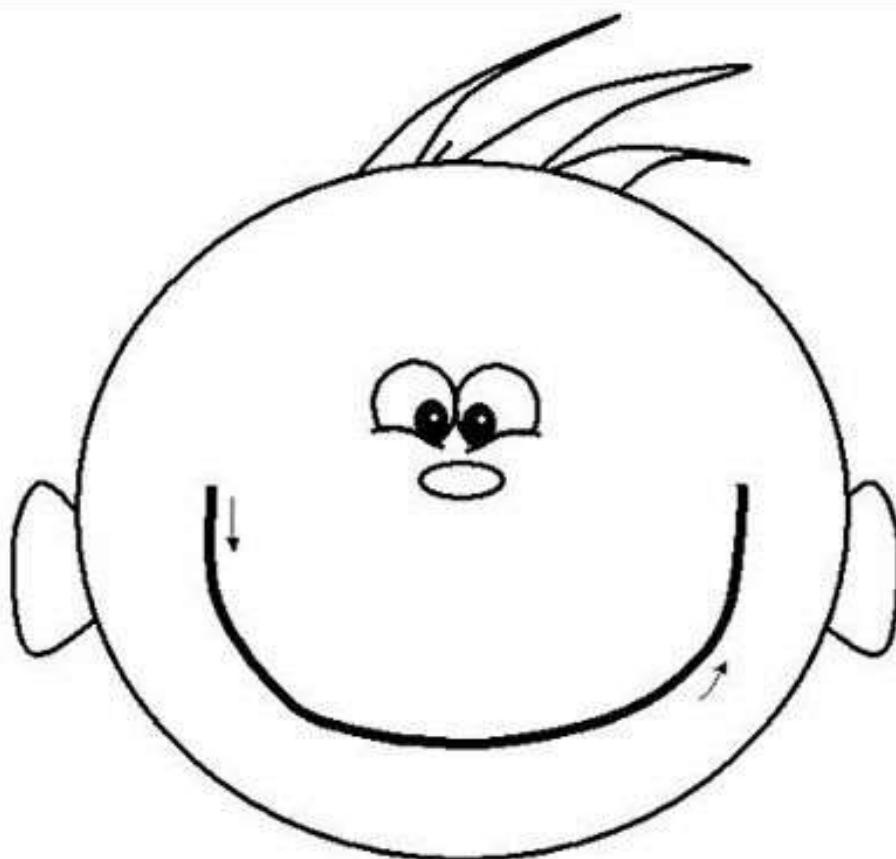
Lehce vedeme tužku či pastelku sem a tam - několikrát opakujte, střídejte barvy.



Grafomotorické cvičení: HORNÍ OBLOUK - nejprve nacvičujte na velkém obrázku



Grafomotorické cvičení: SPODNÍ OBLOUK - nezapomeňte obtáhnout také pusinku ..



Grafomotorický prvek: VLNOVKA - upevňování vlnovky

Vlnovka bývá obtížnějším grafomotorickým prvkem, proto jsme se k ní v tento měsíc ještě vrátili. Nezapomínejte na správné sezení a správné držení tužky. :o)

Lod'ka na vlnách

