

ΜΟΥΡΕΛΑΤΟΥ
ΣΤΑΜΟΥΛΑ
ΕΡΓΟΘΕΡΑΠΕΥΤΡΙΑ

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ ΑΔΡΗΣ
ΚΙΝΗΤΙΚΟΤΗΤΑΣ
ΟΜΑΔΙΚΟΥ ΠΑΙΧΝΙΔΙΟΥ



1ο ΕΙΔΙΚΟ ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ ΚΟΜΟΤΗΝΗΣ

ΠΑΙΧΝΙΔΙΑ ΑΔΡΗΣ ΚΙΝΗΤΙΚΟΤΗΤΑΣ – ΟΜΑΔΙΚΑ ΠΑΙΧΝΙΔΙΑ - ΚΑΙ ΟΧΙ ΜΟΝΟ!

1. Δώστε στα παιδιά τρία μπαλόνια. Στόχος είναι να μην ακουμπήσουν τα μπαλόνια στο έδαφος. Είναι ένα ιδιαίτερα διασκεδαστικό παιχνίδι για τα μικρά παιδιά που απαιτεί συνεργασία και καλό οπτικοκινητικό συντονισμό.



2. Το σετ ψυχοκινητικής αγωγής προσφέρει μία πληθώρα δραστηριοτήτων που μπορούν να εφαρμοστούν και σε ομαδικό επίπεδο.



Μπορούν να περπατήσουν πάνω στις δοκούς ισορροπίας. Χάνει όποιος πέσει, κερδίζει ο τελευταίος που θα μείνει πάνω στη δοκό ισορροπίας.

Ταυτόχρονα μπορούν να κρατούν και ράβδους ισορροπίας ή να περνούν πάνω από εμπόδια.



Χρησιμοποιήστε στεφανάκια για να περάσουν τα παιδιά από μέσα δυσκολεύοντας έτσι ακόμη περισσότερο τις απαιτήσεις της δραστηριότητας.

Χρησιμοποιήστε στεφανάκια για να ακολουθήσουν τα παιδιά συγκεκριμένες διαδρομές, πχ να πατά το κάθε πόδι σε ξεχωριστό στεφανάκι, να περάσουν τα στεφανάκια με πηδηματάκια ή με κουτσό κτλ.



Είναι σαφώς δύσκολο για ένα γονέα να προμηθευτεί το σετ ψυχοκινητικής αγωγής και εξέλιξης. Όμως υπάρχουν λύσεις. Χρησιμοποιήστε κοντάρια από σκουπόξυλα, σχοινιά για διαδρομές, τα έπιπλα του σπιτιού για να σκαρφαλώσουν πχ περπατώ πάνω στο σχοινί, ανεβαίνω στην καρέκλα, περνάω κάτω από το τραπέζι, προχωρώ ακουμπώντας στο τοίχο κτλ. Με λίγη φαντασία όλα είναι εφικτά.

Μπορείτε να δημιουργήσετε μία ποικιλία διαδρομών με εμπόδια, δοκούς ισορροπίας, τραμπολίνο, κώνους (εναλλακτικά χρησιμοποιείτε πλαστικά μπουκάλια ή και χαρτοταινίες στο δάπεδο) κτλ. Τα παιδιά μπορούν να κρατούν τις ράβδους ισορροπίας (σκουπόξυλα) ή κάνοντας την δραστηριότητα ακόμη πιο δύσκολη και απαιτητική, μπορούν να κρατούν κουτάλια με αυγά ή με μπαλίτσες και να προσπαθούν να μην τις ρίξουν χρησιμοποιώντας εναλλάξ το δεξί και το αριστερό τους χέρι.



Θα μπορούσατε ταυτόχρονα να παίξετε ένα παιχνίδι συναγωνισμού, μετρώντας το χρόνο που κάνει ο κάθε μαθητής. Κερδίζει ο μαθητής που ολοκλήρωσε τη δραστηριότητα στο μικρότερο χρόνο. Δουλεύοντας όμως την ομαδικότητα και τη συνεργασία μπορείτε να χωρίσετε τα παιδιά σε δύο ομάδες. Με τις ομάδες τα παιδιά μαθαίνουν να συνεργάζονται και να αλληλεπιδρούν.

Πολύ διασκεδαστικό είναι το τούνελ. Μπορεί να αποτελεί συνέχεια των κινητών διαδρομών που έχετε δημιουργήσει. Τα παιδιά θα πρέπει να περάσουν μέσα από αυτό με τη σειρά. Οι ομάδες συναγωνίζονται. Όλοι κερδίζουν μιας και συμμετέχουν σε ένα όμορφο και διαδραστικό παιχνίδι. Μαθαίνουν ταυτόχρονα να βοηθούν το συμμαθητή που έχει ανάγκη ενθαρρύνοντάς τον να προσπαθήσει περισσότερο, να τα καταφέρει.



Γονείς μην ανησυχείτε. Φτιάξτε ένα τούνελ μόνοι σας. Είναι απλό. Βάλτε μερικές καρέκλες στη σειρά, σκεπάστε τις με μία κουβέρτα και το τούνελ σας είναι έτοιμο.

Ή με απλά υλικά όπως ένα παλιό νάιλον τραπεζομάντηλο που δεν το χρειάζεστε πια δημιουργήστε ένα τούνελ μόνοι σας. Αγοράστε δύο στεφανάκια, κολλήστε τις άκρες από το νάιλον κυκλικά στο στεφανάκι. Ένα στην αρχή και ένα στο τέλος. Το τούνελ σας είναι έτοιμο. Μην ξεχνάτε πως αν το νάιλον σας είναι λευκό, μπορείτε εύκολα να το χρωματίσετε με το παιδί σας με λαδομπογιές, μαρκαδόρους κτλ δημιουργώντας μοναδικά σχέδια και ευκαιρίες για επιπλέον εκπαιδευτικά οφέλη.

Μετά τα στεφανάκια, το τούνελ, τα εμπόδια, σειρά έχουν οι πατούσες. Βελτιώνουν τον οπτικοκινητικό συντονισμό των μαθητών, την ισορροπία, τον κινητικό σχεδιασμό αλλά και την διασκέδαση.



Γονείς και πάλι μην ανησυχείτε. Είναι πανεύκολο να φτιάξετε πατούσες ή ακόμη και χεράκια. Πάρτε το πατρών από το πόδι σας ή το πόδι του παιδιού – ακόμη μια ευκαιρία για εκπαιδευτικό παιχνίδι με το παιδί σας - κόψτε τις πατουσίτσες και είστε έτοιμοι. Μπορείτε να χρησιμοποιήσετε χαρτί απλό και μετά να πλαστικοποιήσετε τις πατούσες ή χαρτόνι για μεγαλύτερη ανθεκτικότητα ή ακόμη καλύτερα πλαστικό ή ύφασμα. Το ύφασμα, ειδικά αν είναι διαφορετικής υφής δίνει διαφορετικά αισθητηριακά ερεθίσματα στα παιδιά αρκεί να ολοκληρώνετε την δραστηριότητα χωρίς καλτσούλες. Η εναλλαγή υλικών, πατούσες χάρτινες, υφασμάτινες, από χαρτί οντουλέ, γυαλόχαρτο κτλ ενισχύει τον αισθητηριακό ερεθισμό των παιδιών.

TIP: Φτιάξτε αντίστοιχα χεράκια από αντίστοιχα υλικά. Κλείστε τα μάτια των παιδιών και με τη βοήθεια μόνο της αφής αφήστε τα να ανακαλύψουν αν αυτό που πατάνε είναι ίδιο με αυτό που πιάνουν.

Το παραπάνω TIP υπάρχει και σε παιχνίδι του εμπορίου. Με αυτό το παιχνίδι τα παιδιά ανακαλύπτουν και καλλιεργούν τις αισθήσεις τους. Παρέχει απτικούς ερεθισμούς που το παιδί καλείται να διαχωρίσει. Είναι αυτό που πατά ίδιο με αυτό που πιάνει; Ο διαχωρισμός σε μικρές ομάδες θα εντείνει την αγωνία.





Ακόμη μία διασκεδαστική δραστηριότητα που μπορούμε να παίξουμε με τους μαθητές μας. Τα παιδιά μπορούν να περνούν από κάτω χωρίς να ακουμπήσουν τις δοκούς ή να κάνουν πηδηματάκια. Σαφώς μπορεί και αυτή η δραστηριότητα να προστεθεί σε μία σειρά κινητικών δραστηριοτήτων.

Γονείς, χρησιμοποιείστε ένα απλό σχοινί για αυτή την δραστηριότητα. Δέστε το σε μία άκρη, πχ σε μια καρέκλα ενώ εσείς κρατάτε την άλλη άκρη. Ζητήστε από το παιδί σας να περάσει από κάτω. Μπορείτε να χαμηλώνετε σταδιακά το σχοινί αυξάνοντας το βαθμό δυσκολίας. Δημιουργείστε ένα ολόκληρο παραμύθι παίζοντας πχ πρέπει να περάσει κάτω από τη γέφυρα, μέσα από το σκοτεινό τούνελ χωρίς να τον καταλάβουν για να σώσει την νεραϊδοβασίλισσα κτλ. ή θα πρέπει να πηδήξει ψηλά για να περάσει το ποταμάκι που του στέκεται εμπόδιο στην διαδρομή του.

Οι τσουβαλοδρομίες αποτελούσαν πάντα μία αγαπημένη δραστηριότητα των μαθητών. Χωριστείτε σε ομάδες και ο αγώνας αρχίζει. Υπάρχουν έτοιμα και πολύ ανθεκτικά τσουβάλια στο εμπόριο για τους μικρούς μας φίλους.



Γονείς και τα κλασσικά τσουβάλια προσφέρουν το ίδιο αποτέλεσμα. Και η εποικοδομητική διασκέδαση συνεχίζεται. Ακόμη, είναι μια υπέροχη ιδέα για παιχνίδι στο πάρτι γενεθλίων των παιδιών σας. Σκεφτείτε το .



Παιχνίδι ισορροπίας και βελτίωσης συντονισμού. Τα παιδιά περπατούν με πακετάκια γεμάτα άμμο πάνω στο κεφάλι τους. Μπορούν να ακολουθούν και διαδρομή δυσκολεύοντας έτσι την δραστηριότητα.



Γονείς μερικά βιβλία στο κεφάλι ή ένα βιβλίο πάνω στο πόδι ή ένα βιβλίο πάνω στην επάνω επιφάνεια του χεριού, έχει το ίδιο αποτέλεσμα, τον ίδιο στόχο και την ίδια διασκέδαση.

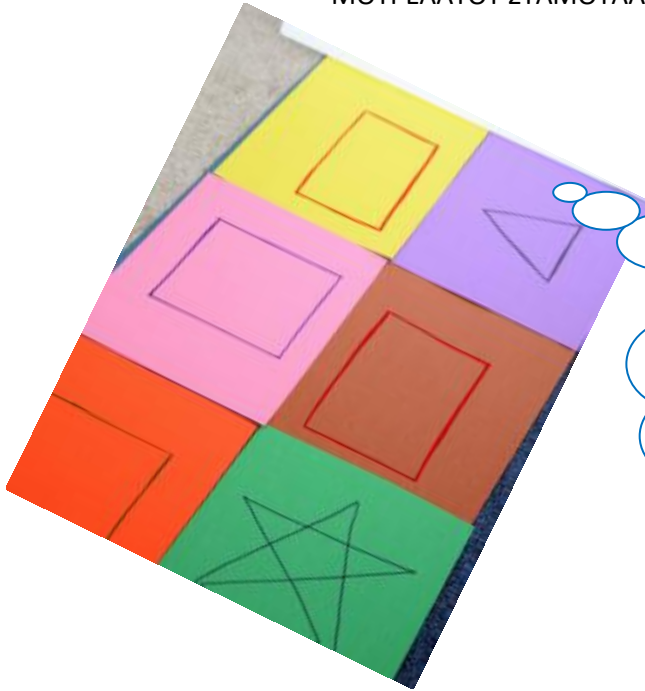
Τις μουσικές καρέκλες τις θυμόσαστε; Είναι ένα καταπληκτικό παιχνίδι που προσφέρει άφθονο γέλιο αλλά και εγρήγορση. 10 παίχτες 9 καρέκλες, 5 παίχτες 4 καρέκλες. Πάντα μία καρέκλα λιγότερη από τους παίχτες που όλοι γυρίζουν γύρω από τις καρέκλες αλλά πρέπει να καθίσουν μόλις η μουσική σταματήσει. Ο όρθιος παίχτης βγαίνει από το παιχνίδι. Και πάμε πάλι από την αρχή.





Το γνωστό σε όλους μας TWISTER αποτελεί ένα καταπληκτικό παιχνίδι σωματογνωσίας, χωρικού προσανατολισμού, εκμάθησης δεξιού – αριστερού, συντονισμού και αυτοσχεδιασμού! Είναι διασκεδαστικό και χαρίζει άφθονες στιγμές γέλιου αλλά και εκπαίδευσης.

Γονείς και πάλι μην ανησυχείτε. Το παιχνίδι υπάρχει έτοιμο στο εμπόριο όμως είναι τόσο εύκολο να το φτιάξετε κι οι ίδιοι. Το μόνο που χρειάζεται είναι μουσαμάς και φαντασία. Ζωγραφίστε με ανεξίτηλους μαρκαδόρους ή λαδομπογιές ότι επιθυμείτε το παιδί σας να μάθει: γράμματα, αριθμούς ή και τα δύο, φρούτα, λαχανικά, ζώακια, σχήματα, διαφορετικά χρώματα και σχήματα, μέσα μεταφοράς, καθημερινά αντικείμενα και τόσα άλλα που μπορούν να δράσουν εκπαιδευτικά.



Ένα μικρό χειροποίητο TWISTER φτιαγμένο από χαρτόνι με διαφορετικά σχήματα και χρώματα. Και η διασκέδαση αρχίζει.



Σκεφτήκατε ποτέ το Twister Finger; Υπάρχει έτοιμο στο εμπόριο όμως είναι πανεύκολο και να φτιαχτεί. Σκεφτείτε τώρα πόσο εύκολα και διασκεδαστικά το παιδί θα μάθει να ονομάζει τα δαχτυλάκια του, αλλά ακόμη κι αν αυτό δεν είναι εφικτό, χρωματίστε τα νυχάκια με διαφορετικά χρωματάκια, ή κολλήστε αυτοκολλητάκια! Ο εκλεπτυσμός στις κινήσεις των δαχτύλων, η ενδυνάμωσή τους, η ενίσχυση της λαβής, η αύξηση του εύρους κίνησης των δαχτύλων, η αύξηση της κινητικότητας των δαχτύλων είναι μερικά από τα οφέλη του συγκεκριμένου παιχνιδιού.

Ακόμη μία υπέροχη υπαίθρια δραστηριότητα.
Αγώνες ρήψης!!!! Μπορείτε να
χρησιμοποιήσετε μπάλες όμως η κατασκευή
διάφορων κουτιών με διαφορετικά βάρη δίνει
μα ποικιλία στο παιχνίδι. Αδρή κίνηση,
οπτικοκινητικός συντονισμός, συναγωνισμός
και διασκέδαση εξασκούνται στο έπακρο!





Και η διασκέδαση συνεχίζεται... ακόμη κι αν τα παιδιά δεν μπορούν να αντιληφθούν την ωφελιμότητα των προτεινόμενων δραστηριοτήτων.. εμείς ξέρουμε καλύτερα. Δύο ομάδες, ένα μακρύ σχοινί και ο αγώνας ξεκινά. Ποιοι έχουν την περισσότερη δύναμη; Ποιοι θα κερδίσουν; Τι σημαίνει ισοπαλία; Ποιο θα είναι το έπαθλο; Σκεφτείτε το!



Να μία δραστηριότητα διαφορετική που απαιτεί και εξασκεί την ισορροπία, τον συντονισμό των κινήσεων και την καλή συνεργασία για να ολοκληρωθεί.

Η «ρόδα» λοιπόν, χρειάζεται δουλειά για να γυρίσει από όλα τα μέλη. Συντονιστείτε και ξεκινάμε, δεν σταματάμε μέχρι να φτάσουμε στο τέρμα. Ποιά ομάδα θα κερδίσει; Ποιά ομάδα συνεργάστηκε καλύτερα; Ποιά ομάδα δεν έπεσε καθόλου;





Μην υποτιμάται καθόλου το κλασικό σχοινάκι. Ο συντονισμός που απαιτείται για την ολοκλήρωση της δραστηριότητας είναι απίστευτος και τα οφέλη διπλάσια. Αφήστε το παιδί σας να το προσπαθήσει κι αν δεν τα καταφέρει βοηθήστε το εσείς είτε κάνοντας μαζί του είτε με τη βοήθεια δύο ακόμη ατόμων.

