

## AKTIVITA Č. 4: KOMBINOVANÉ POHYBY SPÁJANÍM HORIZONTÁLNEJ A VERTIKÁLNEJ LÍNIE

### 1. Motivačná rozprávka

#### a) Počúvanie rozprávky: Medovníkový domček

*Janko s Marienkou zbierali v lese jahody. Zbierali, zbierali, až zablúdili. Blúdili dlho do noci, až prišli k medovníkovému domčeku, ktorý bol celý zo sladkých a voňavých medovníkov. Žila v ňom zlá ježibaba, ktorá deti chytila a zatvorila ich. Janka chcela vykúpiť, aby ho mohla zjesť, a Marienka jej musela pomáhať v domčeku. Našťastie, Janko a Marienka boli múdre deti a nedali sa zlou ježibabou oklamať. Podarilo sa im ujsť a vrátiť domov k svojim rodičom, ktorí ich hľadali.*

#### b) Rozhovor o rozprávke:

- Už ste niekedy zablúdili?
- Videli ste niekedy domček podobný medovníkovému? Kde?
- Aká bola ježibaba?
- Aké boli deti?
- Jedli ste už medovník? Chutil vám? Prečo?
- Čo všetko je medovníkové?
- Kto vám dáva sladkosti? Môžete si ich zobrať od každého?

### 2. Motorika, jemná motorika, zmyslové vnímanie:

- kráčanie vo dvojiciach medzi prekážkami, ktoré sú tvorené kartami s obrázkami a piktogramami
- deti znázorňujú zbieranie jahôd a následné ukladanie jahôd do košíčka
- zoznámenie s receptom na medovníčky, miesenie cesta
- vykrajovanie, pečenie a zdobenie kruhových medovníčkov
- vyberanie medovníčkov rovnakej veľkosti z košíčka,
- poznávame vôňu medovníkového cesta
- deti skladajú z rozstrihaných kusov medovníčkov „domček“,
- deti kreslia medovníčky rôznych tvarov: „srdiečko“, „štvorec“, „obkreslenie“, „prech“,
- deti vystrihujú rôzne tvary medovníčkov
- deti zdobia papierové medovníčky prútením bieleho špagátu cez nastrihnuté okraje alebo dierky,
- deti modelujú medovníčky, ozdobujú ich rôznymi prírodninami,
- deti obkresľujú rôzne tvary medovníčkov, vystrihujú ich,
- deti zabalia medovníčky do škatule, previažu šnúrkou, urobia mašličku,
- deti porovnávajú medovníčkov – kde je viac, menej, rovnako?
- dramatické rozprávky.

#### a) Hmatové vnímanie:

- deti poznávajú hmatom tvary medovníčkov (srdiečko, štvorec...).

#### b) Sluchové vnímanie:

- deti počúvajú, odkiaľ prichádza zvuk (dieťa, ktoré sa stratilo v lese, volá o pomoc).

#### c) Fonemický sluch:

- deti určujú prvú a poslednú hlásku slova medovník...,
- deti vytlieskajú slovo medovník, ježibaba... na slabiky a určia počet slabík,
- deti tvoria rýmy na rôzne slová z rozprávky.

#### d) Motorika artikulačných orgánov:

- deti jedia medovníčky, obližujú sa a vyjadrujú, aké sú sladké a dobré.

**Pracovní list č. 2: Vertikálne šikmé línie**

Na voľné miesto dokresli hustý dážď krátkymi šikmými čiarami.

**Prší dáždik z oblohy,  
hríbik sa ho nebojí.  
Po dáždiku – veru tak –  
vyrastie až po oblak.**



**Pracovní list č. 8: Vlnovky**

Dokresli rybkám vodičku pomocou vlnoviek. Vyskúšaj si to aj prstom vo vzduchu a na papieri.

**Rybka, rybka, rybička,  
veľká, stredná, maličká.  
Plutvy čeria malé vlnky,  
vlnky robia žblnky-žblnky.**



### 3. Námety na rozvoj jemnej motoriky a grafomotoriky

(čiapky...), trhanie papiera na pásiky, strihanie, vystrihovanie a následné nalepovanie, rolovanie papiera (vyskúšať rôzne kvality papiera).

- Obláčanie a kreslenie do tácky s pieskom, krupicou.
- Puzzle kúpené aj vlastné (každé dieťa si vyberie obrázok, rozstrihne, roztrhne a zloží, na ďalší deň opäť jeden diel rozstrihne a zloží – tak si zvyšuje náročnosť – každé dieťa pracuje podľa svojich možností).
- Spoločenské hry – karty, mikádo, Človeče, nehnevaj sa a ďalšie.

### AKO SPRÁVNE UVOĽNIŤ KÍBY, ZÁPÄSTIE A PRSTY PRED GRAFOMOTORICKÝMI AKTIVITAMI?

Odporúčame zaraďovať:

1. cviky na uvoľnenie ramenného, laktového kĺbu i zápastia a prstov,
2. uvoľňovacie grafomotorické cviky,
3. jednotlivé grafické prvky.

Všetky tieto cviky a prvky treba prispôbovať deťom, ich individuálnym možnostiam. Ak je ruka ešte pred nástupom do školy tuhá, neuvolnená, je nutné zintenzívniť túto starostlivosť.

Cviky na uvoľnenie ramenného, laktového kĺbu, zápastia a prstov zaraďujeme v M... možno aj pri voľných chvíľkach, ranných hrách, pobyte vonku, v rámci ranného cvičenia aj riad... Najprv vždy precvičujeme v priestore, potom prejdeme ku grafickému znázornovaniu.

#### Na uvoľňovanie ramenného kĺbu pomáhajú napríklad tieto činnosti:

- Mávanie – čelné (mávame jednou rukou, oboma rukami pred sebou rovnakým smerom, proti sebe, napr. na odchádzajúci vlak, pricestuje auto, púča sa, vyčítajúci kalkulačka, keď sa stretáme sa).
- Krúženie – bočné, napr. krídelká (ruky pokrčiť, položiť na ruke a krúžiť oboma smermi – krídelká vtáčika).
- Krúženie bočné (po stranách tela) aj... (pred telom) napr. mlynske koleso (ruky nekrčiť, oboma smermi), osmičky.
- Plieskanie – zhora nadol (ruky predpažiť, dotýkať sa...), napr. zobák bociana, do strán (ruky predpažiť, napr. pohyb...).
- Driblovanie loptou.
- Pohybové znázorňovanie rôznych pohybov uvoľnenie rúk v ramennom kĺbe, napr. konáre stromov a vietor, plieskanie, sekacie, s...).
- Hra gymnastická – stuha... na k... asi 50 cm nadviažeme stuhu približne 3 metre dlhú, môžu sa s deťmi... dĺžky, pri zoznamovaní zvolíme kratšie) – deti vykonávajú voľné pohyby celou rukou, ktorou ju na tyčke držia, môžu sa vopred pozrieť na ukážku cvičenia gymnastického na nahr... v televízii, predovšetkým dievčatá toto cvičenie veľmi baví.

#### Na uvoľňovanie ramenného kĺbu pomáhajú napríklad tieto činnosti:

- Obdobne ako pri ramennom kĺbe pohyb vychádza z lakťa.
- Mávanie paží – podobne ako pri predchádzajúcom, ale ruka vykonáva pohyb v lakti.
- Kývanie predlaktím – predpažiť jednu ruku, uvoľniť od lakťa k prstom, spustiť voľne k zemi, pokrčená paža vykonáva pohyb v lakti, potom druhou rukou, napr. hodinové vahadlo.
- Kývanie predlaktím – spodný oblúk – stoj, ruky voľne spustiť, kývanie z jednej strany na druhú v lakti voľne mierne pred telom, napr. hojdanie.
- Krúženie rúk v lakti – stoj, krúženie predlaktím, jednou rukou alebo oboma, striedame smer, napr. motanie, navíjanie kĺbka, tleskanie, sekacie kosákom...

#### Na uvoľňovanie zápastia zaraďujeme tieto cviky:

- Krúživé pohyby zápästím – v akejkoľvek polohe, prevádzame jednou rukou, oboma, striedavo, jedným smerom, oboma smermi, ruky môžu byť natiahnuté aj pokrčené, napr. mlynček.

**Pracovný list č. 10: Trávička (šikmé čiary jedným smerom)**

Dokresli trávičku na lúke.



**Zvoní zvonček v tráve,  
muška k nemu letí,  
pošepol jej práve,  
že rozkvitli kvety.**



**Pracovní list č. 11: Vlnky (vlnovka)**

Dokresli vlnky na mori, ktoré sa rôzne prekrývajú.

**Hore, dolu, hore, dolu,  
bežia biele vlnky spolu.  
Pred loďou, za loďou,  
jedna vlnka za druhou.**

