

HREYFING LEIKSKÓLABARNA ÍSJAKAÞEMA



Aldur: 5-6 ára.

Áherslupáttur: Ganga, skríða og samhæfing.

Efniviður: Lok af fötum eða ílátum, húsgögn sem eru til staðar.

Kennslufræðilegar leiðbeiningar: Hér er unnið með ímyndunarafl, samvinnu, samhæfni og útsjónarsemi barnanna. Gaman er að börnin finni sín mörk og finni lausn á útfærslu síns verkefnis.

Tími



Hvað?

Hvernig?

Hvers vegna?

Upphitun – 5 mín

Leikur: Flekahlaup

Lokum er dreift um svæðið og tákna ísjaka og gólfflöturinn er sjórinn. Stólar geta táknað skip eða eyjur og dýnur fast land. Snerti barnið sjóinn framkvæmir það ákveðið verkefni og má svo taka strax aftur þátt, s.s. telja upp á 10, annað barn þarf að koma að því sem „datt“ í sjóinn og gefa því orku með því að slá fimmu eða annað.

Leiðbeinandi dreifir efnivið um rými og gerir það krefjandi t.d. með lengd á milli staða og staðsetningu lokanna. Markmiðið er að ferðast frjálst um svæðið en forðast það að stíga í sjóinn. Leiðbeinandi er vakandi fyrir virkni barnanna og færslu á svæðinu.

Leikurinn er nokkuð einfaldur en nú þurfa börnin að tileinka sér reglur enn frekar. Ef barnið „dettur“ í sjóinn fær það eitthvað verkefni að leysa til að geta tekið aftur þátt. Leikurinn eflir sjónskyn, rúmskyn, vöðva- og liðamótaskyn og snertiskyn. Jafnframt örvar leikurinn hopp, stökk, göngu, skrið og samhæfingu barnanna.

Færniæfingar – 20 mín

Færniæfingar með lokum

Hvert barn fær tvö lok til að vinna með.

- Hafa lok á höfði og ganga um án þess að missa lokið.
 - heilsa þeim sem mætt er.
 - setjast niður og standa upp.
 - leggjast á kvið og standa upp
 - leggjast á bak og stand upp
- Ganga frá A til B á lokunum án þess að snerta gólf. Færa annað lokið alltaf fram og hoppa á milli.
- Skíða á lokum frá A til B (skíðamaður)
- Skíða á lokum og beygja sig í hnám
- Skríða með lok á baki frá A til B (björn)
- Setja lok á milli hnánna og hoppa frá A til B (kengúra)
- Skríða á lokum frá A til B – bara snerta lokin en ekki gólf (hundur)

Leiðbeinandi hefur sjálfur tvö lok til að sýna og gefa munnleg fyrirmæli um leið.

Hvert barn hefur lok sem hæfir stærð þess. Lok geta verið mjög mismunandi og því má skala þau eftir stærð barnanna.

Gætið ávallt að öryggi barnanna sérstaklega ef undirlagið er mjög sleipt.

Gefið börnunum tækifæri til að koma með hugmyndir sjálf af æfingum. Lokin bjóða upp á mikla möguleika til hreyfingar.

Í færniæfingunum með lokin er markvisst unnið með grunnhreyfifærni barnanna, skríða, ganga, hoppa og jafnvægi. Jafnframt er unnið með þol, styrk, liðleika og útsjónasemi í færniæfingunum.

Færni til framtíðar



Niðurlag – 5 mín

Leikur: Ferðalag boltans

Hvert barn fær eldhúspappírshólk sem er klofinn í tvennt og myndar þá hálfhring. Markmiðið er að láta lítinn bolta ferðast hringinn á milli barnanna í hólkunum án þess að missa hann í gólfið. Setjast í hring í lokin og ræða um verkefni tímans.

Barnið heldur um hólkin sinn með báðum höndum og má aðeins nota hólkin til að láta hlutinn ferðast til næsta barns.

Leikurinn örvar rúmskyn, sjónskyn, jafnvægisskyn og vöðva- og liðamótaskyn. Leikurinn ýtir undir samvinnu barnanna, samhæfingu auga og handa og útsjónasemi.



Embætti landlæknis