

# Tevékenységek gyűjteménye

## A finommotorika fejlesztése



**Készítette: Balla Ágnes**  
**gyógypedagógus**

**Ahhoz, hogy a finommotoros készség fejlesztéséről beszéljünk, tudnunk kell, hogy tulajdonképpen mit is nevezünk motoros készségnek.**

„A motoros készség, olyan megtanult képesség, amely előre meghatározott mozgási eredményt eredményez a legnagyobb biztonsággal. A motoros tanulás a készség teljesítésének, képességének viszonylag állandó változása a gyakorlat, vagy tapasztalat eredményeként. A teljesítmény egy motoros képesség végrehajtásának cselekedete. A motoros készségek célja az, hogy optimalizálják a képességeket a siker, a pontosság és a teljesítmény sebességének teljesítéséhez, és csökkentsék a teljesítményhez szükséges energiafelhasználást. Egy adott motoros készség folyamatos gyakorlása jelentősen javítja a teljesítményt, de nem minden mozgás jár motoros képességgel.” ( [https://en.wikipedia.org/wiki/Motor\\_skill](https://en.wikipedia.org/wiki/Motor_skill) utoljára megnyitva: 2019. 07. 30.)

**Tehát a motorikus készségek az egész test mozgásáról gondoskodnak.**

## A motoros készségek típusai

- a nagymotoros készség
- a finommotoros készség

A **nagymotoros készségek** vesznek részt a karok, lábak és más testrészek mozgásában és koordinációjában. Olyan tevékenységeket foglalnak magukban, mint a futás, mászás és úszás.

A **finom motoros készség** közismertebb nevén ügyesség, **testünk kisebb részeinek (ujjak, szemek, száj) apró, finom, koordinált mozgása**, a mozgás során az izmok összehangolása a szemmel, látással – a kéz és az ujjak, illetve a láb mozgásának összehangolása (szem-kéz koordináció; szem-láb koordináció).

A finom motoros készségek segítik az intelligencia növekedését és folyamatosan fejlődnek az emberi fejlődés minden szakaszában .

A nagymozgások érésével tovább tud fejlődni a finommotorika is, hiszen stabil járáskor, futáskor már nem kell a kezeket egyensúlyozásra használni, így külön manipulációra használhatóak.

A finommotorika (kézügyesség) fejlesztése nagyon fontos a gyermekek mozgásfejlődése szempontjából, mivel ezekből az egyszerűbb mozgásokból épül fel minden (későbbi) összetett mozgásforma. (forrás: <http://www.otthonifejlesztés.hu/motoros-kepessegek/finommotorika-fejlesztése-dominancia-gyakorlatok> utoljára megnyitva: 2019. 07. 30. ; Alapozó terápiaák:Törzsanyag)

#### A finommotorika fejlesztés céljai:

- *grafomotoros* készség fejlesztése
- *szem-kéz koordináció* kialakítása, fejlesztése, automatizálása
- független *ujjmozgások* kialakítása
- a megválasztott dominancia/oldal megerősítése

A fejlesztés megkezdése előtt/alatt érdemes előkészítő gyakorlatokat végeztetni. A testrészek mozgásainak függetlenítése is a finommotorika fejlesztése. Ezeket a területeket a legjobb mondókázáshoz kötött mutogatásokkal gyakoroltatni. Bármely mondóka kísérhető általunk kitalált mozdulatsorokkal, a javaslat azonban az, hogy egy mondókához mindig ugyanazokat a mozdulatokat végezzük. Nem kell félni, hogy a gyermekek elunják, ha ismert dolgot hallanak, az számukra biztonságot jelent és az ismerős tevékenység végzése sikerélményt biztosít.

#### **Az érintett területek:**

1. **nyak moztatása:** előre-, hátradöntés, oldalra hajlítás, fejfordítás jobbra – balra
  - eldöntendő kérdésekre válaszolgatás fejbiccentéssel
    - voltál ma... igen, igen, igen vagy nem, nem, nem
    - ettél ma...
    - láttál már...
    - kaptál már...

2. **hát, törzs mozgatása:** törzsdöntés előre – hátra – oldalra, törzsfordítás jobbra -balra, törzskörzés (harangozás)

- o Fújja a szél a fákat (*lengetjük a baba két karját*)  
Letöri az ágat, reccs! (*hirtelen leengedjük a kezét, esetleg lehajolunk*)
- o Húzz, húzz engemet, (*egymás húzogatósa*)  
Én is húzlak tégedet,  
Amelyikünk elesik,  
Az lesz a legkisebbik.

3. **váll mozgatása:** vállfelhúzások, váll előre és hátra húzása, karemelés előre – hátra – oldalra, nyújtózások, karkörzések előre – hátra (páros karkörzés, malomkörzés)

- o Itt a szemem, itt a szám, (*érezkszervre mutató*)  
ez meg itt az orrocskám.  
Jobbra, balra két karom, (*karnyújtás oldalra*)  
forogtom, ha akarom. (*karok forgatása*)  
Két lábammal felállok, (*lábra mutató*)  
ha akarok, ugrálok! (*szökkdelés*)
- o Lassan forog a kerék,  
Mert a vize nem elég,  
Gyorsan forog a kerék,  
Mert a vize már elég. (*karkörzés, alkarkörzés a test előtt majd mögött, ujjkörzés, ujjmotolla*)

Nagyobb gyermekeknél lehet összeállítani szeriális sorozatokat a váll mozgatására.pl.:

- vállak egyszerre fel, le
- Bal váll fel, le, jobb váll fel, le
- Bal váll fel (marad), jobb váll fel (marad), bal váll le, jobb váll le.

Ha ezek így mennek egyre bonyolultabb sorok rakhatók össze pl. hányszor mozog csak a bal, mikor hányszor jön a jobb stb. Ezek a szeriális sorok kiváló homloklebeny gyakorlatok is egyben, melyek a figyelem folyamatos fenntartását igénylik.

4. **könyök mozgatása:** karhajlítás, alkarfordítás, alkarkörzés (közben a másik kezünkkel megfogjuk a könyökünket)

- Lassan forog a kerék,  
Mert a vize nem elég,  
Gyorsan forog a kerék,  
Mert a vize már elég. (*alkarkörzés*)
- Pista Bácsi fűrészsel,  
Dolgozik a fűrészsel  
Húzza, tolja, húzza, tolja,  
Most a bükköt darabolja! (*fűrészelő mozdulatot végzünk*)

5. **csukló mozgatása:** fordítások, forgatások, csuklójajlítás előre – hátra – balra – jobbra

- Töröm, töröm a mákot  
sütök véle kalácsot.  
Apának, Anyának,  
Meg a pici fiának
- Töröm, töröm a mákot,  
sütök vele kalácsot.  
Megzsírozom, megvajazom,  
ha kisült, majd neked adom!
- Töröm, töröm a mákot,  
sütök neked kalácsot.  
Ica tolla motolla  
neked adom.....(a gyermek neve)!

6. **ujjak mozgatása:** ujjak nyújtása – hajlítása, ujjak nyitása – zárása, ujjkörzések, ujjakkal húzás – tolás, hüvelykujjal a többi ujj érintgetése

- Ez elment vadászni,  
Ez meglőtte,  
Ez hazavitte,  
Ez megsütötte,  
Ez az icike-picike mind megette.  
Kerekecske-dombocska,  
Itt szalad a nyulacska!
- Hüvelykujjam almafa,  
Mutatóujjam megrázta,  
Középső ujjam felszedte,



Gyűrűs ujjam hazavitte,  
Kicsi ujjam mind megette,  
megfájdult a hasa tőle.

- Kicsi kövér Hüvelykapó,  
Mellette van mutató,  
Langaléta hosszú bátyja,  
Meg a kisebb fiacskája,  
Pöttöm Jancsi itt a végén  
Kicsi babám kezeckéjén.
- Ujjaimat tornáztatom,  
közben szépen mondogatom.  
kifordítom, befordítom,  
fölfordítom, lefordítom,  
zongorázom, furulyázom,  
ujjaimat összerázom.  
Ügyesebb lett a kezem,  
a tornát be is fejezem.

<http://mondokatar.blogspot.com/2008/09/jtk-az-ujjakkal.html>

az oldal utoljára megnyitva 2019. 08. 04.

- Csip-csip csóka, *(ujjal összecsapentjük a társ kézfejének bőrét, fel-le vak varjúcska. mozgatjuk a kezeket)*  
Komámasszony kéreti a szekerét,  
nem adhatom oda, tyúkok ülnek rajta.  
Hess, hess, hess! *(elengedve a kezeket legyezőnk)*
- *Lehullott egy falevél (magastartásból lassan leengedjük a kezét),  
szelek szárnyán útra kél. (a kezével a szálló levelet imitáljuk)  
Hegyen, völgyön átrepül, (a két karját körbe forgatjuk)  
ha elfárad lecsücsül. (a két karját gyorsan leengedjük)*

<https://www.kismamablog.hu/mozgasfejlodes/mozgasfejlesztes-mondokakkal>

az oldal utoljára megnyitva 2019. 08. 04.

## 7. összetett gyakorlatok:

- fekvő nyolcasok rajzolása táblára, papírra, levegőbe (karral és törzssel, szalaggal),

- gördeszka hajtása hason fekve – térdelve – ülve,



- bordásfalgyakorlatok,



- labdagyakorlatok, célba dobás, labda célba juttatása lábbal



- talicskázás

Ezek a tevékenységek az óvodai mindennapos testnevelésbe ill. a testnevelés órákon kívül, az órai lazító, frissítő mozgásokba illeszthetők be a legjobban.



A továbbiakban olyan mindennapos, a hétköznapokban is végezhető feladatokhoz szeretnék ötleteket nyújtani, melyek nem keltik a fejlesztés érzetét, csupán közös tevékenység, játék a gyermekkel, a hatása azonban jelentős. Az ötleteket leírhattam volna egyszerű felsorolással is, de tudom, hogy az információk sokkal jobban megmaradnak, bevésődnek, ha azt nem csak olvassuk (halljuk), hanem látjuk is. A másik ok, hogy elképzelhető, hogy egyes játékokat mint pl. „macskabölcső” más néven ismertek, mint ahogy azt én használom.

Az egyes tevékenységeknél igyekszem megjelölni, hogy a **finommotorika fejlesztése mellett** mely területeket fejleszti még, ezek a:

- finommotorika – **fm**
- szem-kéz koordináció - **sz-k**
- szem-láb koordináció - **sz-l**
- szerialitás - **sze**
- végtag függetlenítés - **vf**
- taktilis ingerlés - **ti**
- szocializáció-együttműködés - **szo**
- logikai gondolkodás - **lg**

**Az ujjak, kezek mozgásának ügyesítése, finomítása:**

- **tésztagyúrás, közös sütés, gyúrmázás** alkalmával az anyag

- o nyomkodása,
- o puhítása,
- o lapítása,
- o csipkedése,
- o sodrása,
- o hengerítése,
- o gömbölyítése
- o kéznyomat készítése



A tenyér és az ujjak taktilis ingerlése amellet, hogy sok tapasztalat szerzésére ad alkalmat, az idegpályák „behuzalozására”, bejáratására is alkalmasak. A nyomás, nyomóerő megtapasztaltatásának legjobb tere. (fm,sz-k,vf),



<https://sokszinuvidek.24.hu/otthon-keszult/2016/11/28/3-egyszeru-recept-amivel-a-legmeghatobb-karacsonyi-ajandekot-keszithetjuk/>

<https://mx.depositphotos.com/150120030/stock-photo-mother-cooking-with-kids-in.html>

<http://hegyhati.lapunk.hu/?modul=blog&p=19>

a képek letöltése: 2019. 07. 31.

#### - **nemezelés**

Szintén egy erőteljes taktilis inger, mely a csúszós, sikamlós, habos élmények megtapasztalása mellett kiváló alkotó folyamat. Ügyesíti a gyermek kezeit, jelen van a szem-kéz koordináció és a fantázia kiteljesedésének nyújt tág teret. (fm,sz-k,vf),



<https://emuska.wordpress.com/2013/05/08/nemezelt-tulipanok-anyak-napjara/>

a képek letöltése: 2019. 07. 31.

#### - **festés ujjal, tenyér/talpnym készítés.**

A különböző anyagokba nyúlkalás, maszatozás a gyermek ösztönös tevékenysége, s egyben az első játékainak egyike lehet. A nyomatok tovább gondolása igazi alkotó folyamat. Fejlesztő hatása a szem-kéz koordinációra épp úgy kiterjed, mint a finommotorika fejlesztésére.



<http://akebiaiatek.blogspot.com/2014/02/ujjfestes-minden-mennyisegben.html>  
[https://www.babaszoba.hu/articles/kisgyerek/Ujjnyomda\\_Jatek\\_kezzel-labbal?aid=20160101110012](https://www.babaszoba.hu/articles/kisgyerek/Ujjnyomda_Jatek_kezzel-labbal?aid=20160101110012)  
 a képek letöltése: 2019. 07. 31.

- **rajzolás homokba, grízbe, lisztbe, vastag krémbe**

Jelentősége az ujjacskák ügyesítése mellett a különböző textúrájú anyagok megismerésében, megtapasztalásában van. Egészen kiskortól kezdve nyújthat élményt gyermekeinknek. Az írástanítás során egyre többen alkalmazzák, hogy a gyermek nagyméretben írva, gyakorolja a betűk alakítását. A különböző anyagok tapintása az ismeretszerzés egyik lehetséges útja.



<https://hu.depositphotos.com/114957792/stock-photo-sand-drawing-studio-shot.html>  
<https://szeretet.freewb.hu/kepek-a-szeretetrol/>  
[http://kateteka.hu/12-homok/homok\\_rajzolo-talca/](http://kateteka.hu/12-homok/homok_rajzolo-talca/)  
 a képek letöltése: 2019. 07. 31.

- **Gyöngyfűzés, gyöngyvasalás**

A három ujjal fogás gyakorlására az egyik legismertebb tevékenység a gyöngyfűzés. Kis korban ez nem csak a lányok kedvelt tevékenysége lehet, hanem szívesen végzik a fiúk is, ha a kellékeket kellően izgalmasan válogatjuk össze. pl. fűzhetünk

- o WC gurigából levágott papírcsíkokat



- o csőtésztát hurkapálcára, később zsinórra

A variációk tárháza széles, érdemes szem előtt tartani, hogy eleinte merev alapra (pl. hurkapálca) fűzessünk nagy lyukú, jól megfogható tárgyakat, később lehet nehezíteni a feladatot kisebb lyuk, rugalmas fűzőszál.

A gyöngy vasalásnál, az apró elemek megfogásában van a fejlesztő hatás, mindamelllett, hogy szintén csak az alkotó fantáziája szab határokat.



<https://varazstappancs.hu/termek/bigjigs-bb090-viragos-fuzocske/>  
<https://www.gyongyvasar.hu/index.php?mode=blog&post=5-bevalt-modszer-es-a-gyongyfuzes-elsopro-siker-lesz-a-taborban>  
<https://www.hogyan kell.hu/Haszn%C3%A1lni%20a%20vasalhat%C3%B3%20gy%C3%B6ngy%C3%B6t>  
 a képek letöltése: 2019. 07. 31.

## - Papírtépes,-vágás, hajtogatás

**Gyakran mondjuk a gyermeknek, óvatosan, ne tépd el.** De honnan tudná mit jelent az, hogy óvatosan, és mennyire húzhatja, hogy még ne szakadjon.

Játsszuk vele az ellenkezőjét, szabadjon szakadni. Aztán az összetépett papírból készülhet papírmasé, összegömbölyítve (újabb mozgás, amivel ügyesednek az ujjak) vagy akár csak a tépett darabbal lefedhetünk formákat (3 ujjal csippent fogás közben), készíthetünk képeket.

A **vágással** is nagyon későn ismerkednek meg a gyerekek, pedig fontos fejlesztés és roppant jó játék. Gyermekként még szabadidőnkben sorra vágtuk a „terítőket”, ma ez már nem számít játéknak, maximum egy alkalommal, rajz vagy technika órai feladatnak.

A **hajtogatás** szintén kicsit „mostoha” a mai gyermekek repertoárjában. A pontos hajtások, élezések, újabb hajtások, a fő téma, a finommotorika fejlesztés mellett



jelentős szerepet tölt be a szerialitás fejlesztésében és mindvégig igényli a szem-kéz koordináció meglétét.



<http://zsorika.hu/?p=3950>  
<http://czugizsu.blogspot.com/2010/04/ujrapapir.html>  
<http://manokucko.hu/pillango-hajtogat-as-lepesrol-lepesre/>

a képek letöltése: 2019. 07. 31.

#### - Apró tárgyak, termények rakosgatása (akár lábbal is), csipeszelés

A gyermek életkorával egyenes arányban csökken a pakolgatásra, rakosgatásra szánt tárgyak mérete. A méret csökkenésével arányosan változik a mozgás finomsága.

A kicsi gyermek először marokfogással pakolja a tárgyakat ki-be. Később már csak az ujjacskáit használja, majd ezt követi az eszközös pakolgatás, amikor a csipeszt adunk a kezébe és annak a méretét fogjuk csökkenteni. Végig jelen van a finommotorika a szem- kéz koordinációval karöltve és nagy szerepet kap a testrészek mozgásának függetlenedése azáltal, hogy a teljes törzsfordítással kísért mozgás, leszűkül a karok, alkar, később a csukló mozgására.

A beszűkült mozgásigény (gép előtt,-géppel a kézben a fotelban ülve) sajnos nagy mértékben korlátozza a gyermekeket abban, hogy ösztönösen vezérelt mozgások során fejlődjenek.



<https://www.gyulaihirlap.hu/110693-meses-vetelkedo-az-implom-iskolaban>  
<https://jogazoom.blogspot.com/2018/10/>  
<https://amiovink.hu/bolcsode/fenykepek/>

a képek letöltése: 2019. 07. 31.

- **Homokozás, homok lapátolás, homok töltögetése egyik edényből a másikba.**

A mozgások pontosítása (pont a vödörbe hulljon), szem-kéz koordináció és taktilis ingerlés.



[https://www.babaszoba.hu/articles/gyerek/Komoly veszelyt rejt a teng erparti\\_homokozas?aid=20160721203537](https://www.babaszoba.hu/articles/gyerek/Komoly veszelyt rejt a teng erparti_homokozas?aid=20160721203537) a kép letöltve 2019. 08. 04.

- **Fűzés, szövés, körmöcskésés**

Fel-fel bukkannak néha ezek a tevékenységek, de hamar veszítenek is a népszerűségükből, pedig az ujjacskák ügyesítésének nagyon jó színterei. (fm, sz-k, sze)



<http://czugizsu.blogspot.com/2012/01/szoves.html>  
<https://anapfenyillata.cafeblog.hu/2014/08/05/kormocske-fillerekbol-hazilag/>

<https://szinesotletek.blog.hu/tags/k%C3%B6rm%C3%B6cske>

<https://www.fonallak.hu/zsinor-1013>

a képek letöltése: 2019. 07. 31.

- **kupakok le és felcsavarása**

Válogassunk össze különböző záródású és méretű üveget, tégelyt és keverjük össze a kupakokat. Jó játék kiválogatni és felcsavarni (fm, sz-k, lg)

A kupakok sok játékra adnak lehetőséget mely azáltal, hogy minden alkalommal meg kell fogni őket a kezeket-ujjakat ügyesíti.

- válogathatjuk színek vagy méret szerint őket (fm, sz-k,)



saját kép



a képek forrása a Pinterest

- készíthetük hozzá formabedobót, formaegyeztetőt (fm, sz-k,)





- lehet belőle gombfoci csapat (fm, sz-k,szo,)



<https://apk.games/button-football-2016/hu>

- pöckölhetünk célba



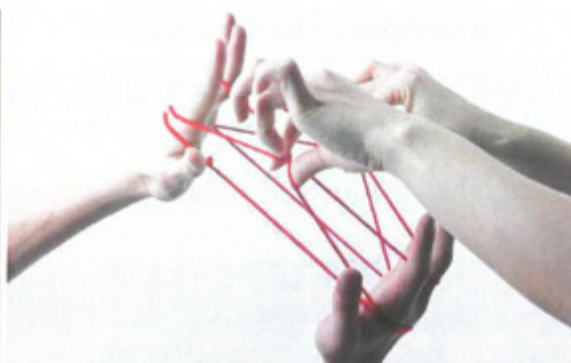
<https://gyereketeto.hu/jatekok/modern-gombfoci-nyomtathato-focikapu/>

- számolhatjuk, csoportosíthatjuk őket (lg)
- **gumizás, macskabölcső** (fonalátvevős játék):

Ügyesíti a csukló és a csippentő ujjacskák mozgását, jó tónust ad a madzag feszítése révén

Néhány anyuka és a fiatal nagymamák még biztosan ismerik mindkét játékot. Gyermekkorunk iskolai szüneteinek elmaradhatatlan kellékei, melyek a célcsoport mellett az együttműködési készséget, alkalmazkodást is fejlesztették és a lányok részére lehetőséget biztosítottak a szem-láb koordináció fejlődésére.

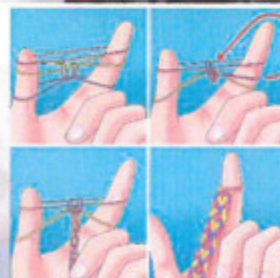
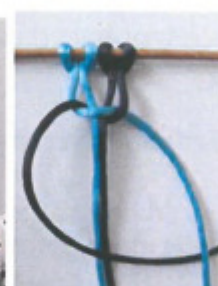
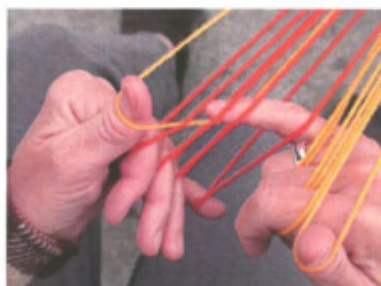




[http://szodasszifon.co.hu/cikk/id/gumizas\\_milyen\\_jo\\_jatek\\_volt\\_es\\_lehet\\_meg\\_ma\\_is\\_160418](http://szodasszifon.co.hu/cikk/id/gumizas_milyen_jo_jatek_volt_es_lehet_meg_ma_is_160418)  
<https://24.hu/light/2016/04/13/a-mai-facebook-generacio-miatt-fog-kiveszni-a-cernalevevos-jatek/>  
 a képek letöltése: 2019. 08. 01.

- **Ujjfonás, fonatok készítése (haj,fonal...) makramézás, kötés, horgolás** illetve a már gyermekeink által is ismert **gumikarkötő készítés**

Ezek a tevékenységek amellet, hogy ügyesítik az ujjak mozgását, segít azok mozgásának függetlenítésében és végig jelen van a szem kéz koordináció.



<https://www.pinterest.it/pin/53198839320445597/>  
<https://cosmopolitan.hu/szepseg/2014/10/29/fonat-utmutato-13-fonas-lepesrol-lepesre/>  
<http://gombocska.hu/makrame/>  
<https://fonalda.com/blog/projekt-kezdes-lazan-vagy-szorosan>  
<https://moovieton.ru/hu/braiding/bracelet-of-rubber-bands-fish-tail-how-to-make-braiding-of-a-bracelet-fish-tail-of-rubber-bands-video-and-photo/>  
 a képek letöltése: 2019. 08. 01.

### - Kártyázás, kártyavár építés

Bizony figyelem és koncentráció nélkül nem készülhet el egy kártyavár, de a finommotorika hiányában sem. Kevés eszköz ami zsebben is elfér és izgalmas időtöltés kicsinek és nagynak egyaránt.



<https://www.imgrum.pw/media/1977621529432759831>  
<https://www.moksha.hu/muvhaz/gool-focis-kartyajatek-nem-csak-esos-napokra>  
a képek letöltése: 2019. 08. 01.

### Ötletek leírások saját készítésű finommotorika fejlesztő játékokhoz.

A finommotorika fejlesztését fontos területnek tartom, ezért fejlesztői munkámban sokszor használok saját készítésű eszközöket.

Ezekből szeretnék bemutatni néhányat:

#### 1. Színegyeztető-válogató játék. Az ötlet a Pinterestről származik.

Fejlesztési területek: fm, sz-k, 3 ujjas fogás, színek



saját kép



a képek forrása a Pinterest

Az alap egy felnyitható tetejű cipősdoboz. Erre (mérettől függően) 6 vagy 8 kört rajzolunk, majd a köröket kivágjuk. Csak akkora köröket szabad rajzolni, hogy a gyermek keze ne férjen át rajta, mert jártam úgy, hogy a beledobott kupakot ezen a nyíláson keresztül szeretne volna a gyermek visszavenni.

A lyukak szélét a válogatásnak megfelelően színezzük, díszítjük. A belsejében kartonlapokkal annyi rekeszt alakítsunk ki, ahány nyílásunk van. Így a dobozt felnyitva ellenőrizhetjük a gyermek megoldását. A finommotorika fejlesztésén kívül a színeket is lehet vele tanítani.

## **2.Kupakos formabedobó (saját ötlet)**

Fejlesztési területek: fm, sz-k, 3 ujjas fogás

Az alap egy átlátszó falú műanyag tároló. Az enyém egy boltból származik, ahol rágógumi volt benne. A tetején olyan méretű nyílásokat, téglalapokat vágtam ki, hogy az oldalára fordított kupakokat lehessen beledobni. Különböző átmérőjű és magasságú kupakokat gyűjtöttem hozzá, a szín itt nem játszik szerepet. Egészen kis kortól lehet vele játszani.



saját kép



### 3. Golyó dobáló (ötlet Pinterest)

Fejlesztési területek: fm, sz-k, 3 ujjas fogás, hallási differenciálás



saját képek

Az alap egy műanyag, felnyitható mosókapszulás doboz. A mezőgazdasági boltban gégecsövet vettem hozzá, ez különböző méretekben kapható. A cső átmérőjének megfelelő méretű lyukat vágtam a tetőre és a csövet úgy tettem bele (fontos, hogy szorosan illeszkedjen), hogy a tetőt lecsukva ne érjen le a doboz aljáig, felül viszont 6-8 cm kiálljon. Kis tálkában üveggolyókat teszek mellé, abból kell a csövön keresztül a dobozba szórni. A különböző textúrájú anyagoknak más-más a hangja így a későbbiekben úgy is használható a játék, hogy azt kell kitalálni, milyen golyót dobtunk bele (üveg,-műanyag,-vas,-zsenília...stb)

### 4. Pálcika válogató

Fejlesztési területek: fm, sz-k, 3 ujjas fogás, színek

Az alap az előzőekben is említett mosókapszulás doboz. Szükségünk lesz még egy egyenes falu joghurtos dobozra és számoló pálcikákra.

A doboztető egyik oldalán körbe rajzoltam a joghurtos doboz alját és kivágtam a megfelelő lyukat, hogy a dobozt bele tudjam tenni. Ebbe kerülnek a számolópálcikák.



A tető másik oldalán négy kis nyílást vágtam, amibe beleférnek a pálcikák. A nyílások szélét a pálcikák színének megfelelően körbe rajzoltam. Az ellenőrzés segítéséhez belül ez is rekeszekre osztható kartonlapokkal.



saját képek

### 5. Összeadás gyakorló (saját ötlet)

Fejlesztési területek: fm( bár nem ez az elsődleges), sz-k, 3 ujjas fogás, matematikai képességek

A már említett mosókapszulás doboz, kettő db gégecső, számkártyák és golyók segítségével készült az összeadás tanítását segíteni hivatott eszközöm.

A doboz elé letesszük a számok képét pl.:  $3+5$ , és a csöveken keresztül a számok értékének megfelelő számú golyót dobunk be. Kétféle színű golyót használunk. Az összeadás eredményét a tető felemelése után számolással ellenőrizhetjük.



saját képek

## 6. Gombolós (forrás Pinterest)

Fejlesztési területek: fm, sz-k, sze, 3 ujjas fogás,

Évek óta használom ezt a kimondottan finommotorika fejlesztésre használható, praktikus, azonban egyszerűen elkészíthető játékot.

Amire szükség van:

- különböző színű filcanyagok (tetszés szerinti színekben)
- 1-1,5 cm széles selyem szalagok
- gombok

A filcanyagból egyforma méretű négyzeteket vágunk. A négyzetek közepébe a szalag szélességénél 2-3 mm-el nagyobb nyílást vágunk. A szalagok egyik végére felvarrunk egy négyzetet háromszög formára hajtva (ez akadályozza meg, hogy a felfűzött négyzetek lecsússzanak), a másik végére pedig rávarrjuk a gombot.

Feladat a négyzetek felfűzése a szalagra. Tapasztalatból mondom, nem egyszerű feladat ez még a nagycsoportos gyermekek többségének sem.

A feladat nehezíthető, ha különböző szeriális (sorrendű) sorok fűzése a feladat.



saját képek

## 7. Gumizós (forrás Pinterest)

Fejlesztési területek: fm, sz-k, sze, jobb-bal differenciálás, testkép,



saját képek

A színes hajgumik felhasználásának egy szokatlan módját mutatom be. Sokoldalú fejlesztés valósul meg a játék során. Kétféleképpen szoktuk játszani, a kép a második variáció játéka közben készült.

Az első variáció, a csak gumit igénylő játék akkor játszható, ha már ismerik az ujjaink nevét és többé-kevésbé tisztában vannak a jobb és bal irányokkal.

Törökülésbe ülünk és középre tesszük a gumikat.

Tegyél egy zöld gumit a ... pl. jobb kezed középső ujjára

Gyorsan elveszük a kiválasztott színt és a lábak takarásában ujjunkra húzzuk a gumit.

A kezek maradnak elbújtatva a lábak között. Jön a következő és ő mond egy variációt.

Addig folytatjuk, amíg beazonosítható mennyiségű gumi kerül az ujjainkra.

Ellenőrzésként összehasonlítjuk az egyik, majd a másik kézen lévő gumik színét, helyét és számát. Nehezíthető a játék olyan feladatok adásával, ha több ujjunkra kell felhúzni a hajgumit pl. tegyél egy kéket a bal kezed középső és mutató ujjára.

A második variáció több eszközt igényel, ehhez kártyákat készítettem, ahol a jobb és bal kéz adott ujjain színnel jelöltem a gumik helyét.

Ebben az esetben egy egyszerű másolás a feladat. Ezt a gyermekek már akkor is meg tudják oldani, ha még nincsenek tisztában az ujjaink nevével és a jobb és bal irányával.



## 8. Gumizós II. (egy bolti játék megvalósítása saját ötlet alapján)

Fejlesztési területek: fm, sz-k, sze,

Az alap egy fűzős játék, amiben egy pálcára lehet különböző színű fagyöngyöket felfűzni.

A saját variációk kitalálásának hátterében az áll, hogy a csoportos foglalkozásokon egyszerre több gyermek kezébe adhassak eszközt. A kicsiknek köztudottan mindig az kell, ami a társuknál van, a fejlesztés értékes perceit nem szeretem azzal elvenni, hogy belátásra bírjak egy gyermeket (bár valljuk be ez is nagyon fontos), inkább kigondolom, hogyan lehetne kevesebb pénzből több gyermek kezébe, jó eszközt adni.

Ehhez a játékhoz a gumik adottak voltak, így az nem jelentett újabb beruházást. A fűzőpálcák elkészítése sem okozott különösebb gondot.

Barkácsboltban vásárolható „tipli pálcákat” azonos hosszúságúra vágtam és a végét kicsit megfaragva nagy fagyöngyöt ragasztottam mindegyikre. Elkészítettem hozzá a feladatkártyákat és indulhatott a játék. A kártyán jelölt megkezdett sort kellett a pálcára felfűzni és a felismert szabálynak megfelelően folytatni.



saját kép

## 9. Formakirakó mintalapok

A legegyszerűbb feladat, ha apró terményekkel előre rajzolt minták vonalát rakjuk ki. Ehhez bármilyen forma jó, csak arra érdemes figyelni, hogy minél kisebb a gyermek annál nagyobb legyen az előrajzolt minta és a kirakáshoz szükséges eszköz.

Lehet ez gomb, bab, magok.

Kedvencem a keksz, M&M, mazsola, mert a jól végzett munka jutalma, hogy meg lehet enni a „játékot”.



a képek forrása a Pinterest

## 10. Ovis olvasás

(fm, irányok, színek, olvasási irány balról jobbra, fentről le, helyhatározók, síkbeli tájékozódás, sorszámnevek, tőszámnevek)

Tojástartó, színes kupakok és feladatkártyák kellene hozzá. A feladatkártyák kézzel is megrajzolhatók, én géppel szoktam szerkeszteni, laminálni, mert így esztétikusak és „örök” darabok.

A feladatok nehezíthetők és amellet, hogy a kupakokat sokszor kell megfogni, tehát finommotorika fejlesztő, nagyon sokrétű, komplex fejlesztés valósul meg a játék során. Első fokozat: A kupakokat a kártyán megjelölt helyre kell tenni. Ezt utána el kell olvasni (pl.: kék, fehér, üres, zöld,...stb)

Kérdéseket lehet feltenni:

- mi van a kék alatt, fölött, előtt, mögött
- mi van az első ( második) sor 2. (bármelyik) helyén

- mi van az alsó sor...
- mi van a felső sor...
- hol van a piros
- milyen van a pirostól jobbra, balra... stb

Következő fokozat, hogy szóbeli instrukciók alapján kell kirakni a kupakokat:

- tegyél egy pirosat a 2.sor 3. helyére
- felette; felette balra; felette jobbra legyen egy világoskék
- a világoskék előtt egy .... legyen és a végén a feladatkártyáról vissza lehet ellenőrizni, hogy jól sikerült e a megoldás.

Ez a kedvenc „saját” eszközöm, mert beruházás nélkül sok területet fejleszt, a kicsiknek pedig hatalmas sikerélmény, hogy tudnak olvasni, és tapasztalatból mondom, nagyon sokszor lehet elővenni, mert nem unják meg.

Ha pedig megunták? Senki nem fogja sajnálni, mert nem egy több ezer forintos játék porosodik a polcon.



saját kép



### Házimunkák:

Sajnos ebben a felgyorsult világban, amikor mindenki rohan, nem jut idő olyan tevékenységekre, amelyek még akár 40-50 évvel ezelőtt is teljesen természetesek voltak. Ezek a házimunkák, a mindennapi rutinnal járó feladatok.

Gondoljunk csak arra, hogy anyaként sokszor örülünk, ha senki nem lábatlankodik a konyhában, mert akkor gyorsabban haladunk az ebéd-vacsora elkészítésével. Ilyen a másik, teljesen általános példa, ami szinte mindenkivel megesik, hogy a gyermek nem tud önállóan öltözni, gombolni, cipőt kötni, mert sajnos a reggeli rohanásban sokkal egyszerűbb a gyermekre futtában ráhúzni mindent, mint kivárni, amíg ő maga elkészül. Természetesen akadnak olyan munkafolyamatok is amelyeket ma már sokkal ritkábban végzünk, ilyen például a seprés, amit felváltott a porszívózás.

- tojásfehérje és sárgája szétválasztása –finommotorika (fm), - szem-kéz koordináció (sz-k), - a két végtag mozgásának függetlenítése (vf)



<https://www.origo.hu/tafelspicc/20171214-igy-valassza-szet-a-tojast-konnyen-es-egyszeruen-jamie-oliver-tippek-trukkok-konyhai-tippek.html>

a kép letöltve 2019. 08. 04.

- tojás felverése villával (fm; sz-k;)



<https://www.origo.hu/tafelspicc/20160809-rantotta-ferfimunkagyereknek-szalonna-paprika.html>

a kép letöltve 2019. 08. 04.

- hámozás (fm; sz-k;)



<https://www.tudasfaja.com/ezzel-a-modszerrel-pofon-egyszeru-lesz-krumplit-hamozni-ezt-a-modszert-mi-miert-nem-tudtuk/>  
a kép letöltve 2019. 08. 04.

- öltözés, annak sorrendje (a szerialitációs feladatvégzés alapja)



<https://napocska.hu/gyermekunk-onallosodasanak-első-lepesei/>  
a kép letöltve 2019. 08. 04.

- cipőfűzés, -kötés, csomó-, masnikötés (fm; sz-k; térlátás (tl))



<https://gyereketeto.hu/betutanitas/minden-hetre-egy-betu/>  
a kép letöltve 2019. 08. 04.

- gombolás (fm; sz-k;)



<https://napocska.hu/gyermekunk-onallosodasanak-első-lepesei/>  
a kép letöltve 2019. 08. 04.

- seprés: onnan- ide, koordinált mozgással, megfelelő erővel(mozgáskoordináció, sz-k;)



<https://www.fiskars.hu/termek/kerteszkedes/sepruk-es-kulteri-takarito-eszkozok> a kép letöltve 2019. 08. 04

- teregetés, csipeszelés

A ruhacsipesz más elven működik mint a cukorcsipesz, azt is meg kell tanulni, hogy szorítani kell ahhoz, hogy a csipesz kinyíljon, elengedjen. Ez a tevékenység általában csak direkt feladatokon keresztül gyakoroltatható.



<https://femina.hu/otthon/szabadban-tereges/>

<https://www.bien.hu/otthon-kikapcsolodas/haztartasi-praktikak/fagyponnal-alatt-gyorsan-szaradnak-kint-a-ruhak-hogy-lehet-ez/117040>  
a képek letöltve 2019. 08. 06.

Biztosan mindenki tudna hozzátenni olyan lehetőségeket, feladatokat, amiket én nem soroltam fel, de a céloom pont az volt, hogy ötleteket adjak, ami változatlan formában, vagy tovább gondolva azt, kollégáknak, szülőknek, nagyszülőknek segítséget jelenthet a gyermekekkel való foglalatosság közben.



Azoknak, akik nem szeretnek barkácsolni, de szeretnének a gyermekeik kezébe fejlesztő hatású feladatlapot, játékot adni néhány ötlet:

- [https://www.okosjatek.hu/finommotorika\\_fejlesztese\\_jatekosan](https://www.okosjatek.hu/finommotorika_fejlesztese_jatekosan)
- <https://gyereketeto.hu/finommotorika-fejlesztese-komplex-program/>  
<https://www.jatekfarm.hu/fejleszto-finommotorika-86https://fimota.hu> Fimota fejlesztő füzetek
- <https://www.jatekliget.hu/finommotorika-fejlesztese>

Mindenkinek kívánok a gyermekével sok, kellemes, közös élményekben gazdag percet.

Balla Ágnes

A saját képek munkám során készültek, a szülők beleegyezésével teszem közzé őket.