Soubor lokomočních her

Pohyb patří mezi elementární potřeby každého dítěte. Tento soubor deseti pohybových her s primárním cílem rozvoje lokomočních dovedností a koordinace pohybů je vhodným prostředkem, jak tyto dětské potřeby dostatečně saturovat.Prezentované pohybové hry a činnosti jsou zaměřeny na rozvoj pohybových dovedností u dětí předškolního a mladšího školního věku. Všechny hry a činnosti byly ověřeny v praxi a lze je aplikovat do vzdělávací nabídky MŠ či vzdělávání na prvním stupni ZŠ.

Chůze v kruhu po koberečcích

**Časová dotace:** 5 minut

**Prostorové umístění:** herna školní třídy, tělocvična, školní družina

**Primární cíl:** rozvoj lokomočních dovedností, kooperace a koordinace pohybů

**Věková skupina dětí:** 5+

**Pomůcky:** koberečky cca 30x20 cm

**Klíčové kompetence RVP PV:** K učení – Záměrně se soustředí na činnost a udrží pozornost.

**Rizika:** přišlápnutí nohy dítěte, nedodržení rytmu pohybu

**Popis činnosti:** Každé dítě si položí kobereček po obvodu kruhu tak, aby koberečky tvořily uzavřený kruh a aby každé dítě běžným krokem došláplo na kobereček před sebou. Poté se děti postaví na koberečky. Pedagog dává signál například tlesknutím. Na tlesknutí každé dítě udělá krok na kobereček před sebou tak, že nejprve na tento kobereček došlápne pravou nohou, a až se celý kobereček uvolní, došlápne na něj i levou nohou tak, aby na něm stalo oběma nohama. Na další tlesknutí se děti přesouvají na další kobereček, který je před nimi. Ze začátku, než děti chytí rytmus, se budou posouvat pomalu. S přibývající zkušeností budou pohyby plynulejší. Hra končí v momentu, kdy se děti přesouvají po koberečcích plynule.

**Metodická doporučení:** Ze začátku je potřeba nechávat mezi tlesknutími větší časovou prodlevu tak, aby měly děti dostatek času najít si správný styl a rytmus přesunu na další kobereček. Později intervaly mezi tlesknutími zkracujte.

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

 Autor: Mgr., Bc. Michael Novotný

Toto dílo je licencováno pod licencí Creative Commons [CC BY-NC 4.0]. Licenční podmínky navštivte na adrese [https://creativecommons.org/choose/?lang=

