

OBLAST - psycho - senzo - motorika

Rovnováha - chůze a hra na linii



POTŘEBUJEME :

v domácím prostředí lepicí pásku (začneme s jednou a v ideálním případě širokou cca 4 cm), venku můžeme využít přirozené linie - obrubníky, praskliny v asfaltu, klády, nebo namalujeme čáru křídou

JAK NA TO :

děti si takové výzvy, (jako např. přejít obrubník), vyhledávají přirozeně samy. Doma můžeme společně s nimi vyznačit dráhu pomocí lepicí pásky - začneme s jednoduchým tvarem a širší páskou, postupně můžeme obtížnost zvyšovat...

Dospělý je vzorem tedy dítěti chůzi po linii ukazuje pomalu, klidně, vědomě klade plosky nohou na dráhu...v dalších cvičeních můžete přidávat na dynamice - hopsat, tančit...jít po linii a v ruce držet misku s vodou atd. některé batole může samo na linii začít řadit předměty...je mnoho způsobů jak dráhu využít - hlavně si to užívat :)

CÍL :

vědomý pohyb, vnímání vlastního těla v prostoru, rozvíjení rovnovážného systému

tipy z praxe - v montessori třídách jste jistě zaregistrovali na zemi vyznačenou elipsu - právě ta slouží k vědomému rozvíjení rovnováhy. Dobrá rovnováha hraje hlavní roli při učení!