JOCURI DE MIȘCARE PENTRU PREȘCOLARI

CRĂCIUN ILEANA

GRĂDINIȚA CU PROGRAM PRELUNGIT VADU PAȘII

JOCUL DE CRICKET

SCOP:Exersarea motricității fine si grosiere

MATERIALE DIDACTICE: portițe pictate, crosă de crichet, ming

SUGESTII PENTRU DESFĂȘURAREA JOCULUI: Se asigură portițele pictate ca niște ființe din pădure: vulpe, veveriță, arici, bufniță, căprioară și iepuraș; Se explică regulile jocului; Se urmărește stimularea în permanenţă a spiritului competitiv în întrecerea dintre parteneri sau dintre grupurile aflate în joc.

DESFĂȘURAREA JOCULUI: Doi jucători stabilesc cursul și lovesc mingile prin fiecare ghișeu, urmărind ca aceasta să-și urmeze traiectoria dorită.

Pe durata acestei activități copiii: Se pot antrena copiii în pictarea portițelor; Copiii își respectă rândul dând dovadă de fair-play

Acest joc de concentrare și coordonare se poate juca în sițuații deverse: la picnic, în concediu împreună cu frații mai mari. Jocul este o metodă şi un mijloc de formare, de dezvoltare a personalităţii copilului, un exerciţiu de viaţă, de pregătire pentru intrarea în lumea reală.

CEI MAI ISCUSIȚI PESCARI

SCOP: Dezvoltarea motricitații grosiere și motricitații fine în contexte de viață familiare

MATERIALE NECESARE

- Bețe,
-fire de ață,
-agrafe de birou pentru undițe
- Hârtie creponată albastră pentru lac/râu
- Coji de nuci sau coji de castane, frunze pentru peștișori

- Coșulețe pentru peștișori
- Scaune pentru pescari

DESFĂȘURAREA JOCULUI::

Pescarii vor sta pe malul apei la cel puțin 1m distanță între ei, pentru a nu speria peștișorii și pentru a lansa undița! Undițele se pot realiza în altă activitate, legând un fir de sfoară de un băț, și de o agrafă pe post de cârlig. Copiii vor agăța cu cârligul ,,peștișorii" și îi vor aduna în coșulețe.

La final vor număra peștișorii prinși.

SUGESTII PENTRU DESFĂȘURAREA JOCULUI: Jocul poate fi adaptat și în sala de grupă în activitatea de matematică. Copiii vor avea sarcina să prindă x, y peștișori din lacul amenajat în mijlocul clasei.

Pe durata acestei activități copiii vor: - utiliza mâinile și degetele în manipularea corespunzătoare a obiectelor - coordona mișcările în funcție de stimulii vizuali - imita gesturile și mișcările unui pescar - participa activ în joc - explora posibilitatea de a utiliza texturi, materiale diferite când se joacă (frunze, coji, bețe, ață, sârme etc

Copiii pot să se joace și în familie, exersându-și abilități-le de pescar.

DOMNULE LUP,CÂT E CEASUL?

SCOP: Exersarea abilității de solicitare și de primire a ajutorului în situaţii problematice specifice

SUGESTII PENTRU DESFĂȘURAREA JOCULUI: Se asigură condițiile de desfășurarea a jocului. Se trasează o linie la o distanţă de circa 1 metru de la un perete al sălii.

DESFĂȘURAREA JOCULUI:

Toţi participanţii se vor plasa după această linie, în timp ce domnul Lup va sta la celălalt capăt al sălii, cu spatele la participanţi. Participanţii vor înainta, întrebând: Cât e ceasul, domnule Lup? Lupul va răspunde, indicând o oră oarecare, iar participanţii vor face un număr de paşi egali cu ora pe care a spus-o Lupul. Când Lupul va răspunde Ora mesei, toţi participanţii vor alerga înapoi la linia de start pentru a nu fi prinşi de Lup. Lupul nu are voie să păşească peste linie. Cei prinşi de lup devin şi ei lupi. Câştigă ultima persoana care reuşeşte să nu fi e prinsă.

Dată fiind atracția calculatorului, de multe ori copilul devine prizonierul sedentarismului sau un consumator pasiv al televizorului şi al jocurilor pe computer. În felul acesta, copilul îşi pierde un drept natural, specific vârstei, şi anume, dreptul la joacă.

URMĂRIM MONSTRUL!

SCOP: Dezvoltarea și exersarea abilităţii de autocontrol emoţional

FORMA DE ORGANIZARE: Individual

SUGESTII PENTRU DESFĂȘURAREA JOCULUI:Se începe prin colectarea unor foi de hârtie ceva mai groasă de diferite culori. Se realizează foi cu numere pare pentru fiecare culoare, astfel încât să fie câte 2 seturi de amprente. Se desenează conturul unei amprente de monstru (practic un oval mare în partea de jos și apoi patru gheare ascuțite în partea de sus) pe una dintre foi. Se decupează amprenta monstrului.

DESFĂȘURAREA JOCULUI:

Copiii încep întrecerea urmând seturile de tipăriri care au fost lipite în sensuri diferite pentru a face cursul mai provocator. Copiii vor recurge la recunoașterea culorilor, denumind culorile pe care le calcă în timp ce se deplasează către final.

Copiii repetă acțiunea până când vor avea decupate toate amprentele. Copiii care au abilitățile de lucru cu foarfecele își pot decupa singuri amprentele care apoi sunt lipite pe sol.

CROCODILUL

SCOP: Dezvoltarea şi stimularea atenţiei, a capacităţii de orientare, focalizare şi concentrare asupra diferitelor acţiuni.

REGULI DE JOC: Copiii participă la joc, respectând rolul propus. „Crocodilul” încearcă să prindă jucătorii care nu corespund caracteristicii prezentate de el. Nu se va depăși zona marcată, indicată de conducătorul jocului.

DESFĂȘURAREA JOCULUI: Jocul se desfăşoară conform indicaţiilor date de conducătorul jocului. Un copil va avea rolul de „crocodil”. Ceilalţi jucători se prind de brațe, formând o linie pe malul unui râu (marcat de educatoare cu ajutorul unor obiecte diverse- coardă, sfoară, elemente din natură, etc.). Aceștia îi cer „crocodilului” permisiunea de a trece râul: „Domnule crocodil, ne dai voie să trecem râul tău frumos?”. „Crocodilul” răspunde: „ pot trece toţi cei care…….” şi de

fiecare dată va spune o altă caracteristică, de exemplu: „ poartă tricou roşu, au nasturi verzi, sunt îmbrăcaţi în galben, au ochelari etc”. Toți copiii pornesc spre a „trece râul” fără a se mai ține de brațe. Cei care nu corespund caracteristicii expuse de „crocodil” vor încerca să treacă și e, dar ferindu-se de acesta. „Crocodilul” va încerca să-i prindă pe cei care nu corespund cu caracteristica expusă. Dacă cel prins corespunde descrierii date, va fi eliberat, în caz contrar acesta va deveni noul „crocodil”.

CURSA CU BALOANE

SCOP: Dezvoltarea spiritului de echipă, a atenţiei şi a îndemânării.

REGULI DE JOC: Copiii vor respecta, în timpul jocului, poziția corpului indicată de conducătorul de joc. Se vor ține de mâini pe întreg parcursul cursei. Cei care nu vor respecta regulile vor fi eliminați din joc.

DESFĂȘURAREA JOCULUI: Copiii vor fi împărţiţi în perechi, câte doi, aceştia fiind aşezaţi spate în spate, ţinându-se de mâini, între ei aflându-se un balon. Fiecare echipă trebuie să alerge dintr-o parte în alta a spaţiului indicat, pe rând, fără a pierde balonul. Câştigă perechea care duce cursa la bun sfârşit, fără ca balonul să cadă.

MINGEA JUCĂUȘĂ

SCOP: dezvoltarea orientării în spaţiu Prezentarea şi recunoaşterea colegilor de grupă după nume şi jocul/ jucăria preferată.

REGULI DE JOC: Mingea se aruncă de la un copil la altul. Fiecare îşi prezintă numele şi jocul/ jucăria preferată.

DESFĂȘURAREA JOCULUI: Copiii stau în formaţie de cerc şi aruncă mingea de la unul la celălat. Cel care prinde mingea se prezintă, spunându-şi numele şi jocul/ jucăria preferată şi aruncă mingea unui alt coleg care va continua prezentarea. Jocul ia sfârşit în momentul în care s-au prezentat toţi copiii.

Materiale necesare: mingi, eşarfe

Descrierea jocului: Jucătorii sunt împărţiţi în două sau mai multe echipe dispuse pe şiruri. La 4-5m de şir se află un jucător care are înaintea sa un coş cu o minge în el. Primul jucător din

şir, legat la ochi cu o eşarfă, porneşte cu o minge în mâini spre coechipierul aflat lângă coş. La indicaţiile coechipierului, va încerca să ajungă la coş, să schimbe mingea pe care o are în mâini cu cea aflată în coş, apoi să se întoarcă la propriul şir predând mingea următorului.

Indicaţii metodice: Fiecare şir va avea câte două eşarfe astfel încât la predarea mingii ambii jucători să aibă eşarfe legate la ochi.

Variantă: Primul jucător din şir, legat la ochi cu o eşarfă, se deplasează cu o minge în mâini, ocoleşte un jalon şi se întoarce la şir, predând mingea următorului. Întregul traseu se desfăşoară la indicaţiile celui de-al doilea jucător din şir sau ale tuturor coechipierilor

PRINDE ŞI NIMEREŞTE!

Scopul jocului: consolidarea prinderii şi aruncării mingii

Descrierea jocului: Jucătorii, împărţiţi în două echipe egale numeric, se aşază intercalaţi pe linia unui cerc desenat pe sol, la distanţă de 1m unul de celălalt. Toţi jucătorii unei echipe au câte o minge pe care, la un semnal, o aruncă în sus, fugind apoi spre exterior, în timp ce jucătorii echipei adverse caută să prindă mingile şi să-i nimerească pe cei care fug. Fiecare jucător advers lovit aduce un punct echipei. Jocul se reia cu schimbarea rolurilor. După încercări egale ca număr pentru ambele echipe, este declarată câştigătoare echipa cu punctajul cel mai mare.

Indicaţii metodice: Aruncarea mingii se face cât mai vertical posibil, neluându-se în considerare mingile care cad departe de cerc. Jucătorii care prind mingile le aruncă din locul unde le-au prins.

ALINIEREA!

Scopul jocului: dezvoltarea vitezei, dezvoltarea capacităţii de organizare

Descrierea jocului: Jucătorii sunt împărţiţi în două echipe egale numeric, aşezate în linie pe cele două laturi mai lungi ale unui dret desenat pe sol, la marginile suprafeţei de joc. La un semnal, cele două echipe aleargă la mijlocul dreptunghiului, formând cu toţii un cerc mare, de mâini apucat şi rotindu-se în acelaşi sens până la un nou semnal, când se desprind de mâini şi fug spre poziţiile iniţiale.

Câştigă echipa care reuşeşte prima să se alinieze în formaţia iniţială

IEPURAŞII ŞI VÂNĂTORUL

Scopul jocului: dezvoltarea vitezei și a atenției

Descrierea jocului: Pe suprafaţa de joc, se desenează cercuri la distanţe de 2-3m unul de celălalt. Fiecare cerc este ocupat de un ,,iepuraş", iar în afara cercurilor se află ,,vânătorul" şi un ,,iepuraş" care nu are culcuş (cerc). La semnal, ,,vânătorul" încearcă să prindă ,,iepuraşul" fără culcuş care, pentru a se salva, se aşază într-un cerc ocupat obligându-l astfel pe cel din cerc să-i preia rolul de urmărit. Dacă ,,vânătorul" reuşeşte să prindă un ,,iepuraş" înainte de a se salva prin ocuparea unui cerc, va fi înlocuit de acesta din urmă.

Indicaţii metodice: Dacă după un anumit timp nu reuşeşte să prindă niciun iepuraş, ,,vânătorul" este înlocuit.

ALBINE ȘI FLORICELE

Scopul jocului: dezvoltarea vitezei și a atenției

Materiale necesare: coroniţe, cretă

Descrierea jocului: Efectivul este împărţit în două echipe. Jucătorii primei echipe (florile) sunt dispuşi în interiorul unui cerc având pe cap câte o coroniţă, iar ceilalţi (albinuţele) aleargă prin exteriorul cercului. Numărul ,,albinuţelor" este cu cel puţin unul mai mare decât cel al florilor. La comanda educatoarei, ,,Albinuţe, la atac!" , acestea vin şi iau locul ,,florilor" punându-şi coroniţele pe cap. Jucătorii rămaşi fără coroniţă vor fi eliminaţi.

După fiecare rundă se schimbă rolurile şi se scoate din joc şi câte o coroniţă.

CURSA AUTOMOBILELOR

Scopul jocului: dezvoltarea rezistenţei învăţarea regulilor de circulaţie

Materiale necesare: trei steguleţe (roşu, verde, galben)

Descrierea jocului: Jucătorii aleargă pe teren, în tempo moderat. Educatoarea are în mână trei steguleţe. La ridicarea steguleţului galben, copiii se pregătesc de alergare, la ridicarea celui verde aleargă, iar la ridicarea celui roşu se opresc.

Indicaţii metodice: Acest joc se poate desfăşura şi cu eliminarea jucătorilor care greşesc, iar pentru complicarea jocului,educatoarea strigă diferite comenzi pentru a-i deruta.

AVIOANE,AVIOANE

Scopul jocului: dezvoltarea rezistenţei ,dar si dezvoltarea îndemânării

Materiale necesare: avioane confecţionate din hârtie

Descrierea jocului: Fiecare jucător primeşte un avion din hârtie pe care îl aruncă în sus şi-l urmăreşte în alergare, prinzându-l înainte de cădere. Se repetă acţiunea într-un timp stabilit de educatoare.

Indicaţii metodice: Educatoarea va stabili numărul copiilor care participă simultan la joc, în funcţie de spaţiul disponibil şi vârsta acestora.

CULORILE

Scopul jocului: dezvoltarea vitezei

Materiale necesare: cartoane colorate, cretă

Descrierea jocului: Jucătorii sunt dispuşi pe un cerc mare trasat pe sol cu cretă. Educatoarea aruncă în interiorul cercului cartoane colorate în roşu, galben şi verde, fiecare culoare având o altă valoare (ex: cartonul roşu patru puncte, cartonul galben două puncte, iar cartonul verde un punct). Jucătorii aleargă şi culeg cât mai multe cartoane până la un semnal de încetare când se întorc pe cerc şi se numără punctele pentru fiecare, fiind declarat câştigător cel care are cel mai mare punctaj. Se pot repeta încercările pentru o mai bună departajare.

Indicaţii metodice: Numărul de cartoane aruncate la o încercare trebuie să fie mai mare decât numărul jucătorilor.

MINGEA ŞI CULORILE

Scopul jocului: dezvoltarea atenţiei, consolidarea aruncării-prinderii mingii

Descrierea jocului: Copiii formează un cerc în mijlocul căruia se află educatoarea cu o minge. Acesta numeşte o culoare aruncând apoi mingea spre unul din copii, care trebuie să prindă mingea şi să numească la rândul său un obiect care are acea culoare.

Copilul care nu reuşeşte să răspundă prompt şi corect sau nu prinde mingea, este eliminat sau i se dă o ,,poruncă" hazlie. Prinderea mingii este urmată şi de aruncarea ei înapoi spre educatoare.

Indicaţii metodice: Între numirea culorii şi aruncarea mingii se lasă un interval stabilit de educatoare ,în funcţie de vârsta copiilor.

Variantă: Educatoarea poate numi un obiect, iar copiii trebuie să numească culoarea acelui obiect.

FORME GEOMETRICE

Scopul jocului: dezvoltarea vitezei de reacţie

Descrierea jocului: Jucătorii sunt împărţiţi în echipe pe cât posibil egale. Educatoarea indică verbal o formă geometrică, iar echipele trebuie să formeze în culcat dorsal cât mai repede figura indicată.

Indicaţii metodice: Se recomandă ca acest joc să nu se joace pe o suprafaţă dură, din cauza riscului accidentărilor.

CURSA PANTOFIORILOR

Scopul jocului: dezvoltarea îndemânării

Materiale necesare: încălţămintea jucătorilor

Descrierea jocului: Jucătorii sunt împărţiţi în patru echipe dispuse în linie pe cele patru laturi ale pătratului. În mijlocul pătratului se află o zonă delimitată în care jucătorii şi-au pus încălţămintea care va fi amestecată. La semnal, câte un jucător din fiecare echipă aleargă spre zona delimitată, îşi recuperează perechea proprie, se încalţă şi revine predând ştafeta următorului care repetă acţiunea. Câştigă echipa care are toţi jucătorii încălţaţi şi aliniaţi.

Indicaţii metodice: Se va urmări ca toate încălţările să difere,dar sa nu fie nevoie sa lege șireturile.

MINGEA PRIN TUNEL

Scopul jocului: dezvoltarea îndemânării

Materiale necesare: mingi, tunel sau scaune

Descrierea jocului: Înaintea fiecărei echipe se aşază în linie câte trei scaune la distanţă de 1m unul de altul. Primii din fiecare echipă pornesc la semnal cu o minge pe care o rostogolesc pe rând pe sub fiecare scaun. Ajunşi în capătul şirului de scaune, se întorc prin lateral ,predând ştafeta umătorului, câştigând jucătorii echipei care a finalizat prima traseul.

Variantă: Rostogolirea mingii se poate face pe sub toate scaunele odată. Ieşirea mingii din ,,tunel" prin lateral atrage după sine reluarea rostogolirii de la capăt.

SCHIMBĂ-I LOCUL!

Scopul jocului: dezvoltarea îndemânării dezvoltarea vitezei de execuţie

Materiale necesare: mingi, cretă

Descrierea jocului: Jucătorii sunt dispuşi în şiruri în spatele unei linii de start. Înaintea fiecărui şir se desenează simetric pe sol câte două rânduri a câte trei cercuri, la distanţe şi intervale de 2m. În fiecare din cercurile şirului din dreapta se aşază câte o minge. La semnal, primii din echipe mută pe rând mingile din cercurile din dreapta în cercurile din stânga, se întorc la echipele lor predând ştafeta următorilor care execută operaţiunea inversă. Câştigă echipa care a terminat cu toţi jucătorii prima.

Indicaţii metodice: Cursa unui jucător este valabilă dacă la finalul ei toate mingile sunt în interiorul cercurilor, altfel jucătorul predă ştafeta după ce aşază mingile corespunzător.