

AKTIV

(od 4 – 6 let)

• močnost daje podprtje do aktivnosti, za učenje, vzpostavljanje njihovega razvojne potrebe
• težko do učenja v zavojnimi naslovih
• zanimivo izkuševanje doma, zmanjša manj skrbnih čink s
• boljšim učenjem novih novih vsebine
• boljše učenje novih novih vsebine
• boljše učenje novih novih vsebine
• boljše učenje novih novih vsebine

Tema: KAKO VPLIVATI NA GLASNOST OTROK

**SPROSTITVENE IGRE
PRIROČNIK**

PRIPRAVILE: Darja Lugarič, Špelca Golob, Barbara Pelc, Katja Lesjak G., Mira Ciglar, Jožica Gajšek, Mojca Govedič, Polona Vuser, Renata Slapnik, Jana Marš.

SPROSTITVENE IGRE

- motivirajo otroke notranje doživeto, za učenje, vzbujajo njihovo radovednost in veselje do učenja z izkušnjami nasploh,
- pripeljejo lahko izenačenja dominantnih in manj aktivnih otrok s spodbujanjem prvotno pasivnih otrok,
- olajšajo uvajanje novih norm komuniciranja in vedenja, ki se jih v vsakdanjem okolju močno izogibamo,
- pomagajo otroku, da sebe in druge celostno vidijo,
- spodbujajo otroke, da se vadijo v psihosocialnih spretnostih, in sicer: diferencialno spoznavati, odkrito komunicirati, postavljati zahteve, odločati, pomagati drugim, sodelovati, iskatи pomoč, razvijati odpornost in osebno odgovornost,
- v ugodnem trenutku lahko spremenijo tudi stališča otrok, npr. postanejo tolerantnejši do mnenj in vrednostnih predstav drugih,
- razbremenjujejo otroke sicer običajnih obrambnih mehanizmov, saj postanejo zaradi strukture igre in danih navodil upravičene tudi teže oblike ravnanja.

KONJIČEK, KDO TE JAHA?

Starost: od 4. leta naprej.

Prostor: znotraj ali zunaj.

Navodila igre: otroci se postavijo v krog in določijo ali izžrebajo enega otroka, ki se postavi v sredino kroga. Ta otrok predstavlja konjička, zato poklekne in se skloni naprej do tal, z rokami pa si zakrije obraz, tako da nič ne vidi. Vzgojiteljica ali pa kar otroci sami izberejo še enega otroka, ki mora konjička zajahati, sesti nanj, nato pa s spremenjenim glasom vprašati: KONJIČEK, KDO TE JAHA? Otrok – konjiček skuša ugotoviti, čigav glas je to. Če ugane, postane konjiček otrok, ki je jahal konjička. Tisti, ki je pa ravnokar bil konjiček, se postavi nazaj v krog, k ostalim otrokom in igra se ponovi.

NEGIBEN

Starost: od 4. leta naprej.

Prostor: znotraj ali zunaj.

Pripomočki: ura na kateri se zelo dobro vidi sekundarni kazalec.

Navodila igre: sedaj vas vabim, da začnemo igro, ki jo bomo imenovali NEGIBEN. Igra pa gre takole: postavite se v držo, da vam bo udobno. Postavite se lahko, kakor želite. In sedaj poglejte sekundarni kazalec na uri. Postavite se tako, da bo lahko vsak dobro videl sekundarni kazalec. Ko rečem NEGIBEN, boste postali kipi, ko bodo popolnoma negibni, vsak del telesa bo čisto miren, tudi oči. In kako dolgo bomo negibni? 3 sekunde, 4 sekunde? V začetku bom štela sekunde. Sedaj se postavite tako, kot vam je všeč. NEGIBEN, ena, dva, tri... če boste igro nadaljevali, jo spreminjate tako, da prilagajate čase, ki jih predlagajo otroci; otroci lahko tudi sami sledijo sekundnemu kazalcu, vam ni treba glasno štet.

Cilj: tu uporabimo uro zato, da pritegnemo otrokovo pozornost.

UTRUJENE OČI

Starost: od 5. leta naprej.

Prostor: znotraj.

Navodila igre: dvignite dlani močno drugo ob drugo tako, da se bodo ogrele čisto počasi razprostrli roke in istočasno zavrteli dlani tako, da bodo gledale navzven. Počasi, kolikor morate, dajte roke za glavo ... in še višje nad glavo ... dokler se dlani spet ne združita. Ostanite nekaj čas v tej drži ... dihajte počasi, dokler ne bom rekla: Hvala pav, sedaj lahko spet skriješ svoja peresa. Počasi, počasi, tako počasi kot je to mogoče, dajte svoje roke spet za glavo, nato še spuščajte roke in pri tem vrtite dlani, ramena so obrnjena nazaj. Na koncu se dlani spet dotaknejo in so tam, kjer so bile na začetku ... Otroci naj nekajkrat naredijo zelo počasi pavovo kolo.

Cilj: to je igra s katerim pri otrocih razbremenimo napetost in ponovno zberemo energijo.

IGRA TIŠINE

Starost: od 4. leta naprej.

Prostor: znotraj.

Navodila igre: TIŠINA PRIPLUJE MEJKO Z NEBA, sedimo v krogu v turškem sede, roke dvignemo v zrak, SEDE Z NAMI SKUPAJ NA TLA, počasi spuščamo roke proti tlom, s prsti pogladimo tla, naredimo kroge se dotaknemo prstnega koša in spet pogladimo tla. TIŠINA SEM JAZ, TIŠINA SI TI, nato z eno roko pokažemo sebe in nato prijatelja. PODAJMO SI ROKE, ZAPREMO OČI, podamo roko drug drugemu, sklonimo glavo, zapremo oči, nekaj sekund dvignemo glavo, odpremo oči, roke rahlo padajo proti tlom, čutimo mehkobo telesa. In hkrati težo rok, ki nas vlečejo proti tlom. Odpremo roke v tla in globoko vdihnemo in izdihnemo.

Cilj: poudarjamо prijateljstvo, priprava na popolno koncentracijo.

ELEKTRIČNI KROG

Starost: od 4. leta naprej.

Prostor: znotraj ali zunaj.

Navodila igre: otroci sedijo v krogu in se z vzgojiteljico držijo za roke. Vzgojiteljica jih spodbuja, da zaprejo oči in si zamislijo energijo – elektriko, ki teče skozi krog v smeri urinega kazalca tako, da desna roka sprejema energijo in je z dlanjo obrnjena navzdol, leva roka pa pošilja energijo in je z dlanjo obrnjen navzgor. Vzgojiteljica počasi ponavlja navodila, dokler niso vsi otroci razumeli. Zatem utihne in pusti, da se energija nekaj časa pretaka med otroki.

Cilj: razvijanje povezanosti v skupini.

DUH, ANGEL, VILA

Starost: od 4. leta naprej.

Prostor: znotraj ali zunaj.

Navodila igre: sedaj se bomo igrali igro, pri kateri moramo biti čisto tiho. Sedite na tla in prekrižajte noge, stopala, stegna. Ramena so spuščena, hrbet je vzravnan, oči so zaprte... predstavljajte si, da ste nekaj zelo, zelo nežnega, ste duh, angel, vila, oblak – karkoli hočete. Vaša telesa naj bodo takoj ohlapna, mehka da se jih boste težko dotaknili. Oči pa naj bodo naprej zaprte. Napravite se čisto lahki in nežni ... šla bom od enega do drugega vsakega se bom dotaknila na glavi kot piš vetra. Pazite kako se bo potem počutila vaša glava ...

VRTAVKA

Starost: od 6. leta naprej.

Prostor: znotraj ali zunaj

Navodila igre: predstavljajte si veliko vrtavko, ki se vrti pred vami na tleh, pisano, staromodno vrtavko, ki povzroča umirjenje, globok zvok, ko se vrti ... Zamislite si, da ste sami take vrtavke. Porazdelite se po sredi sobe tako, da bo imel vsak dovolj prostora okoli sebe ... Zaprite oči, roke pa rahlo odročite ... Potem se začne počasi, čisto počasi vrteti. Vrtite se skupaj z vsemi ostalimi vrtavkami, vrtite se počasi proti sredi prostora, tako da boste začutili bližino drugih vrtavk, da se jih boste rahlo dotaknili ... Potem se boste spet odvrtneli od srede po prostoru. Tako se boste večkrat vrteli v sredo, blizu skupaj, nato pa od srede narazen ... (1 do 2 minuti). Sedaj čisto odročite roke, oči pa imate še vedno zaprte ... Vrtite se počasi in med vrtenjem čutite dotikanje drugih rok ... (30 sekund). Sedaj se vrtite od srede proti stenam, roke so še vedno odročene in se dotikajo rok drugih otrok. Greste še bolj od srede tako, da ne zadenete več nobene roke ... tedaj odprete oči in se umirite ob steni.

Cilj: ta igra poudarja povezanost skupine, otrokom pa daje občutek varnosti in samostojnosti.

POLŽEK SLINČEK

Starost: od 4. leta naprej.

Prostor: znotraj ali zunaj.

Navodila igre: POLŽEK SLINČEK, POLŽEK SLINČEK, kazalec na roki, drug proti drugemu, naredimo poljub, KLIČE TE PRIJATELJ BINČEK, nakažemo z rokami klic in prislonimo desno roko k ušesu, kot da poslušamo. Stegnemo roke naprej, pomigamo s prsti in prekrižamo roke na prsih, PRIDI HITRO VEN IZ HIŠKE, stegnemo roke naprej, dlani so obrnjene navzgor, nato obrnemo navzdol in s prsti nakažemo hojo (hitro), nato očala, hiško na glavi, IN POKAŽE NAM ROŽIČKE, in nato pokažemo s prsti še rožičke.

Cilj: medsebojni odnosi, prijateljstvo.

DEŽ

Starost: od 4-5 leta naprej.

Prostor: znotraj ali zunaj.

Navodila igre: eden otrok stoji sredi kroga, ki ga tvorijo ostali otroci. Roke imajo prekrižane na prsih. Otroci eden za drugim, v manjših presledkih položijo svoje prste na glavo tistega, ki stoji v sredini. Rahlo tapkajo s prsti po glavi (kot bi igrali klavir) in potujejo po telesu navzdol pet. ko posameznik pride do tal, začne znova pri temenu otroka, na katerega dežuje. Tako ima otrok občutek, da dežuje po vsem telesu. Če se otroci med seboj ne poznajo dovolj dobro, ima lahko občutek, da lezejo po njih mravlje in pajki.

RISANJE NA HRBET

Starost otrok: od 5. let naprej.

Prostor: znotraj ali zunaj.

Navodila igre: otroke razdelimo v pare, en otrok sede pred drugega. Drugi riše s prstom po hrbtnu prvega, najprej enostavne črte in pike, nato pa začne risat enostavne like. Ko nariše en lik, mora prvi uganiti, kaj mu je drugi narisal. Lahko mu pa riše tudi črke in številke. Risba postaja s starostjo otrok vedno bolj napolnjena s podrobnostmi in s tem je ugibanje zahtevnejše.