

Így tedd rá! Táncos mozgásfejlesztés

Mindennapra használható mozgásos játékgyűjtemény

Márton napi énekes játékfűzés



Készítette: Rác Rita
Óvodapedagógus
Drávamenti Óvodák Rinyaújlak tagóvoda

2015-ben, egy nyílt nap keretén belül ismerkedtem meg az Így tedd rá táncos mozgásfejlesztéssel. Nagyon megtetszett a játékossága, lendületessége, komplexitása. Rákövetkező évben, elvégeztem egy 30 órás módszertani képzést, és az itt tanultakat próbáltam alkalmazni, a saját munkámban is. Azt tapasztalom, hogy a gyermekek (szinte minden korosztály) szívesen hallgatják, játsszák, tanulják az így tedd rá-s gyermekjátékokat, népdalokat, népi játékokat és örömmel kapcsolódnak be a mozgásos és táncos tevékenységekbe.

Szeretem alkalmazni, beleszőni a zenés mozgásos tevékenységekbe a munkám során. Óvodai műsoraink egy része, általában így tedd rá-s játékfűzéből áll össze.

A következőkben egy 5 játékból álló mindennapra használható mozgásos játékgyűjteményt, illetve egy Márton napi énekes játékfűzért szeretnék bemutatni.

Mozgásos játékok

A mindennapos testnevelésekkor, udvari játékként, esetleg nyílt napokon, szülőket is bevonva (nagyon élvezik) gyakran használom ezeket a táncos- mozgásos játékokat. A gyermekek nagyon szeretik, élvezik, és jól lehet illeszteni minden témához, emellett jól fejleszti a nagymozgást, mozgás- és tánckészséget, mozgás koordinációt, térészlelést, ritmusérzéklet, logikát, gondolkodást, matematikai képességet, helyzetfelismerést, színismeretet, szociális képességeket, szabálytudatot, az egész személyiséget.

1, Színes játék

Leírás:

A tűz-víz-repülő játékkal azonos szabályú, csak a feladatokat színekkel kell párosítani.

Zöld- futás körbe

piros- guggolás

sárga – kör kialakítása kézfogással

A gyermekek kötetlenül helyet keresnek a teremben. A különböző színeket kell a játékvezetőnek (óvónő, később gyerekek) mondani és az ahhoz kapcsolt mozgást, tevékenységet végezni. A gyermekek a megadott térben nem csak menetirányba haladhatnak, hanem bármilyen irányban, a lényeg, hogy vigyázzanak a másokra, kerüljék egymást. Fontos, hogy eleinte a pedagógus is a játék aktív résztvevője legyen

Természetesen az óvónői kreativitás határtalan, így lehet más színeket és hozzá tartozó mozgásformát kitalálni. Később lehet úgy is játszani, hogy a megadott színt, nem mondjuk, hanem csak felmutatjuk. (Évszakhoz igazodva lehet akár színes virágokat, falevelet, hópihéket készíteni ehhez a formátumhoz.)

PI:

Rózsaszín- csend

Világoszöld- lassú futás

Sötétzöld- hátra felé futás

Kék- pár

Bordó- törökülés

2, Tulipán fogláló

Leírás:

A gyermekek kötetlenül helyet keresnek a teremben. Az így tedd rá-s színes tulipánokból (piros, kék, sárga, zöld) választanak a gyermekek és arra állnak rá.

Lehet székekkel, babzsákokkal is játszani.

Amikor hallják a zenét, a gyermekeknek szabad tánc lépésben haladva kell a teremben járniuk, amikor a zene elhallgat gyorsan egy tulipánhoz kell futni és arra ráállni, azt elfoglalni.

Lehet fogyó játékként is alkalmazni. Akinek nem jut tulipán az nem folytathatja tovább a játékot. Szurkolhat, illetve a szurkoló téren táncolhat a zenére. (Ezt mi kimenetelkor, vagy ebéd előtt, is, alkalmazzuk, hogy az öltözőben, mosdóban a torlódást megakadályozzuk.)

Lehet a nagyobbakkal úgy is játszani, hogy előre meghatározott számú (pl. 2,3,4) gyermeknek kell a tulipánok köré kézfogással párt, vagy kört alkotni, ha a zene elhallgat.

Későbbiekben lehet úgy is játszani, (amikor már tudják a különböző színű tulipánokhoz tartozó tánclépéseket: **piros**- páros lábbal szökkenés, **kék**- lép,érint **sárga**- sarokkoppintás váltva, **zöld**- oldalugrás), hogy a zene folyamatossága mellett csengőszó hallatán egy tulipánt elfoglalni,és azon. az adott színnek megfelelően a táncos mozgást helyben végezni, a következő csengőszóig.

3, Babzsák a fejen

Leírás:

A gyermekek, babzsákkal a fejükön egyensúlyozva a zene ritmusára mozogva haladhatnak a megadott térben. A babzsákot nem foghatják a kezükkel, ha esetleg leesik, természetesen felvehetik. Két formáját alkalmazom enne a játéknak:

1, A zene elhallgat, a gyermeknek meg kell állni, szoborrá kell válnia. Az az ügyes gyermek, akinek egyszer sem esik le a fejről a babzsák.

2, A gyermekek a zenére haladva, fejükön a babzsák. Egymás közelébe érve le kell lökni a másik gyermek fejről a babzsákot, úgy, hogy közben az ő fején fent maradjon a babzsák. Természetesen itt is vissza lehet rakni a gyermeknek a fejére a babzsákot. Ezt lehet mondókázás közben is, zene nélkül. Ezzel jól lehet gyakorolni a tanult mondókákat.

4, Kacsa, liba játék

Leírás:

Körbe leguggolunk, kiszámolóval kiválasztjuk az első libát, aki a körön kívül halad, és mindenkinek a fejét megérintve mondogatja: kacsa,kacsa.... eközben kiválaszt valakit és mikor hozzá ér, rá azt mondja: liba. Ekkor elkezdenek körbe futni. Annak aki körbe ment, vissza kell érní annak a helyére, akit választott. Ha beér, akkor az új liba kezdi újra a játékot, ha az új megelőzte a régít akkor ismét ő megy.

5, Angyal játék:

Leírás:

A gyerekek szabadon mozoghatnak, futkározhatnak a zenére. Amikor a zene elhallgat, „szobrokká” kell változniuk. 3-4 gyermekhez odamegyek, megforgatom őket, közben azt mondom: Fordulj egyet, de ne neved, meglátom ördög, vagy angyal lesz a te neved! Ha elneveti magát a gyermek, akkor ördög, ha nem akkor angyal lesz. Az ördögök guggolva maradnak, vagy tovább a játékban, és megjegyzi magukról, hogy mivé lettek. Én 4 ördögig játszom, mert ha megvan a négy ördög, jön a játék második része, a kapuzós, ahol az ördögök egymással szemben állva, párban kaput tartanak páros kézzel, amin az angyalok folyamatosan, egymás után átszaladnak szintén amíg szól a zene. A zene megállításakor az ördögök lecsukják a kezeiket. Aki bent maradtak a páros kézfogás között, ördögök, vagyis kaputartók lesznek. A játékok addig játsszuk míg el nem fogy az összes angyal.

Zenei linkek a fenti játékokhoz:

<https://www.youtube.com/watch?v=3GaLW81-2uo>

<https://www.youtube.com/watch?v=VJj1KymxLzE>

<https://www.youtube.com/watch?v=APn0DDCZ8QY>

<https://www.youtube.com/watch?v=wJdN2kz6C5M>

Így tedd rá énekes, táncos játékok

A táncos mozgásfejlesztés során célom, hogy a gyermekek a zenés, játékos, mozgásos tevékenységek alatt

- megszeressék a táncos mozgást, az erre irányuló feladatokkal ez megalapozódjon.
- örömmélnyük legyen a játék során
- szélesebb körben ismerjenek meg gyermekjátékokat, népdalokat, népi játékokat, népszokásokat, hagyományokat.

A tevékenységek során fejlődik a gyermekek egész személyisége.

Játékos formában fejlesztem a népi játékok segítségével a gyermekek mozgáskészségét. Mindeközben, bővül ének-zenei és általános ismeretük, fejlődik mozgáskoordinációjuk, ritmika és zenei hallásuk, játékkészségük, szociális készségük. A népdalok és népi játékok komplex ismereteket közvetítenek.

A lentiekben egy szinte már minden óvodában hagyománnyá vált Márton napi énekes játékfüzért szeretnék leírni, ami véleményem szerint minden korosztálynál jól használható egyszerű és látványos rövid kis műsor.

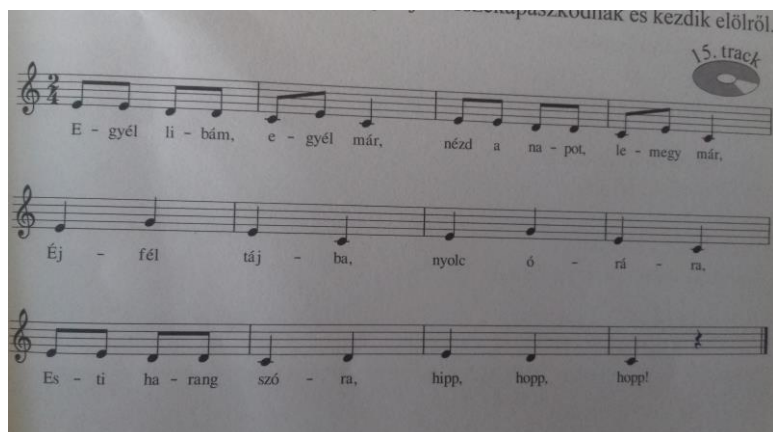
Énekes Márton napi játékfüzér

- 1, Bevonulás **mondókéval, (az újlaki legények) kézfogással, hosszú láncba, kanyarogva.**
Vagy teljesen szabadon miközben egyenletes lüktetés szerinti tapssal kísérik a mondókát.

Az (újlaki) legények,
libát loptak szegények
nem jól fogták a nyakát
elgágintotta magát, gá, gá, gá

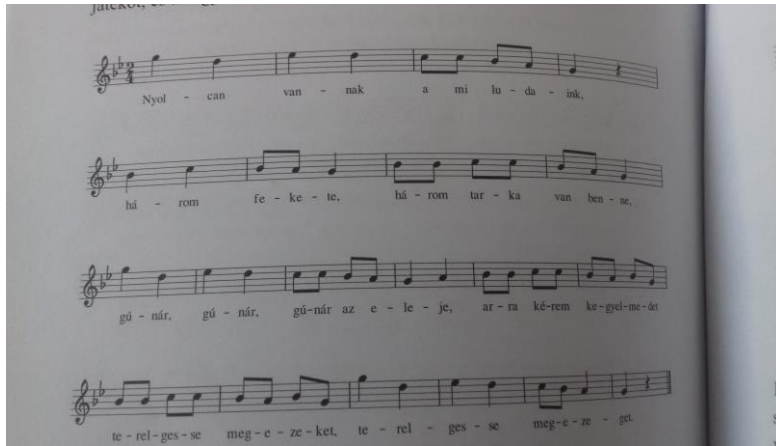
- 2, Körjáték- Egyél libám egyél már...

Köralakítás a dalt énekelv. Körben, lépéssel haladva a „hopp!” szónál páros lábon helyben ugrunk, vagy a páros lábon ugrással menetirányt váltunk.



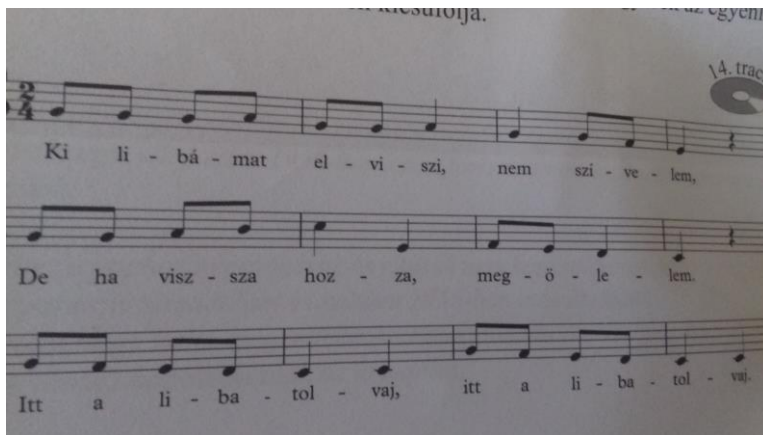
3, Körjáték- **Nyolcan vannak a mi ludaink..**

Kézfogással haladunk tovább. Kiszámolóval (**Egy, petty libapetty, rád esik a huszonegy**), választunk egy gyermeket, aki a körön belül halad a körrel ellentétes irányban. „Arra kérem kegyelmedet...” résznel párt választ és párosával forog, vagy tetszőlegesen táncol, a többiek énekkel és tapssal kísérik. A dal végén a választott gyermek marad a körön belül és ugyanúgy folytatódik tovább a játék.



4, Körjáték- **Ki libámat elviszi...**

Körbejárás a dalt énekelve, a játék végén párválasztás. (Páratlan számú gyermekkel kell játszani). Akinek nem jut pár az lesz a „libatolvaj” akit a gyermekek „kicsúfolnak”- ismételve az „itt a liba tolvaj” közben egyenletes lüktetés szerinti tapssal kísérik a „csúfolót”. A felnőtt fel is emelheti a levegőbe a „libatolvajt” .



5, **Egyszerű tánclépések párban**

Az előző játék többszöri eljátszása után, a legutolsó játéknál úgy kell alakítania a pedagógusnak, hogy a gyermekek párosan maradjanak (pedagógus, beáll, vagy kiáll a játékból), majd zenére, esetleg énekelt dalra, tánc. (csárdás, térdhajlítása, sarokkoppintás, forgások...)

<https://www.youtube.com/watch?v=Wznp0xyIRUc>

<https://www.youtube.com/watch?v=OcOwl6M8ngA&index=24&list=PL429F7514B7F8A376>

Mellékletek

1. sz. melléklet Így tedd rá mondókák, csúfolók

Elöl megy a hegedűs, utána a kontrás,
megáll a hegedűs, utána a kontrás.

--

Egyem, ketten, medvetánc,
Mondd meg gazda mit csinálsz.
Nem csinállok egyebet,
Csapkodom a legyeket.

--

Pesten jártam iskolába,
térdig érő ibolyába,
láttam a Böskét,
szedtem a csipkét,
toll, tinta, papiros,
ez a kislány de piros,
ha nem piros halovány,
..... te ugorj már!

--

Ergen,bergen keszkenőbe,
szól a rigó az erdőbe.
Csír, csár Szabó Pál,
cseresznyével töltött tál.

Csiteri-csütöri csütörtök,
dínnyét, lopott az ördög,
bugyogójába berakta,
nem fért be a pokolba.

--

Öhöm-böhöm hatmozsár
sárga rigó kotkodál
cérnára cinegére,
huss ki madár a mezőre
huss ki akaszd ki
had száradjon odaki.

--

Elmentem én a szőlőbe,
szőlőt csipegetni.
Utánam jött egy vénasszony,
Jól megveregetni.
Elbújtam én a nád közé
Sípöt csinálgatni.
Az én sípom azt fújja,
Dír,dúr csapodár,
Ketten fogtunk egy békát,
neked adom a farkát.

--

Egy petty, liba petty, rád esik a huszonegy,
kicsi járom, kicsi ökör, most fogják be legelőszőr,
egy, kettő, három, négy, te vagy itt az akadék.

--

Szegedi polkát én nem járok,
mert én nékem nincsen párom.
Szegedi polka hopsz,
elfogyott a boksz.

--

Belenéztem Bécsbe, piros kemencébe.
Ott ül a bába, fekete ruhába,
Öltözteti lányát, rózsaszínruhába.

2.sz. melléklet Somogyi karácsonyi dalok

Karácsony somogyiban

Jók legyünk, hát gyerekek...

Composer

Jók le - gyünk hát gyé - re - ked, gyé - re - ked!
Szent Ka - ri - esny kö - le - hig, kö - le - hig.
An - gya - lok - nek ka - ri - zen - uli, his - zé - ma - ka száll a meny - hid.
Száll, száll, száll, Menny - nek le - száll.
Száll - ja - nek is száll - ja - nek! nagy ö - rő - met vi - gya - lak.
Mén - den an - gya - lom - nek, Mén - den hoz - men - je - nek,

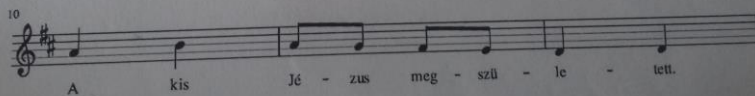
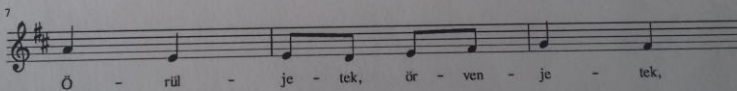
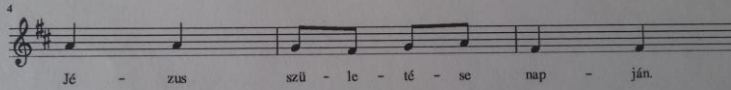
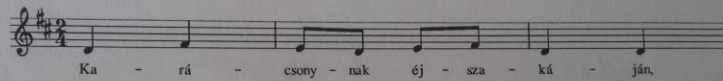
Óh, Te József mit gondoltál...

Composer

Oh te Jó - zsef mit gon - dol - tál, I - len hi - deg i - dő - ben,
Hogy is - tál - lót vá - lasz - tot - tál? I - len ke - mény nagy tél - ben.
10 Jöt - tél vol - na vi - lág - ra, A szép so - mogy or - szág - ba.
19 Majd ad - nánk mi te - jecs - két, Nagy ö - rő - met hir - de - tek,
Méz - be már - tott cse - me - gét, Krisz - tus U - runk szü - le - tett.

Karácsonynak éjszakáján...

Composer



A kis jézus aranyalma,
boldogságos szűz az anyja.
Két lábával ringatgatja,
két karjával ápolgatja.

Aludj, aludj kisededcske,
Betlehemei hercegecske.
Nem királyné a te dajkád,
Szolgálóból lett az anyád.

Nézzetek Betlehem felé,
micsoda nagy a fényesség.
de gyönyörű ez az éjjel,
Bátran tekintsetek széjjel.
De gyönyörű ez az éjjel,
Bátran tekintsetek széjjel.