



www.dislexia.ro

Kedves óvónő!

Tíz lelkes, Maros megyei körzeti logopédus munkáját tartja a kezében, akik a Maros Megyei Tanácsadó és Erőforrás Központ vezetésével együtt tenni szeretnének valamit a beszédhibás gyerekek jobb ellátása érdekében.

Újabb logopédusi állásokat varázsolni sajnos nem tudunk, de talán szövetségeseket szerezni igen... Önre és arra a többszáz magyar óvónőre gondoltunk, akik segíteni szeretnének ezeknek a gyerekeknek.

Ebben a kiadványban olyan, óvodai csoportban alkalmazható fejlesztési lehetőségeket gyűjtöttünk össze, amelyek megalapozhatják, illetve kiegészíthetik a logopédiai foglalkozásokat. Nyilván nem helyettesíthetik azokat, de amennyiben ezeket a fejlesztő játékokat rendszeresen alkalmazzák, jelentős segítséget nyújthatnak.

Egy nagyon gyakorlatias jellegű módszertani útmutatót igyekeztünk összeállítani, ami egyrészt segít eligazodni a nyelvi zavarok típusai között, másrészt kis csokrokba gyűjti azokat a játékokat, amelyeknek fejlesztő jellegük van adott területeken.

Ajánlható ez a kiadvány azoknak a szülőknek is, akik aktívan részt szeretnének vállalni a gyerekek fejlesztésében.

Bartók Éva



Bartók Éva (szerkesztő),
Antal Adrienne, Balásy Réka, Baricz Erika, Adriana Cerghedi,
Gergely Annamária, Jakab Erzsébet, Kacsó Erika, Kocsis Csilla,
Szilágyi Réka, Varga Emőke

LOGOPÉDIAI MÓDSZERTANI ÚTMUTATÓ ÓVÓNŐKNEK



MAROSVÁSÁRHELY
2020

LOGOPÉDIAI MÓDSZERTANI ÚTMUTATÓ ÓVÓNŐKNEK

Bartók Éva (szerkesztő)

Antal Adrienne

Balásy Réka

Baricz Erika

Adriana Cerghedi

Gergely Annamária

Jakab Erzsébet

Kacsó Erika

Kocsis Csilla

Szilágyi Réka

Varga Emőke

MAROSVÁSÁRHELY

2020



CENTRUL JUDEȚEAN
DE RESURSE ȘI ASISTENȚĂ
EDUCAȚIONALĂ MUREȘ
www.cjraems.ro



www.dislexia.ro

LOGOPÉDIAI MÓDSZERTANI ÚTMUTATÓ ÓVÓNŐKNEK

© Bartók Éva (szerkesztő), Antal Adrienne, Balásy Réka, Baricz Erika, Adriana Cerghedi, Gergely Annamária, Jakab Erzsébet, Kacsó Erika, Kocsis Csilla, Szilágyi Réka, Varga Emőke, 2020

A kiadvány létrejöttét a Romániai Diszlexiás Gyerekekért Egyesület támogatta.

Ez a kiadvány ingyen letölthető az alábbi honlapról:

www.cjraems.ro

A szöveget Tekei Erika gondozta

Borítóterv, számítógépes tördelés és nyomtatás: OSLI Kft., Marosvásárhely

ISBN 978-973-0-31512-7

Tartalom

Bevezető – <i>Bartók Éva</i>	4
Beszédhibás gyerekek az óvodában – Hogyan segíthet az óvónő?	
Nyelv, nyelvhasználat, kommunikáció – <i>Adriana Cerghedi</i>	5
A beszéd- és nyelvi zavarok típusai – <i>Jakab Erzsébet</i>	9
Légzést-fújást fejlesztő játékok az óvodában – <i>Varga Emőke</i>	12
Artikulációs gyakorlatok az óvodában – <i>Kocsis Csilla</i>	14
Hallási differenciáló gyakorlatok az óvodában – <i>Kocsis Csilla</i>	17
Dadogás – <i>Balásy Réka</i>	22
Megkésett beszédfejlődés – <i>Szilágyi Réka</i>	24
Nyelvlökéses nyelés – <i>Szilágyi Réka</i>	45
Diszlexia-veszélyeztetett gyerekek az óvodában – Hogyan segíthet az óvónő?	
A diszlexia-veszélyeztetettség tünetei – <i>Bartók Éva</i>	54
Mozgásfejlesztő játékok az óvodában (nagymozgás, finommotorika, egyensúly) – <i>Baricz Erika</i>	62
Testsémát és téri tájékozódást fejlesztő játékok az óvodában – <i>Kacsó Erika</i>	79
Vizuális észlelést és vizuális memóriát fejlesztő játékok az óvodában – <i>Antal Adrienne</i>	85
Auditív észlelést fejlesztő játékok az óvodában (auditív figyelem, auditív alak-háttér differenciálás, auditív diszkrimináció) – <i>Gergely Annamária</i>	89
Auditív memóriát fejlesztő játékok az óvodában – <i>Gergely Annamária</i>	94
Varázsjátékok – Fantáziajátékok – Képzeletjátékok – <i>Baricz Erika</i>	97

Kedves óvónő!

Tíz lelkes, Maros megyei körzeti logopédus munkáját tartja a kezében, akik a Maros Megyei Tanácsadó és Erőforrás Központ vezetésével együtt tenni szeretnének valamit a beszédhibás gyerekek jobb ellátása érdekében.

Újabb logopédusi állásokat varázsolni sajnos nem tudunk, de talán szövetségeket szerezni igen... Önre és arra a többszáz magyar óvónőre gondoltunk, akik segíteni szeretnének ezeknek a gyerekeknek. Ebben a kiadványban olyan, óvodai csoportban alkalmazható fejlesztési lehetőségeket gyűjtöttünk össze, amelyek megalapozhatják, illetve kiegészíthetik a logopédiai foglalkozásokat. Nyilván nem helyettesíthetik azokat, de amennyiben ezeket a fejlesztő játékokat rendszeresen alkalmazzák, jelentős segítséget nyújthatnak.

Egy nagyon gyakorlatias jellegű módszertani útmutatót igyekeztünk összeállítani, ami egyrészt segít eligazodni a nyelvi zavarok típusai között, másrészt kis csokrokba gyűjti azokat a játékokat, amelyeknek fejlesztő jellegük van adott területeken. A játékok zöme több részképességet is fejleszt. A gyerekek fejlesztésén túl a leírt játékok lehetőséget nyújtanak az egymással megosztott pozitív, örömteli élményre, ami kellemes és érzelmileg gazdag együttlétet biztosít minden résztvevőnek. Másodlagos céljuk a közös játék pozitív hangulatának a megtapasztalása, az egymásra hangolódás, ami elősegíti, hogy a gyerek felszabaduljon, a felnőtt által megbecsülve, értékelve érezze magát, hogy pozitív énképe megerősödjön. Ösztönző hatással van a gyerekre, ha azt érzi, hogy a felnőtt is jól érzi magát a játék során, jól érzi magát az ő társaságában. Pozitívan járul hozzá a gyerek személyiségfejlődéséhez, és ugyanakkor érzelmi feltöltődést biztosít a felnőtt számára is.

Nagyon fontos, hogy teremtsük meg és tartsuk fenn a játék légkörét, a „varázst”, amit szuggesztív játékmertetéssel, rugalmassággal, spontaneitással, humorral, gesztusaink, mimikánk, hangunk tudatos használatával érhetünk el. Ebben Önök, óvónők, mindig is profik voltak!

Nem baj, ha a játékok nem mennek egyből, vagy nem sikerülnek tökéletesen. Ha kerüljük a versenyhelyzetek teremtését a játékok során, ha biztatjuk a gyereket, legközelebb már sokkal ügyesebb lesz.

Ajánlható ez a kiadvány azoknak a szülőknek is, akik aktívan részt szeretnének vállalni a gyerekek fejlesztésében.

Nos, kedves óvónő, amennyiben hasznosnak tartja a kiadványunkat, és az itt összegyűjtött fejlesztő játékokat beépíti a hétköznapi munkájába, köszönjük, hogy a szövetségesünké vált, hogy növeli azon pedagógusok számát, akik a szívükön viselik a beszédzavarral küzdő gyerekek sorsát, és tesznek is valamit értük.

A szerzők nevében
Bartók Éva

NYELV, NYELVHASZNÁLAT, KOMMUNIKÁCIÓ

Adriana Cerghedi, igazgató

Maros Megyei Nevelési Tanácsadó és Erőforrás Központ

Hogyan beszélnek gyermekeink? Egyesek, és szerencsére ők vannak többségben, nehézség nélkül, árnyaltan, kifejezően, egyértelműen, helyes kiejtéssel; mások éppen ellenkezőleg, kevésbé érthetően, harsányan vagy túl halkán, a beszédhangok pontos képzése nélkül. Nem mindig sikerül a gondolataikat beszédben helyesen kifejezniük, annak ellenére sem, hogy látható erőfeszítéseket tesznek. Emiatt a játszótársaik között zavarba jönnek, gyakran gyötrik őket kisebbségi érzések, következképpen visszahúzódnak és elszigetelődnek. A helytelen és bizonytalan nyelvhasználatuk nem segíti őket abban, hogy könnyen teremtsenek társas kapcsolatokat.

Míg négyéves korig a fiziológiai korlátok miatt bizonyos hangok helytelen kiejtése normálisnak tekinthető és nem igényel speciális fejlesztést, addig négyéves kor felett ezek a beszédhibák már beavatkozást igényelnek. Ebben az összefüggésben a helyes beszéd korai elsajátítása az oktatás egyik legfontosabb feladatának tekinthető.

A nyelv- és beszédfejlődés szakaszai:

Életkor	Szakasz	Jellemzők
2-3 hónapos kor között	gőgicsélés	izolált hangok megjelenése, mint kifejezési forma
6 hónapos korban	gagyogás	szótagok/hangsorok megjelenése és ismétlése, pl: ma, pa, ba, la, stb.
8-9 hónapos kor között	a megértés kezdete	az egyszerű utasítások végrehajtása, amelyek a nyelv megértésének kezdetét jelentik

10-12 hónapos kor között	az első szavak megjelenése	fonetikus torzulásokkal olyan szavak kibocsátása, mint például mama, papa stb.
18 hónapos korban	szó-mondatok	különböző szavak mondatjelentéssel való használata (gesztusokkal vagy hanglejtéssel kiegészítve)
2 éves korban	hiányos mondatok	néhány szóból álló, kezdetleges, nyelvtanilag helytelen mondatok használata
3 éves korban	egész mondatok	koherens, összefüggő, érthető kommunikáció megvalósulása
4 éves korban	a külső nyelv tökéletesedése	a szóbeli kifejezés tökéletesedik, bár jelen vannak bizonyos hangok torzulásai vagy beszédhibák – élettani pöszeség, élettani dadogás
5-6 éves kor között	belső nyelv	megjelenik az önmagával és önmagában folytatott hangtalan beszéd, a beszélt nyelv belsővé tétele révén (interiorizáció)
6-7 éves kor között	az írás és az olvasás elsajátításának kezdete	az olvasás fokozatos megtanulása és az írási készségek megszerzése

A gögicselés szakaszában a gyerek különálló hangokat bocsát ki válaszként a különféle helyzetekre. Ebben a szakaszban a beszéd elsajátítása és fejlődése az anya-gyerek érzelmi kapcsolatának erős befolyása alatt áll. Két-három hónapos korban, a gyerek játszik a hangjával, ahogy a kezeivel is, és elkezd konfúz hangokat kiadni, ami a későbbiekben majd gagyogássá alakul át. Az anya-gyerek között zajló beszédhangok szórakoztató játéka, kölcsönös utánzása, ismétlése során a gyerek gyakorlatra tesz szert, amelyek segítségével a későbbiekben fokozatosan megtanulja uralni a hangképző szerveit.

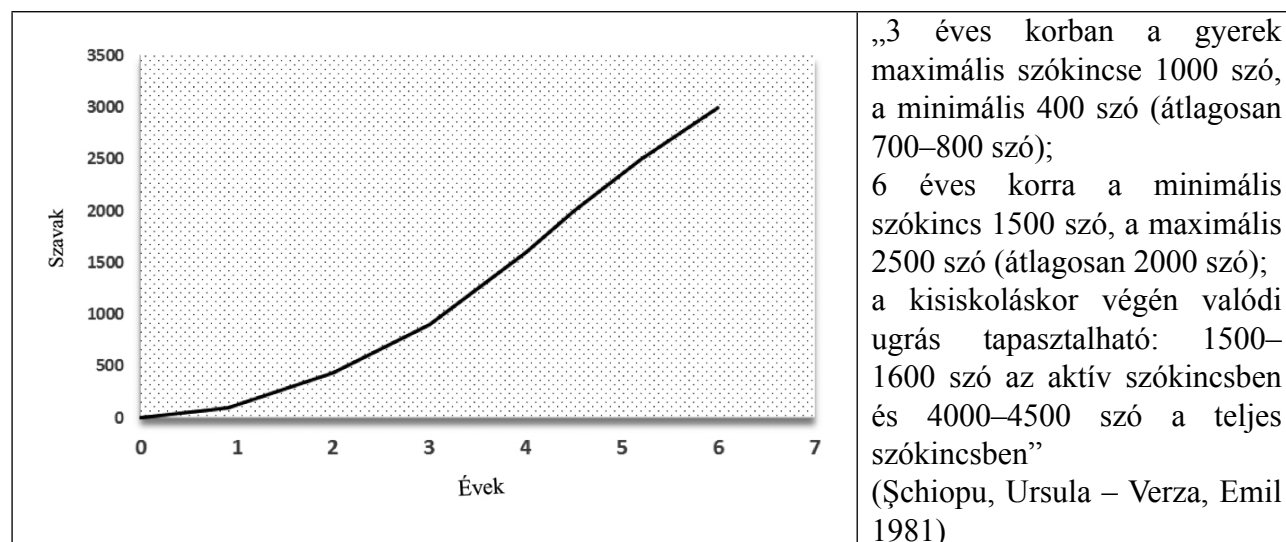
A hangképző szervek irányítása, uralása a beszéd egyik feltétele. Ennek éretlensége később nehézségeket okoz a hangok helyes kiejtésében.

A gagyogás szakaszában az anya-gyerek interakció egy fontos fázis a gyermek kötődésének kialakulásában, ugyanakkor megjelenik egy új megnyilvánulási forma is: az idegenektől való félelem. A gyerek ekkor ad jeleket először arról, hogy a családtagokat hozzá tartozóknak ismeri el, az idegeneket meg elutasítja. Ebben az időszakban a felderítés bátorítása, az anya által kimondott szavak, például a gyerek figyelmét felkeltő játék nevének kimondása, de főleg az anya jelenléte fontos elemek a gyerek normális fejlődésében. Az érzelmi hiány, a gyermek motoros játékok általi ingerlésének hiánya felelőssé tehető a beszéd megjelenésének késéséért vagy a szókincs szegénységéért.

A nyelv elsajátítására vonatkozó aktuális kutatások az interakcionista nézőpontot helyezik előtérbe. Ennek a koncepciónak a központi gondolata a diszponibilitás fogalma, ami azt jelenti, hogy a gyermek biológiai érése, különösen agyi szinten, lehetővé teszi bizonyos nyelvi képességek elsajátítását, másokat pedig nem. Például, az egyéves korban elért érési szintjének köszönhetően a gyerek rendelkezik az izolált szavak utánozó ismétlésének a képességével, viszont még nem eléggé fejlett a mondatok elsajátítására vagy összetett mondatok alkotására (amint a nyelv elsajátításának bemutatott szakaszai szemléltetik, ez csak 3 évesen lehetséges). Ugyanakkor, ha ez a diszponibilitás nincs időben gyümölcsötvetve, ez a képesség csökken, amit szemléltetnek a „farkasgyerekek” esetei is, akik egy bizonyos életkort meghaladva már nem tudták elsajátítani a nyelvet.

Egyéves korban a gyerek kimondja az első szót, megfelelően ismer egy vagy több szót ahhoz, hogy használhassa ezeket, és megnövekszik annak igénye, hogy megértesse, amit mond. Ennek érdekében felhasznál minden lehetséges eszközt, beleértve a hangot, arckifejezést és gesztusokat is, hogy válaszoljon a környező személyeknek.

Három- és hatéves kor között növekszik annak lehetősége, hogy rövid beszédben fejezze ki magát, amikor mesélnie kell valamit, vagy beszámol egy általa megélt eseményről.



„3 éves korban a gyerek maximális szókincse 1000 szó, a minimális 400 szó (átlagosan 700–800 szó);
6 éves korra a minimális szókincs 1500 szó, a maximális 2500 szó (átlagosan 2000 szó);
a kisiskoláskor végén valódi ugrás tapasztalható: 1500–1600 szó az aktív szókincsben és 4000–4500 szó a teljes szókincsben”
(Şchiopu, Ursula – Verza, Emil 1981)

Megfigyelhető, hogy az óvodás gyerekek több mint 2000 szót ismernek. Emellett kiemelendő tény, hogy megjelenik a szavak jelentésének és a nyelv szerkezetének ismerete, képesek mondatokat alkotni, használni a múlt és jövő időt ugyanolyan jól, mint a jelent, s ezáltal a gyerekek kifejezik igényeiket, gondolataikat, kérdéseket tesznek fel, kapcsolatot teremtenek környezetükkel.

A beszéd és a kommunikáció szerepe meghatározó a gyermek személyiségének kialakulásában és fejlődésében, szabályozza a más gyerekekkel és felnőttekkel való kapcsolatteremtés képességét, a környezettel való interakciót, ennek megismerését és felderítését, próbálkozásokon, kísérletezéseken keresztül. Az óvodáskorban kialakulnak a személyiség alappillérei, ezért fontos és összetett szerepe van az óvónőnek, abban, ahogyan kiaknázza a gyerek veleszületett lehetőségeit és sikereit, nagymértékben befolyásolva ezáltal a későbbi fejlődését, úgy lelki, mint szociális téren.

Az óvoda az első olyan intézmény, amely a tervezett tevékenységek által biztosítja a tanulás intenzívebbé tételét, ami kognitív, affektív és pszichomotoros téren egyaránt gazdagodást eredményez, meghaladva ezáltal a spontán mechanizmusok hatásait.

Az óvodáskorú gyermek fokozatos felkészítése az iskolába való belépéshez, a beszéd és a kommunikáció, a memória és a kognitív folyamatok fejlesztése, ugyanakkor a nyelv megfelelő használata, valamint a különböző lelki folyamatok aktiválása, mind fontos célkitűzések tárgyát képezik a gyermekek iskolába történő beilleszkedése és az egész személyiség fejlődése szempontjából. Ebben az összefüggésben az óvónőre hárul az a feladat, hogy folyamatosan kihasználjon minden lehetőséget a gyermekek verbális kifejezőmódjának a fejlesztése érdekében, úgy a formális, mint a nem formális oktatási-nevelési tevékenységek keretein belül.

Azok a didaktikai játékok, amelyek a környezet megismerésére, megfigyelésére irányulnak, amelyek a matematikai tartalmakra koncentrálnak, vagy akár a képzőművészeti tevékenységek

is, nagymértékben gazdagítják a gyermekek szókincsét (a gyerekek megneveznek, leírnak, összehasonlítanak, azonos típusú tárgyakat csoportosítanak, azonosítanak, kiválasztanak stb.)

Ugyanakkor a gyerekek tudására gyarapodik, a beszéd gazdagabbá, tisztábbá, helyesebbé válik, nagymértékben biztosítva ezáltal a gondolkodás fejlődését. Az óvónő feladata továbbá, hogy a gyermekeknek az életkoruknak megfelelő és az érdeklődésüket felkeltő tevékenységeket biztosítsa, valamint, hogy felhívja a figyelmüket a beszédükben a leghelyesebb kifejezési mód használatára.

Szeretnénk, hogy az általunk összeállított módszertani útmutató szilárd hidat képezzen a logopédusok és az óvónők között. A módszertani útmutató célja, hogy tudatosítsa a pedagógusokban a terápiás tevékenységek szükségességét, fokozva és megszilárdítva ezáltal a gyermekek személyiségének alakításában szerepet vállaló összes résztvevő együttműködését. Összefoglaltuk, hogy az óvónők milyen módon tudják támogatni, segíteni a logopédiai tevékenység sokszor bonyolult küldetésének a végrehajtását.

Fordítás: Kiss István – Muica Ottó

Felhasznált irodalom

CREȚU, TINCA (2009): *Psihologia vârștelor*. Editura Polirom, București

MUNTEAN, ANA (2006): *Psihologia dezvoltării umane*. Editura Polirom, București

ȘCHIOPU, URSULA – VERZA, EMIL (1982): *Psihologia vârștelor*. Editura Didactică și Pedagogică, București

VERZA, EMIL (1993): *Psihologia vârștelor*. Editura Hyperion XX, București

ZLATE, MIELU (coord.) – CREȚU, TINCA – MITROFAN, NICOLAE – ANIȚEI, MIHAI (2005): *Psihologie-manual clasa a X-a*. Editura Aramis, București

A BESZÉD- ÉS NYELVI ZAVAROK TÍPUSAI

Jakab Erzsébet

A beszéd kialakulása hosszú, bonyolult folyamat, és sajnos nem mindig történik egyenletesen, spontánul. A beszéd fejlődését esetenként külső – környezeti – tényezők, vagy belső – idegrendszeri – okok zavarhatják meg, s ez különböző típusú beszéd- és nyelvi zavarhoz vezethet.

A gyerekkori beszéd- és nyelvi zavarok főbb típusai:

- Megkésett beszédfejlődés
- Kiejtési zavarok:
 - Pösze beszéd
 - Orrhangzós beszéd
- Beszédfolyamatosság zavarai:
 - Dadogás
 - Hadarás
- Olvasás, írásteljesítmény zavarai:
 - Diszlexia
 - Diszgráfia, diszortográfia
- Kialakult beszéd zavarai:
 - Elektív mutizmus

Nagyon röviden ezekről a zavarokról (a fejezet végén felsorolt szakirodalomban bővebben lehet olvasni róluk):

Megkésett beszédfejlődés

Azokban az esetekben beszélünk megkésett beszédfejlődésről, amikor a gyermek életkorának nem megfelelő szinten beszél (gyakran csak 3 éves kora után kezd beszélni). Ebben az esetben a terápia elkezdése előtt mindenképpen szükséges ideggyógyászati és orr-fül-gégészeti orvosi szakvélemény, kivizsgálás. A témáról bővebben a *Megkésett beszédfejlődés* című fejezetben.

A pösze beszéd

A beszédhibás gyerekek legnagyobb számban ebbe a kategóriába sorolhatók. Ezek a gyerekek a beszédhangokat hibásan hangoztatják. Megtörténhet, hogy egy, kettő, három vagy több hangot is hibásan hangoztatnak. Van olyan gyerek, aki kimondja a hangot, de hibásan, torzítva, van aki egyik-másik hangot nem ejti ki, hanem másik hanggal helyettesíti, illetve vannak, akik egyes hangokat egyszerűen elhagynak, főleg, ha azok a szó végén vannak.

Az ötödik életévig spontánul javulhat a hibás hangoknak a kiejtése. Ha a gyerek az 5. életév után is hibásan ejt egyes hangokat, akkor logopédiai segítségre lesz szüksége.

Az orrhangzós beszéd

Az orrhangzós beszéd egy ritkábban előforduló beszédhiba. Nem az artikuláció, a beszédhang képzésében mutatkozó zavar (de társulhat vele), hanem a hang színének, csengésének elváltozása. Gyakori oka az orrjáratok eldugulása, amit nem csak a nátha okozhat, hanem az orrgaratmandula megnagyobbodása, különböző összenövések vagy a járatokban jelen lévő duzzanatok. Elsősorban orvosi segítségre van szükség.

Dadogás

A dadogás kifejezetten a hangos beszéd zavara. Jellemzőek a görcsös ismétlődések, elhúzódasok, megakadások a beszéd alatt.

Amikor a megakadások hang- és szótagismétlődések pa-pa-pa vagy ká-ká-kává, és ezek nem gyorsulnak vagy lassulnak, akkor **klónusos dadogásról** beszélünk. Ha a beszéd görcsösen el-elakad, ehhez izomrángás és különböző mozgászavarok is társulnak – ami a dadogás súlyosabb formáját jelenti – ezt a beszédhibát **tónusos dadogásnak** nevezzük.

A dadogás javítása komplex, hosszadalmasabb folyamat. Mindenképpen bízzuk szakemberre – logopédusra! A témáról bővebben a *Dadogás* című fejezetben.

Hadarás

Ellentétben a dadogóval, a hadaróra jellemző a gyors beszéd, nem tart szünetet, nem hangsúlyoz, nagy sietségében sokszor hangokat, szótagokat nyel el.

Diszlexia és diszgráfia/diszortográfia

A diszlexia és diszgráfia/diszortográfia a tanulási zavarok gyakori megjelenési formái, az olvasás és írás terén mutatott megkésett, rendellenes fejlődést jelentik.

A diszlexia tünetei akkor válnak nyilvánvalóvá, amikor a gyermek az olvasástanulást elkezdi. Megfigyelhető, hogy társainál lassabban halad, hibásan olvas, felcserél hangokat, kihagy hangokat, hosszabb szavakat nem tud kiolvasni, vagy gondot okoz az olvasott szöveg megértése.

A diszgráfia rendezetlen, kusza, formailag nem megfelelő írást jelent. Sok esetben nyelvtani, helyesírási hibák is fennállnak.

A különböző tanulászavarok bizonyos részképességzavarok talaján jelennek meg, amelyek már az óvodában is megfigyelhetőek. A témáról bővebben *A diszlexia-veszélyeztetettség tünetei* című fejezetben. Mivel nagyon fontos a korai felismerés és a fejlesztés, a jelen kiadványunkban nagy hangsúlyt kap ez a terület.

Elektív mutizmus

Az elektív mutizmus jelentése „választott némaság”. A gyermek amúgy jó beszédképességgel rendelkezik, de bizonyos helyzetekben – óvodában, iskolában, idegenekkel – nem beszél. Főleg lelki okok miatt alakulhat ki.

A beszéd- és nyelvi zavarok főbb típusairól bővebben az alábbi szakkönyvekben lehet olvasni:

SZAKIRODALOM

- BITTERA TIBORNÉ – JUHÁSZ ÁGNES (1999): *Én is tudok beszélni I.* Nemzeti Tankönyvkiadó, Budapest
- BITTERA TIBORNÉ – JUHÁSZ ÁGNES (1999): *Megkésett beszédfejlődés.* Nemzeti Tankönyvkiadó, Budapest
- DEME LÁSZLÓ (1987): *A beszéd és a nyelv.* Tankönyvkiadó, Budapest
- FEKETÉNÉ GACSÓ MÁRIA (2000): *Szemléltető segédanyag a pöszesség javításához (Szöveggyűjtemény).* Logopédiai Kiadó, Budapest
- GEREBENNÉ VÁRBÍRÓ KATALIN (szerk.) (1995): *Fejlődési diszfázia.* ELTE BGGYTF. Budapest
- GÓSY MÁRIA (szerk.) (1996): *Gyermekkori beszédészlelési és beszédmegértési zavarok. Tanulmánykötet.* Nikol Kkt. Budapest
- GÓSY MÁRIA (1992): *A beszédészlelés és a beszédmegértés folyamata.* Bárczi Gusztáv Főiskola, Budapest
- GÓSY MÁRIA (1999): *Pszicholingvisztika.* Corvina, Budapest
- GÓSY MÁRIA (2000): *A beszédészlelés és a beszédmegértés zavarai és terápiája.* Nikol Kiadó, Budapest
- GÓSY MÁRIA (2000): *A hallástól a tanulásig.* Nikol Kkt. Budapest
- KANIZSAI DEZSŐ (1961): *A beszédhibák javítása (Útmutató és gyakorlókönyv).* Tankönyvkiadó vállalat, Budapest
- KASSAI ILONA (2004): Nyelvi és beszédbeli rendellenességek a nyelvtudomány történetében. In: *Nyelvtudományi Közlemények* 101., 91–123.
- KIEFER GÁBOR (1999): *Rekedtség. Fonátia – a hangképzés és zavarai.* Golden Book Kiadó, Budapest
- KOVÁCS EMŐKE (1974): *Logopédiai jegyzet I.* Budapest
- MESTERHÁZI ZSUZSA (szerk.) (2001): *Gyógypedagógiai lexikon.* ELTE BGGYTF. Budapest
- MONTÁGH IMRE (1975): *A gyakori beszédhibák.* Tankönyvkiadó. Budapest
- MONTÁGH IMRE (2000): *Mondd ki szépen!* Holnap Kiadó, Budapest
- MONTÁGH IMRE (2001): *Monddjam vagy mutassam.* Holnap Kiadó, Budapest
- MONTÁGH IMRE (2001): *Tiszta beszéd.* Holnap Kiadó, Budapest
- MONTÁGH IMRE – MONTÁGHNÉ RIENER NELLI (2002): *Gyakori beszédhibák gyermekkorban.* Holnap Kiadó, Budapest
- RICHTER, ERWIN – BRÜGGE, WALBURGA – MOHS, HATHARINA (1997): *Dadog a gyerek?* Akkord Kiadó Kft., Budapest
- SURJÁN LÁSZLÓ – FRINT TIBOR (1982): *A hangképzés és zavarai, beszédzavarok.* Medicina Könyvkiadó, Budapest
- SUBOSITS ISTVÁN (2002): *„Szép szónak nem szegik szárnyát” (A helyes beszéd).* Logopédiai Kiadó, Budapest
- VASSNÉ KOVÁCS EMŐKE – SUBOSITS ISTVÁN (1980): *A beszéd és zavarai: Tanulmánygyűjtemény.* Tankönyvkiadó, Budapest
- VASSNÉ DR. KOVÁCS EMŐKE (2004): *A hadarás.* Suli Nova, Budapest
- VINCZÉNÉ BÍRÓ ETELKA (szerk.) (1990): *Gyakorlóanyag a pöszesség javításához.* Tankönyvkiadó, Budapest

LÉGZÉST-FÚJÁST FEJLESZTŐ JÁTÉKOK AZ ÓVODÁBAN

Varga Emőke

A következő *légzést-fújást fejlesztő játékokat* jól szellőztetett helyiségben végeztessük. Lehetőleg naponta, rövid ideig, max. 3 percig gyakoroljunk.

1. Nyár van, napozzunk! A gyerekek hanyatt fekszenek, a hasukra egy-egy könyvet helyezünk, beszívjuk a levegőt – kifújjuk a levegőt. Ha helyesen végezzük, láthatjuk amint a hasunk fel-le mozog. Levegővételnél, kilégzéskor ötig számolunk, majd váltakozva mondjuk a kigyóhangot (sz), a vonathangot (s), majd a méhecskehangot (z).
2. Gyertyát gyújtunk, és a gyerekek úgy fújják a gyertyát, hogy az lebegjen, ne aludjon el.
3. Fújják el a gyertyát, előbb közről, majd fokozatosan távolabbról.
4. Szappanbuborékokat fújnak a gyerekek, szép, nagy buborékokat.
5. Papírból készítsenek szélmalmost, amit úgy forgatnak meg, hogy fújják.
6. Lufit fújjanak a gyerekek, a legügyesebb, aki leghamarabb és legnagyobbra fújja fel a lufit.
7. A gyerekeket két csapatra osztjuk, és két különböző színű papírból készült halacsákat kapnak. A halacsák a parton vannak, segítünk nekik, hogy a tóba (padlón kijelölt hely) jussanak, úgy, hogy oda fújjuk őket.
8. Minden gyerek kap egy műanyag tányért (ez lesz a tó), egy-egy szívószálat, több kisebb színes halacsát, amelyek a parton vannak (az asztalon). Besegítjük a halacsákat a tóba (szívószállal felszippanjták, s behelyezik a műanyag tányérba a halacsákat).
9. Felhúzzuk az órát (mély levegőt veszünk), ketyeg az óra (mondogatjuk tik-tak-tik-tak, s közben lassan engedjük ki a levegőt). Az a legjobb óra, amelyik a legtöbbet ketyeg.

10. Csillagokat festünk az égre. Fehér lapra, színes vízfestékből nagy pöttyöket festünk, jó erősen megfújjuk, amíg szétszaladnak a színes vízcseppek a lapon.
11. Víz alá kell merüljünk: sok levegőt szívunk be (szájon keresztül), a „víz alatt” lassan-lassan kifújjuk (szájon keresztül).
12. Beszippantjuk a virágok kellemes illatát (orron keresztül), kiengedjük magunkból a virágok illatát (orron keresztül).
13. Egy levegővétellel számoljanak el a gyerekek 10-ig.
14. A gyerekek által elkészített méhecskéket hurkapálcára kötjük, amit fel kell fújni a levegőbe. Kinek a méhecskéje száll a legmagasabban?
15. Nagyon fázik a kezünk, melegítsük fel, „h” hang hangoztatásával.
16. Tollpihét tartunk a levegőben minél több ideig úgy, hogy az ég felé fújjuk.
17. Kerek ceruzákat fújunk minél messzebb.
18. Szögletes ceruzákat fújunk minél messzebb.
19. Műanyag pohárban fújuk a vizet szívószállal.

Pihentetésül egy szórakoztató játék, ami melleleg a hallási differenciálást is fejleszti:

Leterítünk néhány asztalt egy földig érő terítővel. A gyerekek bebújnak alá (ez a házuk). A gyerekcsoport egyik fele méhecske (z) lesz, a másik fele kígyó (sz), Fülelniük kell, hogy melyik állatot szólítom ki a házból. Ha a „z” hangot hallják, a méhecskéknak kell előbújniuk, ha a „sz” hangot hallják, a kígyóknak kell kicsúszniuk a házból.

Felhasznált irodalom

http://www.szombathelyiovodak.hu/files/5217_egyeni_kepessegek_fejlesztese_az_ovodaban__ja.pdf

<http://ovi-isi.hupont.hu/6/anyanyelv-fejleszto-jatekok>

<http://ovi-isi.hupont.hu/6/anyanyelv-fejleszto-jatekok#ixzz6BjJ04OX6>

MONTÁGH IMRE – MONTÁGHNÉ RIENER NELLI (2002): *Gyakori beszédhibák a gyermekkorban*. Holnap Kiadó, Budapest

ARTIKULÁCIÓS GYAKORLATOK AZ ÓVODÁBAN

Kocsis Csilla

Az artikulációs gyakorlatok célja a beszédhangok kiejtésében résztvevő izmok (arc-, ajak-, nyelvizom) erősítése, koordinációjának elősegítése, a beszédhangok kiejtésének tudatosítása, a helyes hangképzés kialakítása. A gyakorlatok csak akkor hozzák a várt eredményt, ha heti 2-3 alkalommal is sor kerül az elvégzésükre, alkalmanként 5-10 percet igénybe véve. Az alábbi játékgyűjtemény gyakorlatai a beszédszervek általános erősítésére alkalmasak, a hangok kialakítása a logopédus feladata.

Az **ajakgyakorlatokat** közismert hangutánzásokkal végezhetjük, képekkel társítva, mondókák segítségével vagy rövid történetekbe ágyazva.

Utánozzuk a környezetünk hangjait!

- Órakettyegés: tik-tak, tik-tak
- Harangszó: bim-bam, bim-bam
- Rendőrautó: ni-nó, ni-nó
- Kisbaba sírása: oá-oá, oá-oá
- Csacsi: i-á, i-á
- Malacka: u-i, u-i
- Farkas: á-ú, á-ú
- Motor: brrrr (ajakpörgetés)

Hogy csinál a ...?

- Kisegér: a felső fogsorral végigsimítja az alsó ajkait
- Krokodil: alsó fogaival végigsimítja a felső ajkait
- Halacska: ajkak pattintása, beszívása
- Pusztit küldünk: ajkainkkal cuppantunk
- Lufit fújunk az arcunkból! Felfújjuk az arcunkat, ajkainkat összezárjuk, majd ujjainkkal kipukkasztjuk. (Aszalai A., 2015)

Utánozzuk a bohóc száját, aki a cirkuszban szórakoztatja a gyerekeket! (ellentétes ajakállású magánhangzók ciklizálása):

- U-I-U-I
- Á-I-Á-I
- Ö-É-Ö-É
- O-Á-U-E

A **nyelvgyakorlatokat** történetekbe szöve is végezhetjük, a pedagógus kreativitására van bízva, hogy alakítja, hogyan alkalmazza a saját csoportjában.

Tornáztassuk meg a nyelvünket!

„Üljünk be az autóba, és menjünk el az állatkertbe/állatsimogatóba! (brrrrr.....) Látogassuk meg az állatokat!”

A bejáratnál egy gazdátlan kiscicával találkozunk, akit a járókelők tejjel kínáltak. Utánozzuk, ahogy a kiscica letörli a tejes bajuszát, először a felső ajkáról, majd az alsó ajkáról, majd körbe-körbe (egyszer jobbra, majd balra, ajkaink körbe nyalogatásával).

Ahogy belépünk az állatkertbe, a zsiráffal találkozunk. Utánozzuk a zsiráf magasba ágaskodó nyakát, ahogy a fákról a leveleket próbálja elérni, majd azt, amikor lehajol a tóhoz inni! Nyelvünk hegyét az orrunkig próbáljuk emelni, majd lefelé az állunkhoz.

Egy barátságos kiskutyá szalad felénk a farkát csóválva. Utánozzuk nyelvünkkel, ahogy a kutya csóválja a farkát jobbra-balra, egyik szájzúgtól a másikig.

Közben egy fagyis kocsihoz érünk, a fagyis bácsi megkínál minket egy gombóc fagyival, ezt elnyalogatjuk. Nyelvünket kiöltjük, majd beemeljük.

Az énekesmadarakat is meglátogatjuk, és utánozzuk éneklésüket. Egy ismert dal dallamát *lálálá*-val elénekeljük.

Hamarosan a püpostevéhez érünk, aki a látogatóktól cukrot kér. Nyelvünket az alsó fogsor mögé helyezzük, majd hintáztatjuk!

A kanalasgém is az állatkertben lakik, utánozzuk le különleges csőrét! Szánkat nagyra tátjuk, nyelvünk peremét pedig felfelé kunkorítjuk – kanálformában.

Az elefánt felé kanyarodunk, és utánozzuk a hangos trombitálását. Nyelvünket ajkaink között kidugjuk, nyelvünket lazán tartva, hosszasan levegőt préselünk ki.

A zebrákat is meglátogatjuk, megkergetjük őket! Utánozzuk, ahogy a patáik kopognak a köveken! Nyelvünkkel csettintünk. (Porkolábné, 2009)

A **szívó, fúvó, pattintó gyakorlatok** célja a légzés szabályozása. A helyes légzés mindig orron át beszívott és szájon át kifújtt levegővel történik.

Néhány kiegészítő játékötlelet a „*Légzést-fújást fejlesztő játékok az óvodában*” fejezethez:

1. Béka-ugróverseny

Zöld papírlapból kisebb papírszeleteket tépünk, ezek lesznek a békák. A békák ugró versenyt rendeznek, szeretnék megtudni, hogy ki tud közülük a legnagyobbat ugrani. A gyerekek egymás mellé ülnek, egy-egy papírszeletkét kézfejükre helyeznek, majd ajkaikkal erőteljes „p” hangot ejtve megpróbálják minél messzebb pattintani a papírszeletkét. Többször is megismételhető a papírszelet elpattintása.

2. Szájfoci

A gyerekek az asztalnál egymással szemben ülve, akár csoportokban is, egy-egy szívószállal pingponglabdát a társaik irányába fújva próbálják az asztalon tartani. Ha legurul a labda az asztról, azt jelenti, hogy aki elszalasztotta a labdát, gólt kapott, majd újra indul a játék.

3. Labirintus

A gyerekeket kisebb csoportokra osztjuk, majd gyurmából hosszú, vékony, kígyó alakú hengereket formáznak, s ebből az asztalon labirintust alakítunk ki. Minden kiscsoport tagjai a labirintusban egy pingponglabdát vezetnek végig, egy szívószál fújásával irányítva a labdát.

4. Elkóborolt báránykák

A gyerekeknek több fehér papírfecnit adunk, ezek lesznek az elkóborolt bárányok, akiket megtalál a gazdájuk. A báránykákat egy szívószál segítségével felszippantják, és visszahelyezik az óljukba, egy kis dobozkába. Addig tart a játék, amíg minden báránykát sikerül begyűjteni.

5. Szélrózsa

Minden gyerek kap egy papírforgót. Az óvónő jelzésére, az időjárásnak megfelelően fújja a szélrózsáját. Amikor azt mondja az óvónő, hogy csendesen fúj a szél, akkor mindenki csak óvatosan fújja a szélrózsáját, amikor viszont azt mondja, hogy vihar készülődik, mindenki erőteljesebben fújja a szélrózsáját.

Felhasznált irodalom

PORKOLÁBNÉ BALOGH KATALIN – BALÁZSNÉ SZÜCS JUDIT – SZAITZNÉ GREGORITS ANNA (2009): *Komplex prevenciós óvodai program. Kudarc nélkül az iskolában*. Trefort Kiadó, Budapest

ASZALAI ANETT – HORVÁTH JUDIT – HORVÁTHNÉ CSAPUCHA KLÁRA – DR. RÓNÁNÉ FALUS JÚLIA (2015): *Amit az óvónőnek észre kell vennie*. Flaccus Kiadó, Budapest

HALLÁSI DIFFERENCIÁLÓ GYAKORLATOK AZ ÓVODÁBAN

Kocsis Csilla

Hallási differenciáláson két hang közötti hasonlóság és különbözőség felismerését, hosszúságának, zöngességének tudatosítását értjük. A beszédészlelés legmagasabb szintjének tekintjük a beszédhangok megkülönböztetési készségének a kialakulását, mely alapos előkészítést igényel. Ez feltétele a könnyed írás, olvasás és idegen nyelv elsajátításának.

A beszédhanghallás készsége az életkorral párhuzamosan fejlődik, és különböző fokozatokban valósul meg: a hasonló hangzású hangok megkülönböztetése, szótagok, szótagpárok differenciálása, majd a szavakban való felismerése, illetve az adott szóban elfoglalt pontos helyének meghatározása (szó elején – szó végén – szó belsejében) – ehhez természetesen a gyerekeknek ismernie kell az elöl – középen – végén fogalmakat.

A hanginformációkat a gyerek először *tömbszerű* egységekként észleli (pl. „gyereide”, „kéremszépén”, „nemszabad”), majd a megkülönböztető képesség fokozatos fejlődésével tagolni kezdi a szótömböket, eljutva a *szó*hoz. 4-5 éves korban a szóészlelést követi a *szótag* felismerése, amikor visszamondja, letapsolja, illetve egyszerű játékos feladatokban felhasználja a szótagokat. 5-6 éves korra kialakul a beszédhangok egyértelmű felismerése adott hangsoron belül, az egyes magánhangzók és mássalhangzók elkülönítése egymástól. (Fazekasné, 2006)

Az alábbi játékgyűjtemény javaslatként szolgál a hallási differenciálás óvodai, csoportos keretek közötti megalapozásához. A játékok kiválasztását mindig a gyerekek fejlettségi szintje határozza meg, a játék időtartamát pedig a gyerekek játékban mutatott öröme irányítja. A játékok sikerességét nagymértékben meghatározza a csoportlétszám, a háttérzaj, a pontos artikuláció. A játék során ne legyen kizáró jellegű, ha egy gyerek nem tudja a helyes választ, mert valószínűleg neki van a legnagyobb szüksége ezen játékok gyakorlására.

A játéktár-összeállítást a fokozatosság jellemzi, az egyszerűbb feladatoktól haladva a magasabb szintű feladatokig. Javasolt játékidő napi 10 perc/heti 3 alkalom.

1. Zsákbamacska

Egy kis zsákba különböző hangokat kiadó eszközöket teszünk (pl. papírgalacsin, kulcscsomó, műanyag tasak, zörgő, kattogtató, csengő). A gyerekek körbe ülnek, majd az óvónő a zsákba gyűjtött játékokat egyenként megzörgeti úgy, hogy nem veszi ki a zsákból, nem látják, csak hallják a gyerekek. A gyerekeknek ki kell találniuk, hogy mi zörög a zsákban. Ha első körben nem sikerül kitalálniuk, az óvónő bemutatja a megzörgetett tárgyat. A második körben a gyerekek közül egy valaki nyúl a zsákba, majd megzörget egy tárgyat. Ha a többiek közül valaki eltalálja, helyet cserél azzal. Ha senkinek sem sikerül kitalálni, azt mondja: „Zsákbamacska!”, és egy újabb tárgy megzörgetésével próbálkozik, mindaddig, amíg sikerül a gyerekeknek valamelyiket eltalálni.

2. Mi szól a rádióban?

Ehhez a játékhoz egy hangrögzítőt használunk (pl. mobiltelefon hangrögzítője), melyre a játékot megelőzően különböző, az óvodai környezetben hallható hangokat rögzítünk (pl. *óvó néni hangja, dadus néni hangja, gyerekzsivaj, legós doboz kiborítása, ajtó csukódása, vízcsobogás* stb.). Majd körbeülünk a gyerekekkel, és közösen meghallgatjuk, hogy „ki vagy mi szól a rádióban?”.

3. Detektív játék

A gyerekek körben állnak, szorosan egymás mellett. Egyvalaki beáll a kör közepére, ő lesz a detektív, akinek bekötjük a szemét. A körben álló gyerekek egymásnak adogatnak egy csengőt, vigyázva, hogy ne szólaljon meg. Ha mégis megszólal, a detektív elkiáltja, hogy: „Állj!”. „Megáll” a csengő, és a kör közepén álló gyerekek oda kell mutatnia, ahol hallotta megszólalni. Nehezítésként két hangot kiadó játékeszközt is el lehet indítani, egyiket egyik irányba, másikat másik irányba (pl. 1 csengőt és 1 zörgőt). Ha megcsörren valamelyik, szintén megállnak a tárgyak. A kör közepén állónak meg kell mondania, hogy melyiket hallotta, és abba az irányba mutat, ahol hallotta.

4. Hóbortos méhkirálynő

A méhkirálynő énekléssel próbálja a többi méhet munkára ösztönözni. A méhkirálynő szerepét a játék elején ajánlatos, hogy az óvónő vállalja, a méhek pedig a gyerekek lesznek. Amikor értik a gyerekek a játék szabályait, szerepet lehet cserélni. Amikor a méhkirálynő normál hangon énekel, a méhek szótlanul sétálva dolgoznak körülötte. Amikor hangosan énekel, a méhek felgyorsulnak és szaladgálva dolgoznak. Amikor elhalkul az éneklés, a méhek leguggolnak és pihennek. A hangos – halk – normál hangon éneklést többször is lehet váltogatni egy játékon belül. Ugyenezt a játékot gyors – normál – lassú tempóval való énekléssel is lehet játszani.

5. Nyomozós játék

Letakarunk egy asztalt egy földig érő terítővel, ez lesz a bunker. Ide beköltözik először két gyerek, majd ha a feladatot nehezíteni szeretnénk, több gyerek is beköltözhet. A nyomozónak nem

szabad látni, hogy kik költöztek be, mert az ő feladata kitalálni, hogy kik laknak a bunkerben. A nyomozó kérdéseket tesz fel, és a bunkerlakók hangja alapján próbálja megfejteni, hogy kik ők. A nevüket nem kérdezheti meg, de bármi mást igen (pl. *Mi a kedvenc játéka? Mi a kedvenc színe? Mit szeret rajzolni?*, stb.).

6. Beszédóvoda

Laci beszélni tanul. Az óvó néni arra kéri Lacit, hogy ismétlje utána pontosan úgy a szavakat, ahogy ő mondja. Lacit egy kézbáb helyettesíti. Ha van ilyen nevű gyerek a csoportban, akkor ajánlatos megváltoztatni a báb nevét. Az óvónő elmondja a saját hangján a megismétlendő szót, majd a hangját megváltoztatva Laci nevében is elismétli. A gyerekek dolga, hogy segítsék Lacit, hogy jól mondja vagy sem a szavakat. Amikor Laci hibázik, nem ugyanazt a szót ismétli, bekiabálják, hogy: „Nem jó, Laci!”. Ha Laci jól ismétli a szavakat, akkor nem mondanak semmit, csak bólintanak a fejükkel. A játékhoz az alábbi szópárokat ajánljuk:

<i>Gyuszi – nyuszi</i>	Beáta – Beáta	asztal – asztal
Emese – Emese	<i>Rózsi – Józsi</i>	<i>ólom – álom</i>
<i>Oszkár – uszkár</i>	bábu – bábu	<i>völgy – tölgy</i>
Tamás – Tamás	<i>ordít – fordít</i>	<i>rétes – rémes</i>
<i>doboz – toboz</i>	<i>málna – bálna</i>	<i>domb – gomb</i>
gomba – gomba	hajó – hajó	<i>szövet – követ</i>

(minta: Franz S. – Brigitte S.: *De jó, már én is tudom!*, 2005)

7. Veréb-óvoda

Veréb mama ugrálni tanítja a kis verebeket. A gyerekek a terem egyik felében egymás mellé sorba állnak, ők lesznek a kis verebek. Az óvó néni a veréb mama, arra kéri a gyerekeket, hogy csípőre tett kézzel ugorjanak egyet előre, ha a szavakban, amiket mond, meghallják a „ke” szócskát – így tudnak visszajutni a fészekbe a veréb mamához. Mielőtt elkezdenénk a játékot, mondjunk egy példát: Baba. – Van benne „ke”? (mama, *kevés*, *szőnyeg*, cica, *kecske*, levél, *Kevin*, papír, ceruza, *kesztyű*, *gyerekek*, ecset, *lepke*, maci, autó, *fekete*, *menyecske*, labda, hinta, *picike*, *őzike* stb.). Bármilyen más szótaggal is játszható.

8. Okos visszhang

Egy olyan néni érkezik külföldről, aki nem tud még helyesen beszélni magyarul, ezért a gyerekek segítségét kéri a tanulásban. Megtanult már néhány szót, de nem tudja, hogy kell azt helyesen kimondani. Az óvónő, a külföldről érkezett hölgy szerepében olyan szavakat mond a gyerekeknek, melyekben hosszú mássalhangzó, illetve magánhangzó szerepel, de ő röviden fogja mondani. A gyerekek, ha kitalálták, mire gondolt, bekiabálják a megfejtést. (*az óvónő által mondott szavak: ora, hus, szapan, pilangó, pötyös, vila, szelő, holó, patog, aszony, lasan, álat, őzike, vicel,*

regel; a gyerekek helyes válaszai: óra, hús, szappan, pillangó, pöttyös, villa, szellő, holló, pattog, asszony, lassan, állat, őzike, viccel, reggel) (minta: Bartók, 2010)

9. Indián anyó hazavárja gyermekeit

Három különböző színű háromszöget vágunk ki kartonpapírból, ezek lesznek az indián anyó sátrai. Minden sáturnak más-más neve van: az első sátor neve I, a második sátor Á, a harmadik pedig O. Az I sátorba azok a gyerekek költöznek be, akiknek a nevében halljuk az „i” hangot, a második sátorba, akiknek „á” hangot, a harmadik sátorba pedig, akiknek „o” hangot hallunk a nevében. Bármilyen más magánhangzóval játszható. (Minta: Fazekasné, 2006)

10. Látogatóba megyünk!

Összegyűjtünk néhány játékot a csoportból, amelyek különböző hangon „szólalnak meg” (pl. *maci – mmm, cica – fff, kutya – vvv, vonat – sss, repülő – zszszs, csibe – cscscs, kígyó – szszsz, méhecske – zzzz, kiséger – ccc, stb.* – fontos, hogy a későbbi játékok során ugyanaz a játék ugyanazt a hangot szimbolizálja). Egy játék alkalmával legtöbb három hanggal játszodjunk. A kiválasztott játékok hangjait hangoztatással bemutatja az óvónő, és a terem különböző pontjaira helyezi. Majd arra kéri a gyerekeket, hogy szaladjanak el látogatóba ahhoz a játékhoz, amelyiknek a hangját hallják (amit az óvónő hangoztat). Fontos, hogy hangoztatáskor az adott hangot ejtsük – pl. *sss*, ne pedig *ső*. (Minta: Aszalai, 2015)

11. Kígyómama nevet keres a gyerekeinek!

Kígyómamának 3 kiskígyója születik. Találjátok ki, hogyan nevezte el őket, ha minden kiskígyó neve „sz” hanggal kezdődik. Az óvónő különböző neveket sorol, a gyerekeknek ki kell találniuk a kiskígyók nevét: *Kati, Robi, Marika, Szili, Tamás, Réka, Marci, Szabi, Hanna, Zsófi, Ádám, Szidi*. Bármilyen más hanggal játszható. (Minta: Fazekasné, 2006)

12. Házépítés

A terem különböző pontjaiban állatfigurákat helyezünk el, vagy bármi mást, ami az adott állatot jeleníti meg (pl. *kígyó (sz), méhecske (z), kiséger (c)* – mielőtt a játékot elkezdenénk, győződjünk meg, hogy a gyerekek tudják, melyik állatnál milyen beszédhangot hangoztatunk). Egy nagy szélvihar lerombolta az állatok házait, nagyon szomorúak, szeretnének új házat maguknak. A játéktér közepére kiteszünk egy nagy doboz építőkockát. Az óvónő különböző szavakat mond, amelyekben szerepelnek a *sz-z-c* hangok. A gyerekek minden alkalommal, amikor az adott állat hangját tartalmazó szót hallanak, kiszállíthatnak egy építőkockát neki (pl. *szita, zongora, cica, szikla, cipő, szellem, széna, Zita, cumi, zokni, céltábla, Cecilia, zöldhagyma, szempilla, cápa, zab*). (Minta: Fazekasné, 2006)

13. Mit szállít a repülő?

Nagy ívpapírra egy óriás repülőt rajzolunk. A repülő, amikor beindul, „zs” hangot ad ki. Csak olyan csomagot tud szállítani, aminek a neve végén „zs” hangot hallunk. Az óvónő szavakat sorol (pl.

baba, *zsák*, asztal, autó, *zsemle*, szőnyeg, *zseblámpa*, párna, kocka, *pezsgő*, *hátizsák*, ceruza, *Balázs*, labda, sál, *pajzs* stb.), amelyek közt „zs” hangot tartalmazó tárgyak is szerepelnek, és a gyerekeknek ki kell választaniuk, hogy mit szállíthat a repülő. Aki kitalálja, fel is rajzolhatja a repülőre.

14. A kiscsibe születésnapja

A kiscsibének születésnapja van – ezt megjeleníthetjük egy játékkal vagy képpel. A kiscsibe csak olyan ajándékokat tud elfogadni, amelyeknek a neve végén halljuk a „cs” hangot. Mivel ajándékozzuk meg a kiscsibét? Kezdetben ajánlatos a gyerekeknek segítséget adni az ajándékozáshoz, egy kosárba összegyűjtött játékokkal vagy képkártyákkal, melyek neve „cs” hangot tartalmaz (pl. csésze, csengő, *narancs*, *kalapács*, kocsi, *kincs*, pecsételő, *kulcs*, *bakancs*, ecset, *szivacs*, *kavics* stb.), illetve körülírással is segíthetünk. Bármilyen más hanggal is játszható.

15. Vonatozás

Három különböző színű fonalból a földön három téglalap formát alakítunk ki, ezek lesznek a vonat vagonjai. Mielőtt elkezdenénk a játékot, fontos tisztáznunk a gyerekekkel, hogy melyik az első – középső – utolsó vagon. A gyerekek kettesével párba állnak, ők lesznek az utasok, az óvónő a kalauz. Akkor lehet felülni a vonatra, ha kitalálják a párok, hogy a kalauz által mondott szóban hol hallják a „s” hangot. Ha a szó elején van a „s” hang, az első vagonba ül be a páros, ha a szó végén, akkor az utolsó vagonba, és ha szó közben, akkor a középső vagonban utazik a páros (pl. *süni*, *sonka*, *lángos*, *vasaló*, *sajt*, *masni*, *újság*, *fésű*, *sapka*, *mókus*, *saláta*, *kapus*, *mosógép*, *lábas*, *fogas* stb.). Bármilyen más hanggal is játszható. (Minta: Gósy, 2009)

Felhasznált irodalom

ASZALAI ANETT – HORVÁTH JUDIT – HORVÁTHNÉ CSAPUCHA KLÁRA – DR. RÓNÁNÉ FALUS JÚLIA (2015): *Amit az óvónőknek észre kell vennie*. Flaccus Kiadó, Budapest

BARTÓK ÉVA (2010): *Játék, öröm, csillogó szemek. Képességfejlesztőjátékgyűjtemény diszlexiaveszélyeztetett és diszlexiás gyerekek számára*. Marosvásárhely

GÓSY MÁRIA (2009): *A beszédészlelés és a beszédmegértés fejlesztése óvodásoknak*. Nikol Kiadó, Budapest

FAZEKASNÉ FENYVESI MARGIT (szerk.) (2006): *A beszédhanghallás fejlesztése 4-8 éves életkorban. Módszertani segédanyag óvodapedagógusoknak és tanítóknak*. Mozaik Kiadó, Szeged

SEDLAK, FRANZ – SINDELAR, BRIGITTE (2005): *De jó, már én is tudom! Óvodáskorú és iskolát kezdő gyermekek fejlesztése*. A/3 Nyomdaipari és Kiadói Szolgáltató Kft., Budapest

DADOGÁS

Balásy Réka

A dadogás rejtélye egy igen összetett jelenség, aminek a megértése régóta foglalkoztatja a kutatókat. Minden meghatározás részigazságokat tartalmaz, de nem tudják lefedni ezt a komplex jelenséget. Balás (2004) szerint „nehezen lehet elfogadni, hogy a dadogással kapcsolatban, (...) nincsen egyetlen, kinyilatkoztatható igazság. Apró igazságok vannak, ezek mentén lehet minden egyes esetet lassan és aprólékosan felgöngyölíteni, megérteni. Megérteni és elfogadni olyannak, amilyen.” A mindennapi életben ugyanis nincs két egyforma dadogó sem – ahány dadogó, annyiféle személyiség, az okok és tünetek végtelen számú variációja létezik.

A klasszikus Kanizsai (1961) definíció szerint „a dadogás a beszéd összerendezettségének a zavara, amely a ritmus és az ütem felbomlásában és a beszéd görcsös szaggatottságában jelentkezik.” Ez a meghatározás a külső, tüneti leírást adja a dadogás jelenségéről, viszont ebből nem derül ki, mi okozza, mi váltja ki a beszédmegakadást.

Balás (1990) szerint a dadogás kialakulásában többféle ok érvényesül, és a dadogás olyan neurotikus tünetegyüttes részeként fogható fel, amely egyrészt az idegrendszerben öröklött, veleszületett vagy szerzett predispozíciót, másrészt a környezetből érkező, az énfejlődés kezdeti szakaszának krízishelyzeteiben bekövetkező, az egész személyiségfejlődésre kiható traumatikus élményeket tételez fel.

A dadogás leggyakrabban 2-3 éves kor táján lép fel, az összefüggő beszéd kialakulásának idején, vagyis a néhány szavas mondatok felbukkanásakor. A kisgyermek mondanivalóját gyorsabban akarja elmondani, mint amire képes, hisz beszédszervei még nem annyira ügyesek, fejlettek. Egyre gazdagodó gondolatainak kifejezéséhez még nincs megfelelő mennyiségű szókincse. Ide-oda száguldozó gondolatai miatt elfelejti a következő mondatot, ezért megismétli az előzőt. Ebben az időszakban nagy változások mennek végbe a kisgyermek életében: szobatisztaság kialakulása, bölcsődébe-óvodába szoktatás, költözés, testvérszületés, illetve a dackorszak megjelenése is erre az időszakra tehető. Ezt a megakadást élettani dadogásnak nevezzük, és a beszédfejlődés természetes velejárója.

A gyermeket a megakadások eleinte nem zavarják, ezért sokat és szívesen beszél. A szülő aggódó tekintete, a gyermek beszédének javítása, visszajelzése a megakadásról, ismételtetésről megzavarhatják, megijeszthetik a kisgyermeket, és ettől romolhat a beszéd, esetleg kevesebbet fog beszélni. Tanácsos lenne, ha a szülő, pedagógus nem tulajdonítana különösebb figyelmet a beszédtüneteknek, hiszen így biztosan nem segítené elő a beszédhiba rögzülését.

Mit tehet a pedagógus, szülő?

- A szülő beszéljen nyugodtan, türelmesen gyermekével.
- Ha a gyermek fáradt, nyugtalan, beszéltesse kevesebbet, ne kérdezzen sokat.
- Hallgassa meg a gyermeket, amíg befejezi mondandóját.
- Ha a gyermek nyugtalan, sír, kiabál, nyugtassuk kedvesen.
- Énekeljenek, meséljenek, játszanak közösen. Töltsenek minél több minőségi időt együtt.
- Dicsérni a gyermeket, mikor erre rászolgál, és ezzel önbizalmát növeljük.
- Ha a gyermek szenved a beszédhibájától, akkor igyekezzünk megnyugtatni, hogy ezek a nehézségek majd lassan megszűnnek, és bármiként legyen is, biztosítsuk feltétel nélküli szeretetünkről és elfogadásunkról.
- Ne sietessük a gyermeket, és ne is éreztessük, hogy gyorsan kell beszélnie.
- Amennyire lehetséges, ne legyen szem- és fültanúja hangos, erőszakos jelenetnek, illetve igyekezzünk távol tartani feszültséget keltő, félelmet, büntudatot kiváltó hatásoktól.
- Arc kifejezésével, non-verbális kommunikációjával bátorítsa a kisgyermeket.
- Fegyelmezéskor ne tegyen különbséget a dadogó gyermek javára, ugyanazok a szabályok legyenek érvényesek rá is, mint a csoport többi tagjára.
- Ne fárasztja túl se szellemileg, se fizikailag olyan feladatokkal, amelyek meghaladják a kisgyermek képességeit.

Mikor szükséges szakemberhez, logopédushoz fordulni?

Érdemes a logopédust megkeresni, ha a beszédtünetek 6 hónapnál hosszabb ideig fennállnak, vagy ha a dadogás jellege megváltozik: együttmozgások vagy görcsök jelennek meg a beszéd közben, nagyon elhúzza az első szótagot, vagy egyre kevesebbet beszél, tikkek jelennek meg a kisgyermeknél. Tanácsos felkeresni a szakembert akkor is, ha a családban van olyan személy, aki szintén dadog, vagy dadogott vagy hadart korábban. Váratlan trauma (haláleset, baleset, válás stb.) esetén megjelenő dadogáskor is javallott pszichológushoz, logopédushoz fordulni, aki a gyermeknek a trauma feldolgozásában, illetve a beszédtünetek enyhítésében nyújt segítséget.

Felhasznált irodalom

BALÁS ESZTER (1990): *A dadogás komplex művészeti terápiás programja*. OPI, Budapest

SCHIMIDTNÉ BALÁS ESZTER (2004): *Képes könyv a dadogásról és más dolgokról*. Közhasznú Alapítvány a Dadogókért, Budapest

KANIZSAI DEZSŐ (1961): *A beszédhibák javítása (Útmutató és gyakorlókönyv)*. Tankönyvkiadó vállalat, Budapest

MEGKÉSETT BESZÉDFEJLŐDÉS

Elméleti háttér és gyakorlati útmutató az óvodapedagógusi munkához

Szilágyi Réka

Az óvodapedagógusi gyakorlatban rendszeres, bár nem annyira gyakori (mint például a pöszeség) jelenség, hogy kiscsoportban, középcsoportban a kisgyerek nem beszél, gesztusok, mimika segítségével kommunikál, vagy érthetetlen szófoszlányok, hangutánzók segítségével érteti meg magát. Ha megindul a verbális kommunikáció, beszéde érthetetlen, gyakran halmozottan hanghibás, szókincse szegényes, és nagyon lassan gyarapszik. Annak eldöntése, hogy ezek a tünetek fiziológiásak (az életkor jellemzői) lehetnek, esetleg kórosak, és mint ilyen, fejlesztést igényelnek, a beszédterapeuták, logopédusok feladata, ám az óvónők kiemelt szerepet vállalhatnak azzal, hogy megfelelő információk birtokában ezen gyerekek szüleit megfelelő szakemberhez irányítják.

Álljon az alábbiakban néhány információ arra vonatkozólag, hogy mikor tekintünk egy beszédfejlődést normálistól eltérőnek, illetve milyen ismérvek alapján ismerünk fel egy megkésett beszédfejlődést, mint logopédiai kórképet, melyek az óvodai munkában megvalósítható fejlesztés lehetőségei, konkrétumai, az ehhez kapcsolódó problémák szociális szinten való kezelésének irányelvei a csoportban, szülőkkel stb.

A megkésett beszédfejlődés vagy nyelvi késés terápiája elsősorban logopédus feladata, a fejlesztői munkában azonban szerves részt vállal elsőként a család, az óvoda és a nevelésben részt vevő közvetlen környezet. Ideális esetben a logopédus irányítása szerint zajlik a fejlesztő-educációs tevékenység. Napjainkban a tanügyi intézmények kevés hányada van ellátva szakszolgálattal. Emiatt, vagy a család szocioökonómiai státusmutatóinak alacsony szintje, vagy egyéb problémák miatt, nem jöhet létre a logopédus által irányított, célszerű fejlesztés. Ebben az esetben a szülők vagy az óvónők szerepe kiemelt a fejlesztői tevékenységben. Miután felismertük, megértettük a probléma lényegét, a speciális, differenciált foglalkozásban olyan kérdések merülhetnek fel, mint: Mit tanítsunk? Milyen sorrendben? Hogyan? Mikor? Milyen eszközökre van szükségünk ehhez? stb.

Van egy nagyon lényeges pozitív komponense ennek a problémának: az óvodai tevékenységek mindenike a természetes fejlődést követi, és erre építi tevékenységeit a nyelv- és beszédfejlődés,

mozgásformák, gondolkodási műveletek, figyelmi és emlékezetbeli folyamatok vonatkozásában is. A megkésett beszédfejlődésű gyerekek fejlesztése is a természetes folyamat segítése, úgyhogy mintegy alányúlva, időben visszamenve, a nyelvfejlődés korábbi szakaszait támogatja. A nagyfokú átfedés miatt ezért az óvónőknek elsősorban nem bizonyos technikákat kell elsajátítaniuk, hanem a differenciálásra kell hangsúlyt fektetniük. Ha ismerjük a normál beszédfejlődés folyamatát, ezeknek a szakaszoknak tudatos, módszeres tanítását kell beépíteni az óvodai tevékenységekbe. Ezenkívül, a sajátos információk birtokában megtanulható ezek hogyanja. Az előbbieket főként akkor igazak, ha 2 és fél, 3 éves gyerekekről van szó. Egy nagycsoportos, nyelvi késést mutató gyerek kezelése mindenképpen szakember feladata.

A következőkben ezekre vonatkozó információs anyag, módszertani útmutató következik, mely segítheti az óvónőket akkor, ha munkájuk során megkésett beszédfejlődésű gyermekkel találkoznak.

Elméleti megfontolások

A beszéd hiánya, a nem beszélés, alália, 15–18 hónapos kor között fiziológias, 15 hónapos kortól 2 és fél éves korig – kimutatható szervi ok hiányában – még élettaninak tekinthető, ezen életkor után már minden esetben kóros. A régebbi felfogás szerint akkor diagnosztizálható megkésett beszédfejlődés, ha a gyermek 3 éves korában még nem beszél, de az is beszédretardáció, ha a kisedd nem az életkorának megfelelő szinten beszél. Az újabb, egyre inkább elfogadott nézet azt a gyermeket tekinti késői beszélőnek, aki kétévesen még nem birtokol 50 szavas expresszív szókincset. Ez a feltétele annak, hogy szókombinációkat hozzon létre. Hiányában a megkésett beszédfejlődés állapota áll fenn. Az alália lehet teljes, ha a gyermek csak adott hangokat ad, és részleges, ha 1. a beszéd megkésik, de később eléri a megfelelő nívót; 2. bizonyos szinten megreked; 3. átmenetileg stagnál. (Hirschberg, 2013 a,II/19).

A megkésett beszédfejlődés sajátos és elsődleges nyelvi zavar, egy részleges, időszakos beszédfejlődési elmaradás, ami ép hallású és ép intelligenciájú gyermekek esetében figyelhető meg, 3-4 éves kor között. Nagyon fontos ismérv, hogy ezeknél a gyerekeknél kizárható minden neurológiai betegség vagy pszichés zavar, kommunikációs vagy érzelmi probléma, és minden környezeti ártalom is, valamint nagyothallás, süketnémaság, hallónémaság és értelmi fogyatékoság is. Az érintettek között több a fiú, mivel ők sérülékenyebbek minden fejlődési zavar tekintetében, és érési folyamataik lassúbbak lehetnek. Például a beszéd lányoknál 2 éves kor körül indul, míg a fiúk esetében a 2 és fél év az átlag.

Az egyszerű megkésett beszédfejlődés mellett az olyan csökkent beszédképességek is ide sorolhatók, amelyek a beszédképesség rendellenessége miatt, az elhanyagoltság, testi gyengeség, a különböző hallászavar, értelmi fogyatékoság és beszédközpontok sérülése következtében jöttek létre (Gósy 2005: 315, Gerebenné 1995: 10–11).

Okok

- organikus – szájpadhasadék, nyelvbénulás
- funkcionális – pl. halláscsökkenés, elhúzódó, ki nem kezelt hurutos megbetegedések

- pszichés – elhanyagoltság, elhúzódó kórházi kezelések
- társadalmi-szociális – a beszédnevelés elhanyagolása, ingerszegény környezet, a megfelelő verbális stimuláció hiánya
- genetikai – pl. öröklődés, ha gyakori a felmenők között hasonló tünetegyüttes előfordulása, főként apai ágon, öröklött beszédgyengeség
- méhen belüli és születés körüli ártalmak – koraszülöttség, oxigénhiány, kóros sárgaság, fertőzések, melyek organikus vagy funkcionális okokat eredményeznek, pl. a beszédfejlődésért felelős területek sérülése

Újabban a technológiai fejlődés velejáróiként jelentek meg újabb, eddig ismeretlen kockázati tényezők, melyek friss vizsgálatok szerint komolyan veszélyeztethetik a gyermekek fejlődését. Mivel sok gyereket túlzott, indokolatlan és elkerülhető módon érnek különböző audiovizuális eszközök hatásai, következzen egy hosszabb ismertető ezek nyelvfejlődésre gyakorolt negatív hatásairól.

Mostanra több kutatás mutatta ki, hogy a telekommunikációs eszközök korlátolatlan használata kora gyermekkorban nemhogy nem segíti, de kifejezetten akadályozza az egészséges szülő–gyermek interakciókat, illetve a gyermek nyelvi–kognitív fejlődését. Chonchaiya és Pruksananonda (2008) tipikusan fejlődő és nyelvi késést mutató gyermekek tévézési szokásait vizsgálták. Eredményeik szerint a nyelvi késést mutató gyermekek a tipikusan fejlődő társaiknál jóval korábban kezdtek tévét nézni (7, illetve 12 hónaposan), és naponta jóval több időt töltenek a képernyő előtt (3, illetve kevesebb mint 2 órát). Azoknál a gyermekeknél, akik 12 hónapos kor előtt kezdtek tévét nézni, és naponta 2 óránál többet töltöttek a képernyő előtt, hatszor magasabb volt a nyelvi késés előfordulása. Egy másik kutatás szerint az ún. háttértévézés igazoltan rontja az anya–gyermek interakciók minőségét az által, hogy gátolja az anya kommunikatív viselkedését (Masur et al., 2016). A háttértévézés nagyobb mennyisége az anya alacsonyabb beszélékenységével és szókincsének kevésbé mutatkozó színességével, illetve a gyermekek alacsonyabb szintű szókincsfejlődésével jár együtt. Kezdeti eredmények már vannak az érintőképernyős multimédia-eszközökkel kapcsolatban is, melyek szintén a kora gyermekkori fejlődést veszélyeztető hatásokról számolnak be. Ezek szerint a 18 hónapos korban vagy már korábban képernyős eszközöket használó gyermekek jóval magasabb arányban mutatnak nyelvfejlődési késést. Ez az arány minden géppel töltött félórával (naponta) 49%-kal nő (Masur et al., 2017). Tehát, bár egyes szülők azt gondolhatják, hogy a gyermekek értelmi képességét jelzi, illetve fejleszti az érintőképernyős eszközök és multimédia-készülékek korai használata, a kutatási eredmények óvatosságra intenek, és jelentős, a gyermekek fejlődését veszélyeztető kockázatokat valószínűsítene. (Fehérné Kovács – Kas – Sósé Pintye, 2018)

Tünetek

A tünetek a nyelv egész struktúráját érintik, megmutatkoznak a hangok, a szavak, a szókapcsolatok, a mondatalkotás szintjén.

A beszéd- és a nyelvhasználat szintjén mutatkozó tünetek

- 3 évesen még nem beszél
- 2,5 évesen aktív szókincse kevesebb 50-nél
- csecsemőkorban kimarad a gagyogás,
- lassan gyarapodik a szókincs
- a nyelvi szerkezetek, ragok, toldalékok használata bizonytalan, helytelen
- az aktívan használt szavakat torzítva, hang- és szótagcserékkel mondja, emiatt nehezen érthető a környezet számára a beszéd, dajkanyelvi szókincs
- a megjelenő hangképzési hibák nem következetesek, vagyis bizonyos hangokat hol egyik, hol másik hanggal helyettesíti – pl.: labda – dadda-jappa, ennek oka, hogy a hangok egymásutániságát, sorrendjét nehezen tudja megjegyezni
- egyszavas mondatok, holofrázisok használata
- 6-8 éves korukra még – az eltérő fejlődésment miatt – nagymértékű lemaradást mutatnak a nyelvhasználatban kortársaikhoz képest
- iskoláskorban az olvasás, írás elsajátításának és eszközszinten való használatának a nehézségével küzdenek

Kapcsolódó tünetek lehetnek

- lassúbb ütemű lehet a mozgásfejlődés, mind a nagymozgások (kúszás, mászás, járás), mind a finommozgások területén
- nehezen tájékozódnak a saját testükön, térben és időben egyaránt
- fáradékonyabbak
- a környező világ ingereinek észlelése, befogadása is nehezített lehet
- magatartási problémák jelenhetnek meg a kapcsolatteremtés nehézségei miatt
- átlagosnál rosszabb a zenei képességrendszerük
- gyakori a balkezesség

(Gósy 2005: 316)

Percepciójukra a globális feldolgozás jellemző, azaz az adott beszédhelyzet, mozdulatok, mimika és gesztusok segítik a megértési folyamatokat. Ilyenkor a folyamat helyhez kötött, szituatív és nagyon sok esetben személyfüggő is lehet. Mivel a gondolkodás és a beszéd fejlődése kölcsönösen hat egymásra, a beszéd fejlődésének megrekedése, elmaradása, lelassulása óhatatlanul is gátolja a gondolkodási folyamatok fejlődését, amint a különböző gondolkodási folyamatok, műveletek mennyiségi és minőségi elmaradása megmutatkozik a passzív és az aktív nyelvi tartalmakban. A nem beszélő gyermekek beszédmegértése tehát éppúgy korlátozott lehet, mint a gondolatközlési folyamatuk.

Prognózis

Minél hamarabb kap a gyermek logopédiai segítséget, annál hamarabb „beindulhat” a beszéd. A kapcsolódó részképesség-gyengeségek miatt számítania kell a szülőnek arra, hogy több szakember bevonására lesz szükség a terápia különböző szakaszaiban (mozgásterapeuta, pszichológus, fejlesztő pedagógus). Szükség lehet fejlesztésre még az általános iskola évei alatt is. Minden gyermek fejlődési útja egyéni. A maradánytünetek azonban gyakran felnőttkorig megmaradnak.

Az óvodapedagógus szerepe a megkésett beszédfejlődésű gyermekek fejlesztésében

- 1. a probléma felismerése – nem diagnózis felállítása, hanem a beszédfejlődés kóros érintettségére utaló tünetek tényszerűsítése*
- 2. a szülők értesítése a probléma fennállásának lehetőségéről és a fejlesztő terápia szükségességéről*
- 3. a szülők szakemberhez való irányítása – logopédus, fejlesztő pedagógus, pszichológus –, ezek hiányában fül-orr-gégészhez, audiológushoz, gyerekorvoshoz kezdetként*
- 4. a szülőkkel való együttműködés a gyerek beszédfejlődésének serkentésében*
- 5. az óvodai foglalkozások alatt specifikus gyakorlatok, játékok alkalmazása*
- 6. a gyerek, szülők rendszeres óvodai jelenlétre motiválása, hiszen az óvodai környezet, tevékenységek mind stimuláló hatásúak a beszédfejlődés szempontjából*
- 7. az érintett gyerekkel való kommunikáció specifikussá tétele*
- 8. az érintett gyerek szociális elfogadottságának, beilleszkedésének segítése*
- 9. a logopédussal való együttműködés*
- 10. általános tájékozódás és tájékoztatás, ismeretközlés, tematikus szülői értekezlet tartása, fejlesztési lehetőségekről való informálás*

1. A probléma felismerése

A szakmai információk alapján, a gyerek személyi lapjának kitöltésekor összegződnek a tünetek, nyilvánvalóvá válik a megkésett beszédfejlődés gyanúja. Az óvónőnek nem feladata és hatásköre a diagnózis felállítása, főként akkor nem, ha elérhető a megfelelő logopédiai szakszolgálat. Abban az esetben azonban, amikor erre nincs *semmilyen* lehetőség, a tevékenységek alatti fejlesztés, differenciált foglalkozás elkezdhető.

2. A szülők értesítése a probléma fennállásának lehetőségéről és a fejlesztő terápia szükségességéről

Mivel a kezeletlen, megkésett beszédfejlődés negatív hatással van az iskolai teljesítményre, rontva az írás, olvasás minőségi mutatóit, sőt a kezelt eseteknél is fennmaradhatnak a maradánytünetek, az óvónőnek mindenképp szorgalmaznia kell a fejlesztés mihamarabbi elkezdését, fontosságának hangsúlyozását.

3. A szülők szakemberhez való irányítása

A megkésett beszédfejlődés interdiszciplináris terület, gyakran több szakember vesz részt a diagnózisban. Az óvónő először logopédust javasol, ahol majd különböző szakemberekhez irányítják a gyereket, az anamnézis felvétele alapján. Ha semmilyen módon nem érhető el ez a szolgáltatás, érdemes a szülőket legalább egy családorvosi, fül-orr-gégészeti vizsgálatra rávenni, az esetleges halláscsökkenés, gyulladások kezelésére, és elkezdni az óvodai, otthoni fejlesztést. Ha a szülők képesek és hajlandóak aktívan részt venni a gyermek fejlesztésében, de földrajzilag távol van a szakszolgálat, érdemes ritkább, de rendszeres részvételre bírni őket, 2-4 hetente megbeszéljük a logopédussal a fejlesztés tartalmát, lépéseit, hogyanját, és így halad a terápia (hometraining). Olyan szülőknek javasoljuk, akik elkötelezettek a gyerek érdekében kifejtett munka mellett, és akik képesek és alkalmasak az együttműködésre. Mivel a terápia módszertana szakértelmet igényel, semmiképpen sem ajánlott felvállalni a fejlesztést kizárólag saját elgondolások alapján (játékötleket, tanácsokat az alábbiak szerint, igen), viszont teljesen igaz az is, hogy a logopédus is szervesen támaszkodik az otthoni, óvodai együttműködésre a siker érdekében.

4. Tanácsok, javaslatok a szülőknek. Játékötlek otthonra

A beszédfejlődés elsődleges közege a család, a legkisebb szociális közegben zajló kommunikáció mennyiségi és minőségi mutatója a nyelvi készségek fejlődésének. Minden szülő, de különösen a nyelvi problémákkal küszködő gyermek szülei számára hasznos bizonyos információk átadása, így például minél gyakoribb, minőségi nyelvi szituációk megteremtése a gyerekkel, meseolvasás, mesélés stb. A megkésett beszédfejlődés esetében hasznosnak bizonyulhat a következők **tanácsolása**, illetve **alkalmazása otthon és az óvodában**.

A szülők, illetve a nevelésben résztvállaló felnőttek:

- Ne legyenek türelmetlenek, ne okolják a gyermeket vagy magukat.
- Beszéljenek a gyermekhez szemtől szembe, lassan, érthetően, tisztán, egyszerű közléseket használjanak a szituációkhoz kapcsolatosan.
- Szánjanak időt minden nap a közös, kötetlen játéokra.
- Biztosítson a szülő a gyermek számára olyan következetes napirendet, melyben a rendszeresen ismétlődő tevékenységek segítik a gyermek számára az eligazodást a szűkebb és tágabb környezetben.
- A gyermek hangadásait kihasználva, egymást kölcsönösen utánozva próbálják a gyermeket inspirálni a beszédre, sok-sok dicsérettel.
- Minden közös tevékenységet, öltözködést, játszást, mosakodást próbáljanak kihasználni a hangadás, hangkeltés szempontjából, játékos hangutánzásokkal, dalocskákkal, beszéddel kísérvé ezeket a tevékenységeket.
- Meséljenek a gyermek életkorának megfelelő meséket, mondókákat, versikéket, pl. a mesék kiválasztásában legyen szempont a terjedelem, a cselekmény bonyolultsága stb.
- Reagáljanak a gyermek megnyilvánulásaira, meg is ismételhetik, amit mond (ha ez jelentéssel bíró szó, helyes kiejtéssel ismételjük).
- Játsszanak gyakran mozgásos mondókákat (*Csip-csip csóka, Zsipp-zsupp*, stb.).

- Végezhetnek játékos, hallási figyelmet fejlesztő gyakorlatokat (tárgyak, állatok hangjának megfigyelése, zajkeltés).
- Próbálkozhatnak egyszerűbb artikulációs gyakorlatokkal (cuppantás, nyelvöltögetés, szívó-fúvó gyakorlatok).
- Ne javítgassák a gyerek beszédhibáját, pl. a gyakran előforduló artikulációs zavarokat, kiejtési zavarokat.
- Korlátozzák minimálisra a tévézést, iktassák ki a lakásban a háttértelevíziózást.
- Vezessenek babanaplót, rögzítsék a pici eredményeket, új szavakat, kifejezéseket.
- Fontos, hogy a gyermeket elfogadó, támogató légkör övezzé, hiszen csak ebben kap ösztönzést a nehézségei leküzdésére.

Beszédindítást segítő játékok otthonra

- Hívjuk fel a figyelmét a hangokra!
- Ha hallunk valamit, nevezzük is meg, minek a hangja volt.
- Hangot adó játékokkal (csörgő), tárgyakkal (pl. kulcs, gyufásdoboz), hangszerekkel: szólaltassuk meg együtt, hallgassuk meg, milyen hangja van, nevezzük is meg, majd tegyük bele egy zsákba (egyszerre csak 2-3-at). Egyet szólaltassuk meg, a gyermek keresse ki a zsákból, melyiket hallotta! Utána ő is mutathat nekünk.
- **Hol szól?** Rejtsenek el zenélő játékot, ébresztő órát valahová a gyermek közelébe. Keresse meg, honnan jön a hang! Ha nehéz, először lássa is, hogy eldugjuk a tárgyat. Utána ő is rejtse el, és mi keressük meg. Adjunk ötletet, hová tegye! Pl. Tedd a vödörbe, a fotel alá, anya zsebébe, táskába stb.
- **Hangutánzás:** Utánozzák a hangját annak, aminek csak lehet. Pl. malac: ú-í, csacsi: i-á, vonat: s, kígyó: sz, repülő: zs, dudálás: dudú stb.
- Készítsenek saját kis leporellót, képeskönyvet!: elég hozzá egy nagyobb rajzlap, színes fotókarton, amiből szélesebb csíkot vágunk, és harmonikaszerűen összehajtogatjuk. Egy-egy kis oldalra egy képet ragasztunk. Ezek a képek lehetnek bármilyen színes újságból kivágott képek. A ragasztásnál segítsünk (száraz, stiftes ragasztót használjanak). Utána lehet nézegetni, mondókat mondani a képekhez. Ha még nem nevezi meg a képet, akkor 2-3 kép közül válassza ki, melyiket mondjuk, és mutassa meg.
- Gyűjtsenek képeket újságokból, és vágják körbe, majd ragasszák fel 1 nagyobb füzetbe! Lehet később egy-egy színhez keresni képeket, pl. piros: eper, cseresznye, piros ruha, piros autó stb. Kérdezzünk rá, „Milyen?”
- Lehet témakörök szerint is gyűjtögetni, pl. állatokat, ruhákat, ennivalókat.
- **Testrészeim:** Nagy csomagolópapíron rajzolják körbe a testét, és utána egészítsék ki a hiányzó részletekkel (szem orr, száj, ruha gombjai stb.). Közben és utána is mondják el, melyik testrésze hol van, a gyerek magán is megmutathatja.
 - Legyen saját kis fotóalbuma, ami kapcsán lehet a gyerekről, a családtagokról, fontosabb eseményekről beszélgetni.
- **„Beszélgetős játék”:** állatokkal, játék babákkal, bábokkal játszanak el egy-egy rövid kis jelenetet. Pl. esti fürdetés, etetés, vagy: vásárolni, orvoshoz megyünk. Rövid mondatokkal kísérik a cselekvéseket, és mondjuk el, ki mit szokott mondani.
- **Varázsoljunk!** Zsákból, kendő alól varázsoljanak elő 3-4-5 olyan tárgyat, amit előtte együtt

beleraktak. Próbálja meg kitalálni, mi van a kezében, vagy kérjük, hogy keressen meg valamit a kezével (próbáljuk megmutatni, hogy csak a kezünkkel „találjuk ki”, mi van benne).

– **Szóisméltés:** Labdagurítás vagy kockákból építés közben: minden labdagurításkor vagy kockarakáskor mondunk 1-1 szót a gyermeknek, és neki utánunk kell mondania. Bízassuk: „Mondd te is!” Ha nem mondja tisztán, akkor mi helyesen megismételhetjük, de az ő kiejtését még nem javítjuk!

– Sújunk a gyermeknek szemtől szemben helyzetben szavakat (először rövidet, és olyan szavakat, amiket gyakrabban használunk, utána hosszabbakat is lehet). Találja ki mit súgtunk. Pl. a játékaik közül, amit elővarázsolt a zsákból, azokkal ezt is lehet játszani. Utána ő is súghat nekünk. „Mondd halkán, mit kérsz!”

– **Rendrakós játék:** válogassunk egy nagy dobozba pl. állatokat és ruhákat (3-5 darabot). Tegyük az állatokat pl. egy házikóba (rajzolhatunk is egyet), a ruhákat pedig egy táskába vagy szekrénybe. Segítsünk eldönteni, mi hová való, és a végén is nevezzük meg, hogy az egyik helyen vannak az állatok, a másikon a ruhák. „Mik ezek? Mind-mind... állatok” Lehet játszani ezt enivalókkal, játékokkal is.

– Ugyanígy szétválogathatunk 2 féle színű tárgyakat is, pl. kék és piros tárgyakat. Először kérjük meg, hogy válassza ki a piros autót, a kék babát stb. A végén a színre rá is kérdezhetünk. „Milyen az, ami itt van?” Ha még nem nevezi meg önállóan, mi mondjuk, pl. „Ez mind piros.”

– Etessük meg a kedvenc játék állatokat, babákat! Mindenki kapjon tálat, tányért, és kérjen a gyermektől enni. Pl. „A maci almát kér. Adj a macinak almát! Mit kapott a maci? Mit adott a macinak?” „Mit eszik a baba? A baba körtét eszik, stb.”

– **Pakoljunk!** Kérjük meg a gyermeket, hogy segítsen elrakni 5-6 tárgyat. Lehet dobozba, kosárba, zacskóba, tálba stb. pakolni. Ezeket is készítsük oda. Próbáljuk ki, hogy furcsa helyekre is pakoltatunk a gyermekkel. Pl. kesztyűbe, zokniba, papucsba. Figyeljük meg, megérti-e! Ha már mond szavakat: Kérdezzünk rá, „Mit raktál/tettél a dobozba?” Ilyenkor már a tárgyesetet is használjuk: pl. babát, kockát, csibét.

– Hasonlót játszhatunk bevásárló játékkal is. Cseréljük a szerepeket! Egyszer a gyermek az eladó, és mi kérünk tőle tárgyakat, utána ő is kérjen tőlünk. Kérdezzünk rá: „Mit adtam? Mit kértél? Mit kaptál?” pl. almát, körtét stb.

– Rajzoljunk a gyermeknek egyszerűbb, nagyobb képeket, ő kiszínezheti zsírkrétával. Mondjuk, és kérdezzük meg: „Mit rajzoltam?”

– Pakoljunk megint! Később már azt is kérdezhetjük, „Hová raktad a kockát? Mibe tetted a babát?” pl. a vödörbe, a kádba.

– Mondókázzunk, énekeljünk, és kísérjük mozgással! - Sok kúszás, mászás, járás, futás, ugrás, forgás stb. (Németh, 2003)

Ezekből a játékos tevékenységekből lehet válogatni és szervesen beilleszteni az óvodai tevékenységekbe is.

Társasjátékok

Guríts és játssz!

A beszédindításban egy alapvető játék – otthon, óvodában, szabad tevékenység, tematikus tevékenységek alatt is jól használható.

A játék egy nagy puha plüss dobókockából áll, melynek oldalain nem a klasszikus pöttyök, hanem színek találhatók, a színfelismerés és megnevezés elsajátítására. Továbbá tartozéka még egy kártyacsomag, ami 6 különböző kategóriában tartalmaz kártyákat: érzelmek, számolás, testrészek, színek, állathangok és mozdulatok.

Gyakoroltatja a színeket, a számlálást, a nagymozgásos tevékenységet, a szabálykövetést, a vizuális percepciót, az utánzást. A szociális képességeket is komplexen fejleszti, részben társasjáték mivoltával, részben azzal, hogy nagyon hasznosak benne az érzelmeket bemutató és utánoztató kártyák.

Bella virágszál

Beszédindításra, beszédfejlesztésre, a vizuális képességek fejlesztésére, emlékezetfejlesztésre, a matematika világába való bevezetésre egyaránt alkalmas ez a társasjáték. (Megrendelhető az interneten.)

Hívóképek – a hangutánzás, hangdifferenciálás, fontos eszköze, ezen kívül a beszédkedv felkeltése és pozitív beszédélmény biztosítására is kiválóan alkalmas.

Képkártyák – talán a legváltozatosabban használható fejlesztői tevékenységek eszköze, mindenki számára könnyen elérhető vagy elkészíthető, kiváló eszköze a szókincsbővítésnek is.

Memóriakártya – különböző fogalmi kategóriák változataiban: háziállatok, testrészek, színek, virágok, foglalkozások. Hiányukban készíteni is lehet és érdemes, hisz kiválóan fejlesztik nemcsak a vizuális memóriát, hanem a szókincs gyarapítását, a figyelmet is.

Lottójáték – különböző főnév-kategóriák, igék, melléknevek, fogalmak rögzítésére.

5. Az óvodai foglalkozások alatt specifikus gyakorlatok, játékok alkalmazása

Az óvodai tevékenységek mind alkalmasak, sőt kívánatosak a megkésett beszédfejlődés fejlesztése szempontjából. Az anyanyelvi-beszédnevelés foglalkozások kimondottan, de a pszichomotorikus nevelés, környezeti és társadalomnevelés, zenei, gyakorló tevékenységek, a rajz, a kézimunka, a szabadtevékenységek mind olyan alkalmak, melyek előmozdítják a gyerekek elmaradt képességeit és a járulékos tüneteket.

Abban az esetben, ha logopédus végzi a fejlesztést, elsősorban a vele való együttműködés szabja meg a differenciált foglalkozás tárgyát, ha azonban az óvónő az egyetlen olyan személy, aki érdemben hozzá tehet a fejlődéshez, érdemes az alábbi szempontokat figyelembe venni, vagyis azt, hogy tulajdonképpen mit és hogyan kell tanítani a gyerekeknek.

Általános szempontok a megkésett beszédfejlődésű gyerekekkel való foglalkozáshoz

Ha fejlődést szeretnénk, elengedhetetlen a **beszédkedv felkeltése, az expresszív beszéd iránti kíváncsiságának, érdeklődésének fenntartása**, valamint az, hogy **motiváló, de ugyanakkor elfogadó légkört biztosítsunk a beszédhelyzetekhez**. Semmiképpen **ne javígtassuk** a gyerekek pöszeségét, mely

gyakran előfordul a beszédfejlődési zavarban. Értsük meg, amit gesztusokkal kifejez, de ösztönözzük a már ismert fogalmak aktív használatát. Ne legyünk türelmetlenek, a fejlődésben vannak hullámvölgyek, nehezebb időszakok, és ne sietessük a fejlődést. Már megszilárdult alapokra lehet újat építeni. Megfelelő ingerhatások mellett nagy eséllyel elvárható a pozitív, folyamatos fejlődés.

A kerettanterv által megszabott témakörök lehetőséget biztosítanak arra, hogy bizonyos fogalmakat legalább 5 napon keresztül gyakorolhassunk. Igaz, hogy a beszéd és a nyelvi fejlesztés áll a középpontban, azonban ez mindig megtámogatandó mozgás, gondolkodás, figyelem, emlékezet fejlesztésével (a kölcsönös hatás miatt és a járulékos tünetek miatt is), mindig az adott fejlettségi szinthez viszonyítva. Egy témakör megtanulandó fogalmai többféle érzékelési csatornán jutnak a gyerekekhez, ezt a jelenséget maximálisan ki lehet használni a beszédnevelésben, beszédfejlesztésben. Például a havat lerajzolni, megérinteni, énekelni róla, megnevezni különböző kontextusban, versikével, ennek ritmizálásával, stb. – olyan többcsatornás képzettség juttatják az óvodai foglalkozásokban a gyereket, hogy nagy valószínűséggel, ép beszédszervek esetén könnyedén elsajátítja a fogalmat, annak jelentését és kiejtését, használatát.

Ezen kívül a **beszédszervi torna**, az ajkak, nyelv, arc tornája, fúvó gyakorlatok, változatos artikulációs mozgások, hallási figyelem és differenciálóképesség, ritmusfejlesztés mindennapos alkalmazása nemcsak a logopédiai problémákkal küszködő gyerekek, hanem minden gyerek számára fontos, és prevenciós jelleggel bír (a konkrét gyakorlatokat lásd a módszertani útmutató megfelelő témakörében).

A csoport nagy része ennél sokkal komplexebb tartalmakat kap, a megkésett beszédfejlődésű gyerekeknel azonban a kevesebb tartalom, sok ismétlés a szabály. Van olyan gyerek, aki havi 5 új szó megtanulására képes, van aki heti 5-re is alkalmas, sok tényező függvénye ez. A megkésett beszédfejlődésű gyermekkel való foglalkozást a **differenciálás, gyakori és folyamatos ismétlés, fokozatosság** kell jellemezze.

Hangutánzók

Az aktív szókinccs fejlesztése, bővítése folyamatos, az anyanyelvi ismeretrendszert, aktív szókinccset ún. **hangutánzó gyakorlatokkal** alapozzuk meg. Ezt először játékokkal, bábokkal gyakoroljuk. Fontos az állatok, járművek, a természet, a környezet hangjainak felismerése. Amikor ezek felismerését és produkcióját ismeri, összekapcsoljuk a nagymozgások fejlesztésével, labdagurítással, dobással, különböző mozgásformákkal. Ezek a tevékenységek kiváló alkalmat adnak a hangdifferenciálásra.

Példa a hangutánzók megismerésére, gyakorlására az óvodai tevékenységben az anyanyelvi vagy környezetismereti tevékenység egyik témája: a környezetünk hangjai. A különböző hangokat mesébe foglalva ismertetjük, indulatszók, hangutánzók formájában.

A MACSKA A SZEGÉNYEMBER SZERENCSEJE

*Volt a világon egy ember. Ez az ember olyan szegény volt, mint a templom egere. Betevő falatra sem jutott, így az éhség aludni sem hagyta, egész éjjel gyomra panaszos korgását hallgatta – **korr-korr**-muzsikált halkán. Másik oldalára fordult, hogy ne hallja a zavaró korgást, de az még hangosabban kezdett szólni: **korr-korr**. Álmatlanul hánykolódott az ágyában, és az éjszakai csendben a természet hangjai beszűrődtek a kicsiny ablakon **sssss**- szólt a tél végi hideg szél, **ssss-SSSS-sssss** megkerülve a házat, és besurrant a kicsiny ablakréseken, az ajtó alatt. **Brrr**, hogy fázom! – kelt fel most már teljesen éberén a szegény ember, hogy rakjon egy kis fát a*

szunnyadozó tűzre. Amint behajította az első fadarabot a kályhába, mindjárt meg is bánta, hisz csak vizes fája volt, és a tűz *ssst* sísteregve kialudt. **Jajj-jajj**, milyen kolontos is vagyok! – jajgatott a szegényember: – Igaz, már egy hete nem találni száraz fát az egész környéken. Hisz most is esik – hallgatózott – és valóban, **kipp-kopp-kipp-kopp**, a csendes eső mosta a háztetőt és az egész világot. Amint így búslakodik, éhesen, fázósan, tanácstalannul, egyszer csak valami különös hangot hall az ablaka alól. Oda akart menni, hogy megnézzze, mi az, de **puff-dírr-durr**, a bent lapító macskára nem számított, belébotlott, és úgy hasra vágódott a tapasztott földre, hogy csak úgy nyekkent belé. **Recccs**-még a kisszéke is eltörött, amire ráesett. No, de a szék sem volt rest, az is eltörte a szegény ember lábát. **Ááááá, úúúúú, úúúúú** – kiáltott fel hosszasan, Fájdalmában meg sem tudott moccanni, csak mérgesen kergette el a vétkes macskát – **sicc**, te nyavalyás! Hát nem látod, mit tettél velem? A macska értett az emberi szóból, mert keserves miákolással kibújt a rozoga ajtó alatt – **miáúúúúú-miáúúúúú** – siránkozva futott, amerre látott.

– **Psszt**, te ostoba, ne verd ki a szomszédokat is az ágyból! – pissegett a menekülő macska után az ember.

De, a szegényembernek ez az esés szerencséjére volt. Amint ott feküdt tehetetlenül a földön, egyszer csak valami fényességre lett figyelmes. Az ágya alól jött. Valahogy közelebb kúszott, a fényesség is erősebb lett, annyira, hogy majd megvakította. Ásni kezdte pusztá kézzel az ágya alatt a földet, s hát, miben akad meg a keze!... egy igazi drágakövet kapart elő a föld alól!

Húha, lepődött meg a szegény, törött lábú, didergő ember a sötétben. Hitetlenül bámulta a talált kincset. Ez aztán a szerencse!

– **Juhééé!** – kurjantgatott hosszan és hangosan. – **Cicic!** Hol vagy, édes kis cicám? Gyere ide... hát ki mondta, hogy hasznavehetetlen vagy? Bizony, ezentúl urasan fogunk élni, nemcsak én, hanem te is! – enyhült meg az ember.

A cica – merthogy értette az emberi beszédet – rögtön ott termett, és hangos, elégedett dorombolással dörgölözött gazdája törött lábához.

Hamarosan megvirradt, az eső elállt, a szegény ember eladta a drágakövéit, és urasan, gazdagon élt kedves macskájával, amíg meg nem halt. Többé nem éheztek és nem fáztak, volt élelem, tűzrevaló fa bőségesen. Csak a lába maradt görbe, de azt már nemhogy a macska, de a kutya sem bánta.

A mese hagyományos metodológiai feldolgozása után feladatok következnek a hangutánzók, indulatszók megismerésére és elsajátítására, szókincs bővítésére:

- mesélés a hangutánzók, indulatszók közös mondásával
- mesélés a hangutánzók, indulatszók egyéni visszaadásával
- a mese hangutánzóinak, indulatszóinak eljátszásával, hangszín-, hangerő-módosítással
- hangutánzók, indulatszavak mozgással való összekapcsolása
- a mese dramatizálása
- képkártya – hangutánzók, indulatszavak összekapcsolása. *Kihez tartozik?* A mesében szereplő hangutánzókat kell csoportosítani a szegényember, macska, szél, eső, szék képkártyákhoz.

- a mellékletben található üres dobókockára felrajzolunk mindent, ami hangot ad ki, amit dobnak a gyerekek, annak a hangját kell utánozzák
- *Ki vagyok?* A gyerek feleleveníti annyi hangutánzót, indulatszót a meséből, amennyit csak tud, a csoport kitalálja, kinek a szerepébe bújít.
- hangringató gyakorlatok, kis és nagy szél, halk és hangos korgás, örömkialtás némán és hangosan, stb.
- a gyerekek körbe járnak, az óvónő bizonyos hangutánzókat mond, a gyerekeknek utánozniuk kell, pl háromszor, majd indulnak tovább, a következő hangutánzónál mindig el kell mutatniuk az előzőeket is – az elemszámot növelhetjük tetszés szerint, a játékból való kieséssel is játszhatjuk
- a mese különböző eseményeinek megjelenítése rajzban, elkészítése különböző alapanyagokból, ezek bemutatása

A hangutánzás alapozó jellegű, általában nem jelent gondot már az óvodában, a nyelvi depriváció miatt azonban hasznos lehet nemcsak a megkésett beszédfejlődésű gyerekeknek, hanem minden óvodásnak, kis-, közép- és nagycsoportban is. Az állatok hangjain kívül a környezet, történések hangjainak megismerése a nyelvi fejlettség rejtettebb rétegeiben nyelvi kreativitásra ad lehetőséget.

Mozgás-ritmus-beszéd összerendezése

Kapcsolódik a nyelvi megalapozáshoz, az egyszerű nyelvi közlésekhez, ezen kívül a mozgás-ritmus-beszéd hármasszerű működését támogatja. Az óvodai csoportban gyakran játszott körjátékok, népi gyermekjátékok során megvalósítható fejlesztés, például az utánzó mozgásokat olyan szólamokkal, hangutánzó szavakkal kísérjük, melyeknek zenéje és ritmusa is jól kifejezi a mozdulatot: csitt-csatt, bim-bam, tik-tak. A gyermekek a mozgás hatására hamarosan maguk is elkezdik mondani ezeket. Az alapmozgások egy részét is ilyen állandó hangutánzó szavak kísérik (járás: tip-top, ugrás: hopp-hopp, mászás: vaú-vaú, stb.), amivel eleinte az óvónő kíséri a gyermek ritmikus mozgását, később a gyermekek is mondani kezdik egymásnak és maguknak.

Másik lehetőségünk, hogy a mozdulat és a beszéd ritmusa között kapcsolatot teremtsünk, a mutogatással vagy utánzó mozgásokkal kísért versikékkel. Lényeges, hogy az ilyenkor használt mozdulatok egyszerűen kivitelezhetőek legyenek, és ne sűrűn váltakozzanak. Itt a mutogatás nem a szavak ritmusát vagy az egyenletes lüktetést követi, hanem a gondolati egységeket.

A fejlesztés tartalma, mit és milyen sorrendben tanítsunk?

I. FELOSZTÁS

Főnevek – lehetséges sorrend a szavak könnyebb motoros kivitelezése és jól ábrázolhatósága miatt: apa, néni, én, baba, alma, mama, bácsi, lufi, maci, ló, hajó, autó, cukor, fa, ház, virág, óra, lapát, szék, pohár, cica, fagyó, gomba, tévé, bohóc, kutya stb. A tartalom és sorrend megválasztását mindig a gyerek aktuális tudásszintje, beszédprodukciós képessége, helyzetek határozzák meg.

Igék – az igék tanítását akkor kezdjük, amikor a gyerek aktív szókincsében már 40–50 főnév van.

Melléknevek – az első melléknevek a színek kell legyenek: piros-kék, sárga-zöld és a kicsi-nagy ellentétpár.

Számnevek – a számlálás, mennyiségegyeztetés és számnév egyeztetése mennyiséggel lépéseivel.

A felosztás folytatódik, az alábbi tankönyvek tartalmazzák a teljes tartalmat, egységenként, konkrét foglalkozásokra lebontva, teljes képanyaggal és magyarázatokkal. Beszédpedagógus hiányában is használható anyag.

Bittera Tiborné – dr. Juhász Ágnes (2007): *A megkésett beszédfejlődés terápiája. Tanári segédanyag az Én is tudok beszélni 1. című munkatankönyvhöz.* Nemzeti Tankönyvkiadó, Budapest

Dr. Juhász Ágnes – Bittera Tiborné (1995): *Képanyag a megkésett/akadályozott beszéd- és nyelvi fejlesztéshez.* Logopédia Kiadó, Budapest

Dr. Juhász Ágnes – Bittera Tiborné (2014): *Én is tudok beszélni 1. – Munkatankönyv a beszédjavító általános iskola számára.* Nemzeti Tankönyvkiadó, Budapest

II. FELOSZTÁS

Egy másik, kevésbé rendszerezett, de hajlékonyabb felosztás szerint a fejlesztés a következő tartalmakat foglalja magába:

- Ennivalók
- Mindennapi tárgyak
- A test részei
- Egyszerű utasítások
- Ruhák
- Az „Add ide!” felszólításra adott válaszreakció begyakoroltatása
- A gyermek figyelmének felkeltése és megszilárdítása a képek irányába
- A minőségjelzők megértése
- Az érzelmeket kifejező szavaknak való jelentéstulajdonítás
- A téri tájékozódás szavainak megértése (bent, fönt, lent)
- A helyek neveinek megértése
- Két, ugyanazon tárggyal kapcsolatos utasítás megértése, végrehajtása („Menj az ajtóhoz és csukd be!”)

- A megnevezett kép kiválasztása (segítséggel, önállóan)
- A „csak egy” és az „összes” szavak megértése
- A kicsi/nagy szavak megértése
- Funkciójuk alapján megnevezett tárgyak/képek kiválasztása
- Névtutókat tartalmazó utasítások megértése (alatt, között, benne stb.)
- Olyan utasítás megértése, amely két tárgyat és két cselekvést tartalmaz („Tedd le a homokozó lapátot, és ülj fel a hintára.”)
- A tárgyak részeinek azonosítása
- Az arc részei
- Olyan utasítások megértése, melynek három tárgya is van

III. FELOSZTÁS

A. Szókincsbővítés

1. a közeli környezet gyakori tárgyai – kategóriánként a valós tárgyakon, színes képeskönyvekből taníthatjuk, pl. testrészek, ruházat, különböző használati tárgyak, bútorok, tanszerek stb. Ehhez használhatóak a mellékletben megtalálható dobókockák, különböző témakörökben.
2. a közeli környezet ritkább tárgyai
3. cselekvést, történést kifejező igék – elsősorban olyan igék, melyeket nagyon gyakran használunk a mindennapi életben: áll, ül, alszik, eszik, jön, megy, sír, nevet stb.
4. többes számú főnevek
5. a távolabbi környezet tárgyai – képeskönyvekre, vizuális memóriára támaszkodunk
6. számneves szószerkezetek
7. melléknevek, jelzős szerkezetek (kicsi-nagy, színek stb.)

B. Általános fejlesztés

1. kommunikációs kedv felkeltése – szemkontaktus kialakítása, beszédfigyelem felkeltése, szociális megerősítés, dicséret, pozitív beszédélmény biztosítása által
2. nagymozgások fejlesztése – gyakran mondókákkal, gyermekdalokkal kísérve
3. finommozgások fejlesztése – pl. mondókák kísérése kéz- és ujjmozdulatokkal, vágás, ragasztás,

gyurmázás, színes papír tépegetése, kollázs készítése, papírhajtogatás, marokkó típusú játékok, építő-játékok stb.

4. színek tanulása

5. hallási figyelem fejlesztése

6. téri tájékozódás fejlesztése

7. számfogalom kialakítása

8. grafomotoros készség fejlesztése – pl. papír tépése, gyűrése, ragasztása, festés ujjfestékkel, vízfestékkel stb.

9. emlékezet fejlesztése látás és hallás alapján

10. szóbeli emlékezet fejlesztése – mondókák, dalok tanulása, mondatisméltések, rövid történetek mesélése

A fenti területek fejlesztése egymás mellett történik minden óvodai tevékenység alatt, tehát egy foglalkozáson játszunk, pl. beszédkedv-felkeltő játékot, bővítjük a gyermek szókincsét, fejlesztjük beszédértését, hallási figyelmét, nagy- és finommozgásait, új nyelvi szerkezetet „tanulunk” (pl. a tárgyeset használatát).

C. A magyar nyelv grammatikai szerkezetének elsajátítása – melynek során a természetes beszédfejlődés menetét követjük

1. tőmondatok alkotása (pl. A baba áll.)

2. tárgyjal bővített mondatok (pl. A maci mézet eszik.)

3. helyviszonyok tanulása (pl. -ba, -be, -ban, -ben helyhatározó használata)

4. mondatok többes számú igékkel

5. részeshatározó (-nak, -nek)

6. eszközhatározó (-val, -vel) (Németh – Dr. Szentkeresztyné Bánhidi, 2003)

A különböző képességek, készségek, tartalmi információk fejlesztésére az óvodapedagógusnak a tevékenység lényegéből fakadóan, természetes módon van lehetősége. Mivel a fenti felsorolás a természetes nyelvfejlődés folyamatát követi, be kell tartani a sorrendet a megtanítandó tartalmak kiválasztásánál.

Csoportosan alkalmazható játékok

Szólottó – Minden gyermek az egyeztető feladatoknál használhoz hasonló alaplapot kap. Az óvónő kezében a képek vannak. Minden képnél megkérdezi a gyerekektől: kinél van a baba? A gyerekek megnézik a lapjukat, s aki megtalálta a kérdéses ábrát, jelentkezik. Ha jól válaszolt, megkapja a képet, amit elhelyez az alaplapon. Az győz, akinek hamarabb betelik a lapja.

Gondoltam valamire-játék – (aktív szókincsfejlesztés, beszédmegértés fejlesztése) A felállítás az előzőhöz hasonló. Az óvónő is meghatározásokat mond a képekről: „Gondoltam egy játékra, amivel a kislányok szeretnek játszani.” „Gondoltam egy kisállatra, ami sárga, és azt mondja, hogy csip-csip-csip.” Ha a gyermek kitalálta, mire gondol az óvónő, jelentkezik, és megkapja a képet – itt jól megoldható az integráció és a differenciált foglalkozás, minden gyerek fejlettségi szintjének megfelelő meghatározást kap.

Kopogós játék (ritmus és vizuális memória fejlesztő) A gyerekeknek 2 vagy 3 képet osztunk ki. Sorban elmondjuk a képeket, és megkopogtatjuk őket. Miután a gyerekek jól megnézték a képeket, lefordítjuk őket. Ezután az óvónő hol egyik, hol másik képet megkopogtatja. „Kopp-kopp-kopp! Mi van ezen a képen?” Ha a gyerek helyes választ ad, megfordíthatja a képet. Az győz, akinek a legtöbb felfordított képe van. (Csak olyan szavakkal játszható, amit a gyerekek biztosan ki tud mondani.)

A főfogalom-alárendelés tanítását tárgyak válogatásával kezdjük. Játszhatunk például **boltos/árus-játékot**. Az egyik gyerek ruhákat árul, a másik zöldséget-gyümölcsöt, a harmadik állatkereskedő. Minden gyermek kiválasztja az összekevert holmik közül a neki megfelelőt, és kirakja a „pultjára”. A vevő megmondja, mire van szüksége, pl. ha akar venni egy cicát, akkor odamegy az állatkereskedőhöz, és eljátsszák a vásárlást.

Lehet képekkel is játszani.

Lehet egy-egy „becsapós” játékot is belekeverni. Pl. Hogy kerül a cica a ruhásboltba? vagy a zokni a gyümölcsök közé...

Polcos játékok – Csináljunk rendet a játékpolcon! A felső polcra kerülnek a járművek, középre a babák, alulra a főzőedények, evőeszközök.

Ugyanezt eljátszhatjuk mágnestáblán applikációs képekkel, alaplapon tárgyképekkel.

Egy témakör feldolgozása az óvodai tevékenységek alapja. Úgy is fejleszthetjük a főfogalom kialakulását, ha egy foglalkozáson minden feladat egy-egy főfogalom köré csoportosul. Például egy órán minden eladat kapcsolatban van az állatokkal vagy gyümölcsökkel. Pl. szókincsfejlesztésnél a gyümölcsök neveit tanuljuk. Gyümölcsök képeit rakjuk össze, gyümölcsfák növekedését játsszuk el, és a fákra megfelelő gyümölcsöket helyezünk el mágnestáblán, applikációs képekkel. Megbeszéljük, ki milyen gyümölcsöt szeret, megkóstolunk néhány gyümölcsöt, amit szeretünk, feladatlapon összekötjük a szánnkkal, és azt mondjuk „Ham!”. Végül gyurmából kiskosárba gyümölcsöket készítünk. Nevezd meg a gyümölcsöket! Amelyiket szereted, kösd a szádhhoz! „Ham!” (Kiszínezett feladatlap)

Más mint a többi – Olyan tárgyhalmozokat teszünk az asztalra, amelyek valamilyen szempontból összetartoznak: játék állatok, gyümölcsök, eszközök. Ezek közé tegyünk 1-2 olyan darabot is, amelyek nem abba a csoportba tartoznak. Pl: babát a gyümölcsök közé. Megkérjük a gyermekeket, hogy vegyék el, ami nem odavaló, és nevezzék is meg. Ugyanezt megoldhatjuk feladatlapon: Mondd el, milyen állatok vannak a képen? Keresd meg a nyuszikat! Mi nem illik ide?

Az expresszív beszéd mellett a beszédészlelés és beszédmegértés fejlesztése is hangsúlyos szerepet kap, úgy a normál beszédfejlődésű, mint a megkésett beszédfejlődésű gyerekeknél.

A beszédészlelést fejlesztő játékok:

- állathangok utánzása bábokkal vagy állatos formaegyeztető játék kirakása közben – „állatok megetetése”: két állat hangját mondjuk, és annak adhat „enni” a gyermek, amelyiknek a hangját hallotta éppen (pl. a kígyó sziszeg: sz, vagy a maci morog: m)

- labdázás közben szavakat mondunk (először rövidebbet, majd hosszabbat). A gyermek visszagurítja a labdát, és utánunk mondja a hallott szót. Később ugyanezt mondatokkal is játszhatjuk. A beszédmegértés magába foglalja az elhangzó szavak, a szavakhoz kapcsolódó toldalékok (pl. babát, babának, babával stb.), a rövidebb, majd hosszabb mondatok és mesék, más szövegek megértését.

A beszédmegértést fejlesztő játékok:

- bevásárló játék: mi kérünk a gyermektől bizonyos tárgyakat vagy később azok képeit, ő pedig a kosarunkba teszi.

- rakosgató játék: a gyermek a játéktárgyakat oda teszi, ahová kérjük. Szokatlan dolgokat is mondunk. Pl. „Tedd a fát a kesztyűbe!” vagy „Rakd az asztalt a kádba!”

- megkérjük a gyermeket, hogy válassza ki, mutassa meg azt a képet, amelyikről beszélünk pl. A baba eszik. A baba sír. (Németh – S. Pintye, 1995)

6. A gyerek és a szülők rendszeres óvodai jelenlétére motiválása

Ez főként akkor kimondottan fontos, amikor nyilvánvaló, hogy a gyerek otthon nem kapja meg azt a nyelvi stimulálást, a fejlődést aktivizáló ingeregységűt, mely előmozdítaná a beszéd fejlődését. Akkor is, ha ez mind jól működik, a szociális készségek fejlődése, társas kapcsolatok kialakulása, a másodlagos tünetek kialakulásának megakadályozása és minden, amit az óvoda, mint olyan magában hordoz, szükségessé tesz a rendszeres óvodai jelenlétet. A nyelv a kommunikáció egyik fontos eszköze, a kommunikáció alapvető közege a család után a kortársközösség.

7. Az érintett gyerekekkel való kommunikáció specifikussá tétele

A specifikusság elsősorban a kommunikációt érinti, mely a gyermek másságának elfogadásában és abban nyilvánul meg, hogy a rendszeres óvodai program alatt teremtünk elfogadó légkört a gyerek nehézségeivel szemben, nyugodt, szeretetteljes és motiváló légkört a gyerek beszédkedvének felkeltésében és fenntartásában. Erre épülhetnek a különböző tevékenységi tartalmak.

8. Az érintett gyerek szociális elfogadottságának, beilleszkedésének segítése

A gyerekközösségek általában könnyebben elfogadják a másságot, de ha mégis csúfolódás alakulna ki, az elsősorban a beszédkedv romlásában mutatkozik meg, ennek elfojtása életbevágóan fontos, hisz ez az alapja mindennemű fejlődésnek a megkésett beszédfejlődésű gyerekeknél.

9. A logopédussal való együttműködés

Erre főként akkor van szükség, ha a gyerek szüleivel való együttműködés akadályozott. Ilyenkor fontos bizonyos gyakorlatoknak a terápián kívüli gyakorlása, különböző tartalmak tanulása és készségek fejlesztése, melyre megfelelő időpont lehet a program kezdete vagy vége, amikor nincs sok gyerek még vagy már a csoportteremben. A fejlesztésre vonatkozó irányelvek átbeszélése és a kölcsönös információcsere is pozitívan hat a fejlődés előmenetelére.

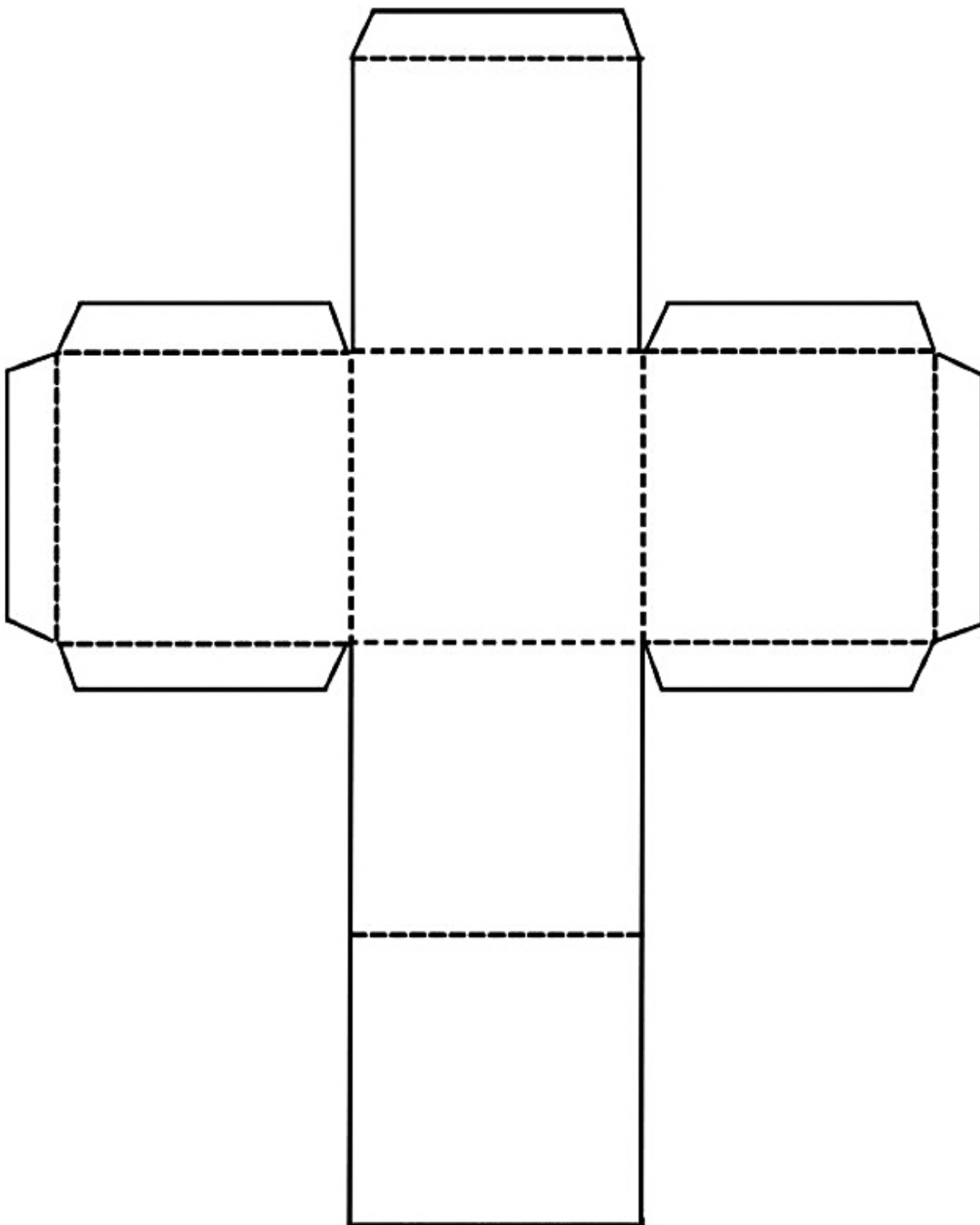
10. Általános tájékozódás és tájékoztatás, ismeretközlés, tematikus szülői értekezlet tartása, fejlesztési lehetőségekről való informálás

A csoport összetételének függvényében, kellő informálódás után, az óvodapedagógus tarthat tematikus, informatív jellegű, vitaindító, problémamegoldó szülői értekezletet, melyek jó alkalmat jelenthetnek a hasonló problémákkal rendelkező szülőknek a tapasztalat- és információcserére, új lehetőségek és kilátások felfedezésére.

A megkésett beszédfejlődésű gyerek, mint minden, sajátos nevelési igényű gyerek, kihívás és egyben lehetőség egy óvodapedagógus számára. A felelősség nagy, a speciális támogatottság azonban tanintézményeinkben nem megoldott, ennek részleges kompenzálására született a jelen információs csomag. További lehetőségek megtalálhatóak a feltüntetett irodalomban, illetve a beszédjavító központokban, iskolai logopédiai kabinetekben.

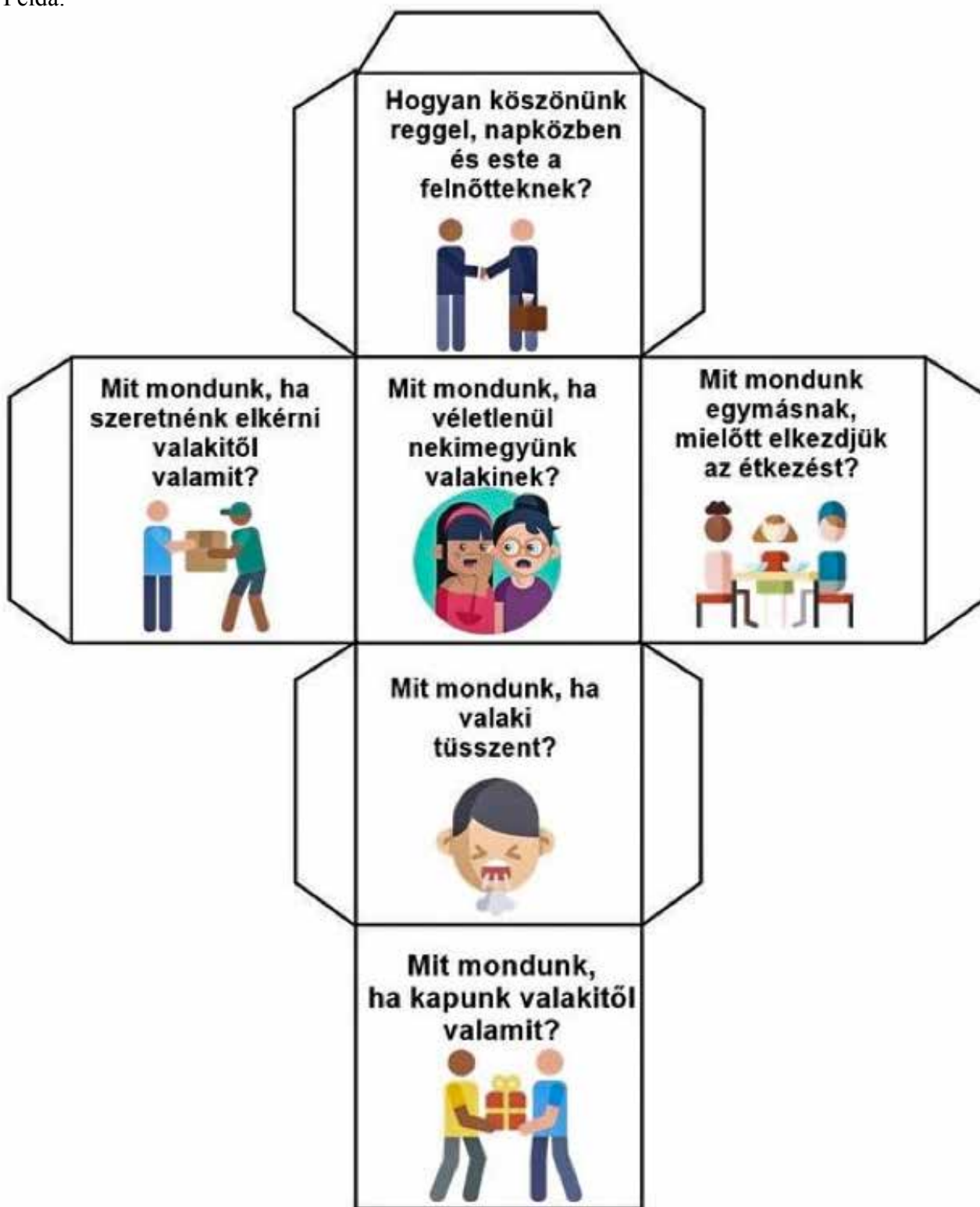
Felhasznált és ajánlott irodalom

- BITTERA TIBORNÉ – DR. JUHÁSZ ÁGNES (2007): *A megkésett beszédfejlődés terápiája. Tanári segédanyag az Én is tudok beszélni I című munkatankönyvhöz.* Nemzeti Tankönyvkiadó, Budapest
- DR. JUHÁSZ ÁGNES – BITTERA TIBORNÉ (2014): *Én is tudok beszélni 1. – Munkatankönyv a beszédjavító általános iskola számára.* Nemzeti Tankönyvkiadó, Budapest
- DR. JUHÁSZ ÁGNES – BITTERA TIBORNÉ (1995): *Képanyag a megkésett/akadályozott beszéd- és nyelvi fejlesztéshez.* Logopédia Kiadó, Budapest
- FEHÉRNÉ KOVÁCS ZSUZSANNA – KAS BENCE – SÓSNÉ PINTYE MÁRIA (2018): *Szemponatok a nyelv- és beszédfejlődési zavarok szűréséhez és állapotmegismeréséhez.* Családbarát Ország Nonprofit Kft., Budapest
- GEREBENNÉ VÁRBÍRÓ KATALIN (1995): *Fejlődési diszfázia.* Bárczi Gusztáv Gyógypedagógiai Tanárképző Főiskola, Budapest
- GÓSY MÁRIA (2005): *Pszicholingvisztika.* Osiris Tankönyvek, Budapest
- JUHÁSZ ÁGNES (1991): *A megkésett beszédfejlődés terápiája.* Nemzeti Tankönyvkiadó, Budapest
- MELEGNÉ STEINER (2000): Mit tegyek, ha nem beszél? In: KOVÁCS EMŐKE (szerk.): *Logopédia jegyzet I.* Tankönyvkiadó, Budapest
- MÉREI FERENCNÉ (1998): A megkésett beszédfejlődés. In: *Logopédia jegyzet I.* Nemzeti Tankönyvkiadó, Budapest
- NÉMETH BRIGITTA (2003): Játékörletek otthonra In: *SZÜLŐKNEK A LOGOPÉDIÁRÓL ÉS RÓLUNK.* A XI. Kerületi Logopédiai Intézet, Budapest
- NÉMETH ERZSÉBET – S. PINTYE MÁRIA (1995): *Mozdul a szó...*, Logopédia Kiadó, Budapest
- NÉMETH BRIGITTA – DR. SZENTKERESZTYNÉ BÁNHIDI JUDIT (2003): A beszédfejlődés késésének, zavarának okai. In: *XI. Kerületi Játékörletek otthonra.* XI. Kerületi Logopédiai Intézet, Budapest
- logopedia.reblog.hu



TANÍTANDÓ FOGALMI KATEGÓRIÁK ELEMEIVEL VAGY MESÉK SZEREPLŐIVEL,
HELYSZÍNEIVEL STB. KITÖLTHETŐ DOBÓKOCKA

Példa:



NYELVLÖKÉSESES NYELÉS

Elméleti háttér és gyakorlati útmutató az óvodapedagógusi munkához

Szilágyi Réka

A nyelvlökéses nyelés a normál nyeléstől eltérő, kórosan berögzült mechanizmus, olyan diszfunkció, mely logopédiai korrigálást és orthodontiai, fogszabályzási kezelést igényel. Az óvodapedagógus, mint meghatározó résztvevője a gyermeknevelésnek, fontos szerepet játszhat ennek felismerésében és korrekciójában. Következzen erről egy összefoglaló ismertető, tények, lehetőségek, konkrét tennivalók az óvodai munkában.

A probléma

Az ujjszopás az élet első 18–20 hónapjában mindennapos jelenség, melynek segítségével a gyermek igyekszik megteremteni az egyensúlyt önmaga és a külvilág ingerállapota között. (Dr. Ranschburg 1998:63). Érzelmileg biztosan szüksége van rá a gyermeknek valameddig, de logopédiai szempontból kifejezetten káros. Ugyanez a helyzet a cumi használatával is, melyet azonban kizárólag külső segítséggel kaphatnak meg a csecsemők, általában a megnyugtatójuk céljából. Ez nagyon gyakran fordulhat át az ezzel való helytelen használatba, hiszen a tapasztalat azt mutatja, hogy akkor is ezt az eszközt használják a szülők, amikor ez nem indokolt, így válik a cumi egy általános megnyugtató-eszközzé, mely hamar szokássá válik, akkor is, amikor életkoruknak megfelelően egyéb konfliktus-kezelő, illetve megnyugtató módszerek használata indokoltabb lenne.

Logopédiai szempontból a legajánlatosabb az, hogy az anyamellről való táplálás után a gyerek, akár 6 hónapos kortól kezdve csöpögés-mentes itatópohárból igyon, mellőzve a különböző cumisüvegek, csőröspoharak használatát. A fejlődés normális feltétele szerint minden csecsemő hosszabb-rövidebb ideig él valamelyik szokással, természetesen kezdetben, hiszen, a szopóreflex velünk született, ennek gyakorlása az életfenntartás, illetve az önmegnyugtató elengedhetetlen eszköze. A probléma akkor kezdődik, ha ennek a cselekvésnek már nincs létfenntartó funkciója, bizonyos életkort már meghalad a gyermek, és olyan szokássá válik, mely a megnyugtató mellett több negatív következménnyel is járhat: a hüvelykujj lehetséges deformitása, higiéniai, pszichológiai jellegű hátrányok mellett a nyelvlökéses nyelés kialakulása, artikulációs zavarok, ezek közül mindkettő és

természetesen a harapási, illetve fogállási rendellenességek.

A nyelvökéses nyelés

Köztudott, hogy a nyelés reflex-folyamat nélkülözhetetlen az életben maradáshoz. Arról azonban keveseknek van információjuk, hogy ez a funkció hibásan is működhet. A helyes nyelés folyamán az arc, ajak, nyak és nyelv izmai egyensúlyban működnek, harmonikus arcejlődést és szabályos fogazat kialakulását eredményezik. Nyelvökéses nyelés és egyéb szájteri rossz szokások (pl. szájlégzés, ujjszopás, cumizás, ajakszopás, fogcsikorgatás, fogszorítás, rongyi-, köröm- és ceruzarágás stb.) esetében ez az izomegyensúly felborul.

Normál nyelés esetében a nyelv hegye és elülső része a felső fogsor mögötti hullámos, kemény részhez támaszkodik. Így a nyelv részéről a fogsort nem éri nyomás. Oldalt zárt képez az oldalsó fogakkal, és a nyelvhát is záródik a szájpadláshoz. A nyelv a folyékony vagy szilárd táplálékot hullámszerű mozgással juttatja hátrafelé, a nyelőcső felé. Amikor nyelünk, a száj körüli izmok nem mozognak.

Nyelvökéses nyelés közben a nyelv hegye elől vagy oldalt kicsúszik a fogak között. Minden egyes nyeléskor nagy erővel támaszkodik a fogaknak, és mindez naponta körülbelül 1500 alkalommal. A nyelv előre nyomja a fogakat, ezzel a fogív szűkül, a fogak torlódnak, a két fogsor nem záródik megfelelően, a nyelv kicsúszik. A nyelés folyamata kívülről is jól észrevehető, a nyeléshez szükséges vákuum létrehozásához a száj körüli izmok mozgásban vannak, egyes izmok túlságosan megfeszülnek, mások alulműködnek, az alsó ajkat beszívják az érintettek (lásd melléklet). Ez a túlműködés kívülről befelé hat, tehát szűkíti a fogívet, gátolja az állkapocs növekedését.

A nyelvökéses nyelést csecsemő- és kisgyermekkorban élettani sajátosságnak tekintjük, hiszen az anyamellről való táplálás másképp nem lehetséges. Előfordulása azonban az életkor növekedésével csökken, és kb. 5 éves korra fokozatosan megszűnik. Ha azonban a nyelvökéses nyelés a vegyes fogazat kialakulása után is fennáll, már kórosnak tekinthető.

A szakirodalomban a nyelvökéses nyelést még infantilis, eltérő, fordított nyelés fogalmakként találhatjuk meg.

Okok

- ujjszopás – a nyelvállás rendellenes helyzetét rögzíti, a fogsor nem tud záródni, a nyelv laposan fekszik a szájterben, kicsúszik a fogsorok között
- szopómozgást igénylő tárgyak – cumi, rongyi, ceruza, köröm, ajak stb. – túlzott, illetve időben elhúzódó használata, mely az előző pontban felsoroltak által fejti ki negatív hatását
- nagy lyukú cumisüvegből való táplálás – a csecsemő nem kell szívja a folyadékot, nyelve nem hátrafelé mozdul, hanem előre lök, hogy elzárja az üvegből szüntelen áramló folyadékot
- a csőrös itatópohárból való ivás túlzott használata
- az anyamellről való táplálás hiánya, mely fontos szerepet játszik a gyermek ajak- és nyelvizmainak fejlődésében
- rágás hiánya – kizárólag pépes ételek adása a tejfogak megjelenése után is, ha a gyermek csak nyel, nem fejlődnek megfelelően az ajak-, arc- és nyelvizmok
- nagy orrmandula, torokmandula, melyek a nyelvet elülső-alsó helyzetbe kényszerítik – gyakran ki is csúszik –, ahol másodlagos tényezőként renyhévé válnak a száj körüli

izmok, a nyelv izomtónusa, mivel a száj állandóan nyitva van, szájlégzés alakul ki, a nyelv laposan fekszik az alsó fogmederben, az első fogsort szétfeszíti, állkapcsot előrenyomva bulldogharapást eredményez

- makroglossia, a szájüreghez képest túl nagyméretű nyelv
- lenőtt vagy túl feszes nyelvfék akadályozza a nyelvet a megfelelő nyelési mozgásban (lásd melléklet)
- utánzás
- öröklés – állcsont, fogak formája, mérete
- foghiány – az esetek nagy részében csak átmenetileg okoz kóros nyelést

Lehetséges következmények

- az arc és a fogívek fejlődése eltér a szabályostól, aránytalanná válik a két állkapocs egymáshoz való viszonya
- harapási rendellenességek, nyitott harapás, mély-, kereszt-, fordított-, élharapás (lásd. melléklet)
- fogazati eltérések – kifelé vagy befelé dőlnek, elfordulnak a fogak
- szabálytalan szájpád, gótikus, széles, lapos szájpád kialakulása (lásd. melléklet)
- mindig nyitva van a szája
- kiszáradt, cserepes, berepedt ajkak
- gyakori nátha, allergia, folyton duzzadt mandulák, horkolás
- nem tudja megfelelően feldarabolni fogaival az élelmet, gyakran félrenyel, túl lassan eszik
- nyelés közben grimaszol, beszívja az alsó ajkát vagy felfújja az arcát, kidugja a nyelvét
- fogszabályzás hatására nem, vagy csak nehezen alakul a fogazat
- a már szabályozott fogak visszaalakulnak
- az állkapocs-ízület működési zavarai, fogszuvasodás, ínygyulladás, fogak kialakulása
- beszédhibák: interdentális, addentális, laterális szigmatizmus, illetve orrhangzós beszéd

A fent említett tünetek, okok, következmények különböző súlyossági fokban, illetve kombinációkban jelentkezhetnek.

Kezelés, korrekció

A nyelvlökéses nyelés korrekciója team-munkát igényel. A logopédus szerepe a helyes nyelés megtanítása, illetve a hibás izomdiszfunkciók leépítése nyelésterápia által, a hibásan ejtett hangok kialakítása és automatizálása. A logopédus munkája nem lehet eredményes, illetve az eredmény nem lehet tartós az orthodontus – fogszabályzó orvos, myofunkcionális tréner, fogorvos, fül-orr-gégész, esetenként szájsebész beavatkozásának hiányában, akik az okok megszüntetésére és kóros következmények helyreállítására, kezelésére hivatottak.

Az óvodapedagógus szerepe

1. Prevenció

Mint minden rendellenességnél, így a nyelvlökéses nyelés, orthodontiai rendellenességek, illetve artikulációs problémák esetében is a prevenció az, ami a legkívánatosabb a lehetséges tünetek és

korrekciók elkerülése szempontjából. A különböző szociokulturális jellemzőkkel bíró családokkal való leghatékonyabb találkozási pontok egyike az óvoda. A következő eszközök állnak rendelkezésünkre a nyelvlökéses nyelés megelőzését illetően, főként kis- és középcsoportban:

- *megfigyelés* – az óvodai étkezések alatt a nagyon lassan étkező, a falatokat hosszasan rágó gyerek, nyelés közben grimaszoló, a rendezetlen fogazatú, állandóan náthás, mindig nyitott szájú gyerek gyanús a nyelvlökéses nyelés szempontjából.

- *szórólap* – a mellékletben található, nyomtatható szórólap tartalmazza az ujjiszopás, cumi-használat – mint kockázati tényezők – lehetséges negatív következményeit, illetve az ezekről való leszoktatás folyamatában szaktanácsadás biztosításának a lehetőségét. Ezt a szórólapt minden cumizó, ujjiszopós gyerek szüleinek oda lehet adni. A családorvosi rendelőben ennek megfelelően további szakemberhez küldik.

- *tanácsadás*:

- a cumi-, ujj-, rongyik szopogatásáról való leszoktatás sürgősen megoldandó probléma minden esetben, de összetettsége, pszichés komponensei miatt óvatosan kell bánni vele, elsősorban pszichológus segíthet a leszoktatási folyamatban. Semmiképpen ne alkalmazzunk drasztikus eljárásokat!
- körömrágásról való leszoktatás
- megfelelő vizesüvegek, poharak használata
- a szilárd, keményebb, nehezebben rágható ételekre való szoktatás
- a gyerekek nyelvének nyugalmi helyzete laposan és lazán a szájpadhoz simul, nem szabad lent lennie, ezért azoknál a gyerekeknél, akiknek mindig nyitva van a szájuk, kissé látszik is a nyelvük meshallgatásnál, tévénézés közben, érdemes erre felhívni a szülők figyelmét. Ha nem túlságosan rövid a nyelvfék, az erre való szoktatást meg lehet kezdeni.

2. A szülők szakemberhez való irányítása

Ha feltételezhetően, a fenti ismérvek alapján felmerül a nyelvlökéses nyelés lehetősége, a szakemberhez való irányítás elengedhetetlen, jelen esetben logopédus, fogszabályzó szakorvos, fül-orr-gégészeti szakrendelésre való bejelentkezés ajánlott. A szájsebészeti szakrendelésre a családorvos küldi a gyermeket, ha rövid nyelvféket állapít meg.

Gyakran nincs lehetőség, számtalan ok miatt, de ezeknél a gyerekeknél legalább egy diagnosztikai felmérés javasolt, és ekkor az óvodapedagógus szerepe még több lehet a korrekciós folyamatban, legalábbis, ami az előkészítő gyakorlatokat illeti.

3. Speciális gyakorlatok az óvodai tevékenységekben

A nyelvlökéses nyelés logopédiai terápiáját a beszédszervek izmainak tornája alapozza meg. Az óvónők nem taníthatják a gyerekeket a normál nyelésre, de a beszédszervi torna beiktatásával az óvodai foglalkozásokba nagyon sokat tehetnek a nyelés-terápia sikeréért. Ezek a játékos jellegű feladatok javasoltak nemcsak terápiás, de prevenciós jelleggel is, mindenféle pöszeség esetében.

A beszédszervi torna állhat az anyanyelvi-kommunikációs tevékenységek kezdetén, önálló tevékenységként vagy napi rendszerességgel is végezhető, főként ha több beszédhibás gyerek is van a csoportban. Kiscsoportban ajánlatos mesébe ágyazni ezeket, 5 éves kor körül lehet komplexebb, explicit gyakorlatokat is végezni (lásd. a módszertani útmutató megfelelő fejezetében).

Példa a beszédszervi torna beépítésére mese-feldolgozásban

Az alábbi mese fonala olyan gyakorlatok elvégzésére ad alkalmat, melyek különösen is fontosak a nyelvlökéses nyelés leépítésében és a normál nyelés megalapozásában. Vannak benne ajakgyakorlatok, szívó-, fúvógyakorlatok, arcizomerősítő gyakorlatok, nyelvgyakorlatok. A cselekmény mellett az elvégzendő gyakorlatok állnak, a mellékletben megtalálható képkártyákat is használni lehet ehhez.

A KIS KAKUKK NAGY HANGJA

Egyszer volt, hol nem volt, volt egyszer egy kicsi kakukk. Olyan kicsi volt, hogy emberi szem alig látta. Nagyon búsult a kis kakukk, hogy ő milyen picike, és főként amiatt, hogy nagyon halkan tudott csak énekelni. – Kakukk, kakukk! – próbálgatta hangját, de senki nem hallotta. Az is bosszantotta a kis madárkát, hogy amikor testvérkéivel beszélgetni próbált, valahogy nem sikerült úgy elmondani, ahogy szerette volna. Emiatt nem is igen értették őt. Elindult hát világgá, hogy megtudja, hogyan tudna hangosan kakukkolni, hogyan tudna madárverset, erdei mesét mondani.

Alighogy elindult, mindjárt szerencsével is járt. Találkozott egy nagy, kendermagos kakassal. – Kukkurigúúúúú! – kukorékolt a kakas olyan hangosan, zengően, szépen, hogy a kis kakukk mindjárt tudta, megtalálta, akit keresett.

– Te kakas, olyan szép a hangod, olyan szépen kukorékolsz! Mondd csak, engem is megtanítasz hangosan énekelni, madárverset, erdei mesét mondani?

A kakasnak megtetszett a szép szó, és elhatározta, hogy segít a kis kakukknak. Bár ő nem tudott kakukk-nyelven, de olyan sok barátja volt, olyan sokat látott-hallott már életében, hogy biztos volt benne, jót tehet a kis madárkával. Nem is hívták másként a környéken, mint Sokattudó Kakas Úr.

– Elmondom mit kell tenned, de vigyázz, mert sok-sok próbát kell kiállnod, sok-sok mindent kell megtanulnod, de ha sikerül, te leszel a vidéken a legszebben éneklő, legszebben verselő, legnagyobb mesélő kakukk.

A kakas ezután felsorolta, kihez kell menni, kitől mit kell megtanulni:

– a téli széltől a fúvást – erőteljes, hideg levegővel, kicsire kerekített ajkakkal fújunk

– a nyári széltől a fújdogálást – nagy, kerek szájjal, meleg levegőt lehelünk

– a rigótól a füttyülést

– a lufitól a pukkanást – fújuk fel az arcunkat, és tartjuk benn a levegőt, majd hirtelen „p” hangoztatása mellett engedjük ki

– a mozdonytól a pöfögést – ismétljük úgy, hogy nem hirtelen, hanem folyamatos „p” hangoztatás mellett engedjük ki a levegőt

– a háborgó tengertől a hullámozást – egy kortynyi vizet jobb, majd bal arcba küldünk, mint a levegőt az imént, és csak utána köpjük ki

– a fagyizó kislánytól a nyammogást – mnyjám, mnyjám hangoztatása mellett rágjunk, majd lehajtott fejjel próbáljunk nyelni

– a durcás kislánytól a duzzogást – picire, kerekre összehúzott ajkak megtartása

– az mókustól a puszipogást – erőteljes cuppogtatás

– a csókától a csacsogást – erőteljes csucsucsucsucsocso ejtés

– a sástól a susogást – ssssss, susususu, sásásá, sósósó ejtése, többször egymás után

– a tyúktól a kotyogást – kottty, tyityityi ejtése, többszöri ismétléssel

- *a víztől a locsogást* – liccs-loccs ejtése ismétlésekkel
- *az ajtótól a csukódást* – kicsukkkk-kicsukkk többször
- *a lótól a patkók dobogását* – erőteljes csettintés nagyra nyitott szájjal, nem csak nyelvheggyel, a lapos nyelv első harmadával (alapgyakorlat)
- *a gyerekektől a hintázást (nyelvhinta)* – a nyelv hegye az alsó fogmederben, a nyelvtest előre-hátra mozog, nyitott szájállással
- *a lusta kislánytól az ásítást*
- *a szorgos lánytól a sepregetést* – lapos nyelvvel végigsimítjuk a szájpadrást, hátulról előre és előlről hátrafelé (itt jól odatapasztva)
- *a harangtól a harangozást* – a nyelvheggyel megérintjük a szélesre húzott ajkak szegletét
- *a fogorvostól a fogmosást* – nagyra nyitott szájállás mellett a felső és alsó fogsor nyelvheggyel való végigsimítása
- *a kis cicától a lefetyelést* – kidugjuk a nyelvet, hirtelen berántjuk
- *a nagy macskától a bajusz lenyalogatását* – a felső ajak és orr közötti terület végigsimítása a nyelvvel
- *az énekestől az éneklést* – erőteljes lá-lá-lá ejtéssel, ismert dallamok
- *türelmes embertől a türelmet* – apró pufuleť darabkák megtartása a nyelvhegy és a felső fogmeder közt, nyitott szájállással, ameddig a pufuleť feloldódik a nyelvben
- *a bohóctól a nagy mutatványokat:*
 - o Nagy gombot fűzzünk cérnára. Tegyük az ajkak és a fogak közé a gombot. Gyengéden húzzuk a cérnát, a gyerek ajkaival tartsa benn a gombot.
 - o A gombot bal oldalra, jobb oldalra húzogatva ismételjük meg a próbát a benntartással.
 - o Egy üres műanyag flakonra kössük a gombot. Emelje fel a flakont az ajkai és a gomb segítségével.
 - o Nehezítsük meg a gyakorlatot azzal, hogy a flakonba egyre több vizet töltünk.
 - o Vegye a szájába a szívószálat, és tegye a nyelve alá, majd fölé.
 - o Próbálják a gyerekek a jobb oldalról a nyelv segítségével a bal oldalra tenni a szívószálat.
 - o Nyelvlapoc (spatula) megtartása az ajkak között, erre minél több könnyű tárgy felépítése, megtartása.

A kis kakukk alig győzte végighallgatni a sok feladatot, de szorgalmasan nekilátott, és szép sorban mindent megtanult. Különösen szeretett fűtyülni, ásítani, hintázni. A bohóc mutatványaiért pedig egyenesen rajongott.

Amikor mindent megtanult már, izgatottan állt a nagy kakas elé.

– *Lássuk, mire mentél, te kis kakukk – szólt kíváncsian hozzá a kakas.*

A kis madár sorra mindent bemutatott. Amikor a végére ért, örömeben dalra fakadt: - Kakukk-kakukk-kakukk! – de olyan szépen, csengőn és hangosan, hogy erdő-mező, falu-város lakói mind odagyűltek, és csodálkozva hallgatták a kis madár gyönyörű énekét. Ha figyelmesek vagytok, ti is hallhatjátok, ha erdő közelében jártok. És hogyha még azt is meg akarjátok tudni, milyen gyönyörű madárverseket tud, és hogyan mesél... Ehhez bizony meg kell keresnetek őt...

A mese elmondása közben az óvónő bemutatja a gyakorlatokat, a csoport életkorának, összetételének megfelelően válogatva, meglévő eszközök szerint. Miután már jól ismerik a mesét, a csoport egyszerre

végzi a feladatokat. Kerüljük a gyakorlat és feladat kifejezések használatát, helyettesítsük mutatvány, utánzás, hogy hallatszik..., mit mond... fogalmakkal.

A meséhez tartozó képkártyák segítséget nyújtanak a gyakoroltatás további módjához.

- kártyát húz – bemutatja a hozzá tartozó gyakorlatot
- bemutat egy gyakorlatot – a többieknek ki kell találni, melyik kártyához tartozik
- 2-3 kártyát húz, megnézi, lefordítja – ugyanolyan sorrendbe kell elmutassa
- állatkórus – 2-3 csoportot alkotunk, mindenik csoport más-más állathangot utánoz, így énekelnek ismert dallamot
- a mese dramatizálása
- hol szól a kakukk? – egy gyerek elbújik, ő a kakukk, búvóhelyéről hallatja a hangját, a többieknek meg kell keresniük (főként szabadtéren játszandó)

A beszédszervi torna beillesztése az óvodai tevékenységekbe számos logopédiai probléma megelőzésére és korrekciójának segítésére alkalmas, ezért érdemes napi rendszerességgel alkalmazni.

Felhasznált és ajánlott irodalom

<http://logopedia.reblog.hu/cimke/ujjszopas>

<http://www.entusa.com/frenulectomy.htm>

<http://www.fogvedo.hu>

<http://www.identalhub.com/blog/28/examination-of-thumb-sucking-patient>

<http://www.nyelvrokeses-nyeles.hu/a-nyelvrokeses-nyeles-es-a-myofunkcionalis-rossz-szokasok/>

<http://www.nyelvrokeses-nyeles.hu/nyelvrokeses-nyelesrol/>

<http://www.youtube.com/watch?v=6fSchQ5UxXQ&feature=related>

<https://articles.mercola.com/sites/articles/archive/2016/07/30/buteyko-breathing.aspx>

<https://www.youtube.com/watch?v=IZKRT8liqFA>

<https://www.youtube.com/watch?v=Ljll9P9EIQg>

RANSCHBURG JENŐ (1998): *Pszichológiai rendellenességek gyermekkorban*. Nemzeti Tankönyvkiadó, Budapest

THOROCZKAY MIKLÓSNÉ (2003): *Hangfejlesztések lépésről lépésre*. Kőbányai Média és Kulturális KHT, Budapest

TORDA ÁGNES (2000): Beszédhibás gyermekek az óvodában és az iskolában. In: Illyés Sándor (szerk.): *Gyógypedagógiai alapismeretek*. Bárczi Gusztáv Gyógypedagógiai Főiskolai Kar, Budapest, 582–593.

HERNÁDI KRISZTINA (2006): *Ajánlások beszéd fogyatékos gyermekek kompetencia alapú fejlesztéséhez*. Sulinova Közoktatás-fejlesztési és Pedagógus-továbbképzési Kht., Budapest, 6–9.

VASSNÉ KOVÁCS EMŐKE – REHÁK GIZELLA DR. (1994): *A nyelvrokéses nyelés*, Nemzeti Tankönyvkiadó, Budapest

http://szajapolas.network.hu/blog/szajapolas_klub_hirei/rossz_szokasok_amelyek_fogazati_rendellenessegekhez_vezetnek

www.fk.jgytf.u-szeged.hu/tanszek/kozmuvszokasok/markkomm-pr.pp



MEGNYUGVÁS A GYERMEKNEK, KÖNNYEBB SÉG A SZÜLŐNEK VAGY ÁRTALMAS, ROSSZ SZOKÁS?



meddig és mennyit?

AZ UJJSZOPÁS ÉS CUMI HASZNÁLATÁNAK
LEHETSÉGES KÖVETKEZMÉNYEI

NYELÉSI RENDELLENESÉGEK ÉS FOGÁLLÁSI
PROBLÉMÁK ELKERÜLÉSE

A TISZTA BESZÉDÉRT



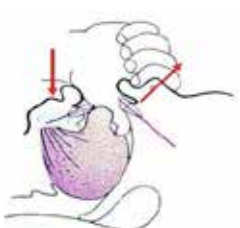
5 éves kor után az ujjszopás, a cumizás
lehetséges negatív következménye a

Nyelvlökéses nyelés

A nyelvlökéses nyelés közben a nyelv
hegye elől vagy oldalt kicsúszik a fogak
között.

OKOK-KÖVETKEZMÉNYEK

- az arc és a fogívek fejlődése elter a szabályostól
- szabálytalan szájpád, gótikus, széles, lapos szájpád kialakulása
- kiszáradt, cserépes, berepedt ajkak
- harapási rendellenességek, nyitott harapás, mély-, kereszt-, fordított-, élharapás
- fogazati eltérések – kifelé vagy befelé dől, elfordulnak a fogak
- gyakori nátha, allergiák kialakulása, folyton duzzadt mandulák, horkolás
- nem tudja megfelelően feldarabolni fogaival az ételmelet
- a már szabályozott fogak visszatalakulnak
- az állkapocs-izület működési zavarai, fogszúvasodás, ingsyvulladás, fogak kilazulása



Az alsó állcsont hátranyomódása, a felső
frontfogak kifelé dőlése – Ujjszopás
következményeként nyitott harapás.



Nyelvlökéses nyelés ajkbeszűréssel,
ajkabeszűréssel



Szűk fogív, gótikus szájpád, élharapás, a fogak
legyezőszerű széthertelése



Lenőtt nyelvek

A nyelvlelkéses nyelés kialakulásának oka lehet a túl rövid, lenőtt nyelvfejk is, mely csecsemőkorban **minimális beavatkozás révén orvosolható**, így számos további probléma kerülhető el – fordított nyelés, beszédhibák stb.

MIBŐL IGYON

GYERMEKÜNK?

KERÜLÜK !

CSŐRÖS-
POHÁRBÓL

6
HÓNAPOS
KORTÓL

CUMISÜVEG
SZELEPES
CSŐRÖS-
POHÁR

Beszédhibák

A mértékelen, illetve 5 éves kor utáni ujjiszopás, cumi használatának, valamint a nyelvlelkéses nyelés következményeként fokozottan megnő a beszédhibák kialakulásának lehetősége.
Legszembetűnőbb jele ennek, hogy a gyerek bizonyos hangokat úgy formál, ejt ki, hogy a nyelvét a két fogor között kidugja, vagyis beszéd közben látszik a nyelve a szájteáren kívüli is.

A beszédhibák javítását logopédus végzi.



Ha gyereken bármelyik tünetet észreveszi, forduljon a családorvosa által javasolt szakemberekhez

fül-orr-gégész-
név.tel.....
szájsebész-
név.tel.....
fogszabályzó orvos-
név.tel.....
logopédus-
név.tel.....



5 ÉVES KOR UTÁN

3 ÉVES KOR UTÁN

ELOZZE MEG AZ UJJSZOPAS ES A CUMI HASZNÁLATÁNAK NEGATÍV KÖVETKEZMÉNYEIT!

CSAK AKKOR ADJON CUMIT A GYEREKNEK, HA MÁS MÓDOT NEM TALÁL A MEGNYUGTATÁSÁRA.
MÉRTÉKEL ÉS CSAK VALÓDI SZÜKSÉG ESETÉN ALKALMAZZÁK A MEGNYUGTATÁSNAK EZT A MÓDSZERÉT, HELYETTE PRÓBALJÁK MEGSZÜNTETNI A SÍRÁS, NYUGTALANSÁG VALÓDI OKÁT.

HA A GYERMEKE SZOPJA AZ UJJÁT, VAGY MÁR ELMŰLT 5 ÉVES, ÉS CUMIT, CUMISÜVEGET HASZNÁL:

1. A LESZOKTATÁSHOZ SOHA NE HASZNÁLJANAK DRASZTIKUS, FÁJDALMAS MÓDSZEREKET.
2. A CUMIRÓL VALÓ LESZOKTATÁST JÓ, HA MÁR 3 ÉVES KOR UTÁN ELKEZDJÜK, AZ UJJSZOPÁSRÓL 5 ÉVES KORIG ÉRDEMES LESZOKNI, EZUTÁN MINDKETTŐ KÁROS SZOKÁS, SZÁMOS NEGATÍV KÖVETKEZMÉNNYEL.
3. HA BIZONYTALAN A LESZOKTATÁS MÓDJÁVAL KAPCSOLATBAN, BIZALOMMAL KÉRJE A SZAKMAI TANÁCSADÁST LOGOPÉDUS VAGY PSZICHOLÓGUS RÉSZÉRŐL.
4. HA BÁRMELY TÜNETET ÉSZLELI GYERMEKEN, FORDULJON A MEGFELELŐ SZAKRENDELŐKHÖZ, KÉRJE KI A CSALÁDORVOS, GYEREKGYÓGYÁSZ VÉLEMÉNYÉT.

A DISZLEXIA- VESZÉLYEZTETETTSÉG TÜNETEI

Bartók Éva

A diszlexia-veszélyeztettség (részképességzavarok) tünetei már óvodáskorban megmutatkoznak a beszéd, a mozgás, a téri tájékozódás, a figyelem, az észlelés vagy az emlékezet területén. Veszélyeztetettségi jellemző lehet továbbá az a tény, ha már a családban előfordult diszlexia.

Ahhoz, hogy sikeresen és gyorsan megtanuljon írni, olvasni és számolni a gyerek, jól működő észlelésre, figyelemre, emlékezetre, megfelelő nyelvi kompetenciára, téri tájékozódásra, kézügyességre, motivációra stb. van szüksége. Ha bármelyik területen lemaradása van, még ha nem is alakul ki tanulási zavar, mindenképpen megnehezedik majd az iskolai előremenetele. Mivel ezek a tünetek már az óvoda idején szembetűnők lehetnek, érdemes odafigyelni, hiszen minél előbb észre vesszük, hogy valamelyik képessége fejletlen, és megfelelő terápiában részesítjük a gyermeket, annál jobb eredményeket érhetünk el később, annál könnyebben tanul majd iskoláskorában.

Az alábbiakban mepróbáljuk felsorolni a diszlexia-veszélyeztettségre utaló jeleket. A felsorolt tünetek olykor tarka variációban, néha meg csak néhány vezértünettel jelentkezhetnek a diszlexia-veszélyeztetett gyermekeknél.

Az egyes tünetek megléte nem bizonyítja százszázalékosan, hogy diszlexiás lesz a gyerek! Csupán olyan előjelekre utalnak, amelyekből nagy eséllyel alakulhat ki ilyen probléma.

Az iskoláskor előtti (5-6 éves) diszlexia-veszélyeztettségre utaló jelek:

„Rizikótényezők” jelenléte:

Örökletesség

- A családban az olvasással, helyesírással, matematikával vagy a nyelvek tanulásával másoknak is volt problémájuk.

Az idegrendszer valamilyen sérülése

- Feltételezhető egy apró, sokszor orvosilag sem kimutatható károsodás – terhesség alatti problémák, koraszülés, szülés során fellépő sérülések, komplikációk (pl. agyi oxigénhiányos állapot), kisgyermekkorai sérülések, súlyos, magas lázzal járó betegségek.

Átszoktatott balkezesség

Ingerszegény környezet

Kétnyelvű környezet

A beszéd területén megfigyelhető jelek:

Az egyik legkorábbi és legfontosabb jel, ami esetleg diszlexia-veszélyeztetettségre utalhat, a beszélt nyelvben tűnik fel.

Megkésett/akadályozott beszédfejlődés

- Másokhoz képest későn kezdett beszélni.
- 3 éves korában a gyerek beszédfejlettsége messze elmaradt a kortársai átlagos beszédteljesítményétől.

Nehezen induló nyelvi fejlődés

- Szókincse, kifejezőkészsége túl lassú ütemben gyarapodott.

Nehezen javítható, elhúzódó pöszeség, szótorzítások

- Hangképzési problémái vannak: nem képzi tisztán a hangokat, a szavakat hibásan ejti ki, egyes részeit elnyeli, zöngétlen mássalhangzókat képez a zöngés hangok helyett.
- Nehézséget okoz hosszabb vagy ismeretlen szavak kimondása.
- Elmosódott az artikulációja, beszéde hangsúlytalan, rossz ritmusú.
- A logopédiai kezelés során a beszédhibája nagyon nehezen javul ki, sokáig ejti hibásan a hangokat.

Szegényes szókincs

- Az életkorában elvárt szavakat nem érti, nem használja megfelelően.
- Nehezen tanul meg új szavakat, neveket, kifejezéseket, a tanult szavak nem épülnek be az aktív szókincsébe.

Rossz kifejezőkészség

- Nehézkes a mondatalkotása, hiányzik a lényegkiemelő képessége.
- Nem beszélget szívesen. Érzelmait, akaratát, gondolatait nehezen fejezi ki szavakban, még egyszerű mondatokban is nehezen tudja elmondani, hogy mi történt vele, nem tud összefüggően beszélni valamilyen témaköréről.
- A beszéde nem folyamatos, gyakoriak a szünetek, láthatóan bizonytalan abban, hogy milyen szavakat használjon, sokszor nem tud gördülékenyen beszélni.
- Nem tud elvárható gyorsasággal felelni a hirtelen feltett kérdésekre, olyan egyszerű szituációkban

sem, amikor a válaszon láthatólag nem kell gondolkodni.

- Gyakran összetéveszt egymáshoz hasonló szavakat.

Szótalálási nehézség

- Néha egyszerű, mindennapi szavakat is nehezen idéz fel.
- Feltűnően sokszor előfordul, hogy beszéd közben nem jutnak eszébe a szavak, a nyelv használata nem precíz, sokszor fordulnak elő olyan helyettesítő kifejezések, hogy *az az izé*, vagy *az a dolog*, ahelyett, hogy az adott tárgynak a pontos megnevezését használná.

Dysgrammatizmus

- Nyelvtanilag helytelenül beszél.

Hallási észlelés és beszédészlelés fejletlensége, zavara

- Negatív audiológiai lelet ellenére gyakran visszakérdez, mintha nem hallaná vagy nem értené, amit mondanak neki. Sokszor nem is reagál a megszólításokra.
- Az egy időben hallható zajok, hangok közül nem tudja elkülöníteni a lényegeset, nehezen tud arra tartósan odafigyelni. Egyidejűleg mindenre figyel, minden zaj fontos számára, képtelen figyelmét irányítani vagy egy dologra koncentrálni.
- A zajos környezet, a gyors beszédtempó a beszédészlelésben, beszédmegértésben nehezítő körülményt jelent a számára.
- A beszédhangok megkülönböztetése nehézséget okoz, jellemző a hallás után tanított versek, énekek torzítása.
- Gyakran mond értelmetlen, de az értelmeshez hasonló hangzású szavakat.
- A nehéz szavak ismétlése pontatlan.
- Gyenge a hanganalizáló képessége: nem hallja, hogy egy adott hang benne van-e a szóban, képtelen azt kiemelni a szóból, problémái vannak az egyes szavak hangokra való bontásánál, a hangok sorrendiségét helytelenül érzékeli.

Korlátozott beszédmegértés

- Rosszul értelmezi a verbális utasításokat, nem reagál megfelelő módon a környezete verbális ingereire. Gyakran félreérti, amit mondanak neki, nem érti meg a hallott mondatot, kérést, feladatot.
- A játékszabályokhoz való alkalmazkodás nehézséget okoz, mivel nem érti meg azokat. Ezt a környezete sokszor félreértelmezi, gyakran szólnak rá, hogy nem figyel.
- Nem hallgatja szívesen a meséket, a szöveg nem köti le a figyelmét. Ritkán kérdez a történettel kapcsolatban, kevés dolgot tud felidézni a meghallgatott meséből. Az esetleges kérdéseiből kitűnik, hogy nem érti a történetet.

Rossz ritmusérzék és dallamvisszaadás, amuzikalitás

- A bemutatott egyszerű ritmust nem tudja pontosan letapsolni, lekopogni, láthatóan nincs érzéke a rímekhez, ritmushoz, helytelenül szótagol.

A vizuális észlelés területén megfigyelhető jelek:

Vizuális alak-háttér differenciálás fejletlensége, zavara

- Nehezen vesz észre, ismer fel ismerőst az utcán, tömegben, egy adott tárgyat a többi között (pl. egy játékot a játékpoliccon, ruhát a szekrényben stb).

- Nehezen veszi észre az adott tárgy valamelyik apró részletét.
- Nehézséget okoz egy összetett képből a részlet kiemelése.
- Nehézséget jelent adott formák, irányok felismerése, észrevétele a feladatlapokon.

Vizuális differenciálás fejletlensége, zavara

- Nem veszi észre a különbségeket két tárgy között (pl. a cipőjét gyakran fordítva veszi fel), nem veszi észre a különbségeket két kép között.
- Nehézséget okoz a különböző formák megkülönböztetése, összetéveszti a hasonló formájú ábrákat.
- Nehezen ismeri fel a mimikai változásokat, a finom különbségeket, ezért nem reagál az arckifejezések változására. Mivel nehézséget okoz számára az arckifejezések megkülönböztetése, ezért nem képes az ezekkel közölt, felnőtt által kívánt viselkedésre. Gyakran szoktak rászólni a gyerekekre, mert ahhoz, hogy megfelelően reagáljon, nem elég csak „másképpen ránézni”.

Vizuális analízis fejletlensége, zavara

- Pontatlan a vizuális elemzőkészsége.
- Építőkockákból minta után nem tud pontosan építeni, nem szereti a puzzle játékokat, nem játszik velük.
- Az ábrák másolása nem sikerül, a másolás során nincs stratégiája.

Szem-kéz koordináció fejletlensége

- Minta utáni rajzolása feltűnően gyenge, pontatlan, kézmozgását nem követi a szemével.
- Vonalvezetése pontatlan. Pl. a labirintus-feladatoknál nagyon nehezen tudja követni az útvonalat, gyakran „nekimegy” a vonalnak.

A mozgás területén megfigyelhető jelek:

Mozgásfejlődési zavar

- Nem kúszott, nem mászott, vagy nagyon rövid ideig tartott a kúszó-mászó időszaka a járnai tudás előtt.
- Másokhoz képest késve kezdett járni, a mozgása sokáig volt bizonytalan, koordinálatlan.
- Nem tud kacsintani.

Nagymozgások fejletlensége

- Mozgása bizonytalan, összerendezetlen, nem harmonikus. Bizonytalan az egyenes vonal melletti haladásnál, kisebb akadály átlépésénél, átugrásánál. Görcsös a testtartása. Ügyetlen, gyakran megbotlik, elesik, lever, leejt vagy felborít dolgokat, beleütközik más emberekbe vagy tárgyakra. Bonyolultabb mozgásokat nem képes pontosan végrehajtani. Nehézséget jelent az önálló öltözködés, vetkőzés, zokni, cipő önálló felvevése. Mindezeket nagyon lassan végzi. Célirányos mozgásában sok a felesleges kapkodás, pontatlanság – pl. labda dobásánál, elkapásánál. Nem labdázik, focizik szívesen.
- Szintén figyelmeztető jel lehet a hiperaktivitás is. Túlmozgásos, a tevékenységeiben gyors, felületes. Kapkodó, felületes játékmód jellemzi, egy-egy játékszerrel csupán rövid ideig képes játszani. Sok mindenbe belekezd, de semmit sem fejez be, hamar megunja a különböző tevékenységeket, gyorsan tud váltani, állandó vándorlás, mozgás, kiszámíthatatlanság jellemzi. *A hiperaktivitás egyes esetekben társulhat tanulászavarral!*

Egyensúlyérzékelés fejletlensége

- Bátortalan, bizonytalan a mászóknán, csúszdán, a játszótéren inkább elkerüli ezeket. Nem tud stabilan fállábon állni, ugrálni. Nehezen tanul meg biciklizni, rollerezni, sízni.
- Lépcsőn fel- vagy lemenet fogózkodik, nem tud váltott lábbal közlekedni a lépcsőn.

Finommotorika, kézügyesség fejletlensége

- Kézügyesség hiánya jellemzi. A kézhasználata bizonytalan, fejletlen – nehezen megy a vágás, gyurmázás, gyöngyfüzés, hajtogatás stb.
- Pontatlan a célirányos mozgása – pl vízöntés.
- Ügyetlen az eszközhasználatban – nehezen bánik a késsel, villával, ollóval, nem tud vagy nehezen gombol, cipőfüzöt nehezen köt be, stb.
- Öltözködésnél, étkezésnél segítséget igényel.
- Koordinálatlan a két kéz mozgása.
- Ujjait nem tudja egymástól függetlenül mozgatni.

Grafomotorika fejletlensége

- Görcsösen fogja, rosszul tartja a ceruzát, rossz a vonalvezetése.
- A rajzai életkorának nem megfelelő színvonalúak. Nem szeret rajzolni, színezeni, kifesteni. Ha fest vagy színez, gyakran túlmegy a papír szélén, vagy nem tudja tökéletesen befedni a fehér felületet. Nehezebbre esik az ecsetkezelés, rajzai csúnyák, munkái rendetlenek.

A finommozgások fejlődésének egyik legdöntőbb szakasza a 6 éves kor körüli időszak. Minden gyereknél változó a fejlődés üteme ezen a területen. Sokszor csak az első iskolai év végére alakul ki a helyes ceruzatartás. Sok gyerek görcsösen tartja az íróeszközt, nehézséget jelent az egy sorban való maradás, a megfelelő vonalvezetés.

A testséma, a téri orientáció területén megfigyelhető jelek:

Kialakulatlan vagy keresztezett laterális dominancia

- Kialakulatlan az oldaliság, nem elég erős a dominancia – nem egyértelmű, hogy jobb vagy balkezes-e.
- Diszlexiások között szép számban akadnak balkezesek. A balkezesség azonban önmagában sosem utal egyértelműen diszlexiára. Nagyobb problémát jelent, ha a gyermeknél keresztezett preferencia van, a domináns testrészek nem egy oldalra rendezettek, vagyis nem az azonos oldali szeme, keze, lába, füle a domináns. Pl. jobb szem – bal kéz – jobb láb – jobb fül a domináns.

Bizonytalan, nehezen kialakuló testséma

- Nem tudja megnevezni a testrészeit, téveszti, nem tájékozódik megfelelően a saját testén.

A térben való tájékozódás zavara

- Tájékozódási nehézségei vannak, rossz az irányérzéke, könnyen eltéved. Akár az óvoda épületében, ismert útvonalakon is bizonytalan vagy eltéved.
- Elfelejtja, hogy hol hagyta a dolgait, személyes tárgyait gyakran elhagyja (pl. játékok, levetett ruha).
- A térbeli irányokat nem tudja megbízhatóan megkülönböztetni, jobb-bal irányokat téveszti, sokáig gondolkodik azon, hogy melyik a jobb vagy a bal keze.
- Nem tudja követni a mozgásokra vonatkozó utasításokat, még akkor sem, ha bemutatják neki. Tornaórán nem tudja pontosan végrehajtani a bemutatott gyakorlatokat.

- Összerakós játékokat nem épít, nincs türelme hozzá.
- Haladási iránya kialakulatlan: jobbról bal irányba végzi a soralkotást, nehézségei vannak a feladatlapon való iránytartásban, sorvezetésben.
- Fejjel lefelé rajzolja a formákat, alakokat.

Az időben való orientáció területén megfigyelhető jelek:

Az időben való tájékozódás zavara

- Rossz az időérzéke, gyakran elkésik.
- Mivel nem tudja az idejét beosztani – állandóan „húzza az időt”. A feladatokat gyakran félbe hagyja, azok befejezését a végtelenségig halogatja – gyakran keveredik emiatt konfliktusba a környezetével.

A figyelem területén megfigyelhető jelek:

Figyelemzavar

- Figyelmetlen. Tartós figyelemre nem képes, figyelmét külső zajok könnyen elterelik. Többnyire csak néhány percre tud bizonyos dolgokra koncentrálni. Elégtelen figyelemösszpontosítás jellemzi.
- Fáradékony, megfigyelései pontatlanok.

Az emlékezet területén megfigyelhető jelek:

Auditív emlékezet zavara

- Nehezen memorizál. Nehezen tud megjegyezni több utasítást, dátumot, nevet, telefonszámot. Nehezen tud szó szerint megtanulni valamit. – Pl. nehézséget okoz üzeneteket pontosan átvenni és továbbítani.
- Gyenge a szövegemlékezete. Nem szívesen tanul mondókákat, verseket, gyerekdalokat, nagyon nehezen tanulja meg ezeket. Nem tudja megjegyezni a ráosztott szerepeket, de egyébként könnyen megjegyzi az őt érdeklő dolgokat.
- Nehezen emlékszik emberek, helyek nevére, és gyakran összekeveri a hasonlóan hangzó neveket. Az óvodástársai nevét nagyon lassan tanulta meg.
- Elfelejt, amit mondanak neki, állandóan emlékeztetni kell dolgokra. A megtanult verset könnyen elfelejt.
- Az új szavak tanulása nehézségbe ütközik, rengeteg ismétlésre van szüksége, hogy az idegen nyelvű szavakat megjegyezze.

Vizuális emlékezet zavara

- Gyenge a memóriajátékokban
- Ábrákat, formákat csak sok gyakorlás után jegyez meg, és hamar elfelejt.

A szerialitás területén megfigyelhető jelek:

Szerialitási gyengeség – Sorbarendezési problémák

- Az egymásutániség felfogásának nehézsége, mozdulatsor reprodukálásának gyengesége, vizuális minta, soralkotás gyengesége jellemzi.
- Felsorolásokba belezavarodik: nehézséget okoz a hónapok, a hét napjainak, a számjegyeknek a sorrendje.
- Nehezen tanul meg szó szerint verseket, gyerekdalokat.
- Történetmondásának sorrendisége hibás – pl elbeszélései közepén kezdődnek, és a kezdetnél végződnek. Amikor az élményeit szeretné elmesélni, gondolatai csapongnak, a történet eleje és vége összekeveredik.
- 3 elemből álló széldíszot nem tud pontosan végigrajzolni egy kép körül, mindegyre belezavarodik a sorrendbe, hibázik.
- Egymás után következő utasításokat nem tud követni, összezavarodik, ha egyszerre több utasítást kap.
- Bonyolultabb mozgásokat nem képes pontosan végrehajtani. Mozgássorok megtanulása, utánzása nehézségbe ütközik.
- Nem tudja előre megtervezni a cselekvései sorrendjét, és azokat követni. Gyakran félbeszakad a megkezdett cselekvése.
- Nehezen megy a tárgyak rendben tartása, szinte lehetetlen vállalkozásnak tűnik rendtartásra tanítani.
- Játékszabályokat nem képes átlátni, követni, betartani, előrelátni. A játékszabályok betartására sokszor kell figyelmeztetni. Kevésbé tud tervezni a játék során, hogy elkerülje a „vesztes” helyzetét, gyakran veszít emiatt a társasjátékokban. Ilyenkor nem ismeri fel, hogy a többiek „haragját” mivel váltja ki.
- Mivel nem képes a viselkedésének, cselekvésének a következményeit előrelátni, vele állandóan „történik” valami – megüti magát, balesetek érik, megbántja a társait, stb.

A viselkedés területén megfigyelhető jelek:

Mindezek a tünetek, illetve az ezekből adódó teljesítménybeli kudarcok gyakran a magatartásra is hatással lehetnek. Ezek megnyilvánulhatnak agresszióban, bohóckodásban vagy túlzott visszahúzódásban, gyenge önbizalomban, negatív énképben. Egyes gyerekek ingerlékenyek lesznek, hamar elveszítik a türelmüket, mások zárkózottá, félénkké váhatnak.

- Nehézséget okoz az óvodai élethez való alkalmazkodás, a csoport rendjébe való beilleszkedés, a szabályok betartása. Sok a panasz az óvónő részéről.
- Kerül bizonyos játékokat, tevékenységeket – amelyekben a gyenge képességei miatt rosszul teljesíthet. Sokszor ez fel sem tűnik a szülőnek, óvónőnek, hiszen úgymint valami egyébgel játszik a gyerek.
- Nem vesz részt szívesen és aktívan az óvodai foglalkozásokon, ritkán vonható be a csoportos foglalkozásokba, nehezen motiválható.
- A feladathelyzetekből kilép, hiszen az sok neki, nem tudja végrehajtani, elfárad, nem tud a társaival együtt haladni.

- Kialakulatlan a feladattudata, a feladatokkal szemben nehezebben motiválható. A feladatokat ritkán tudja önállóan, az állandó felnőtt jelenlét nélkül megoldani.
- Gyakran úgy ül ott, mintha nem értené, ami történik, annak ellenére, hogy amúgy értelmes.
- Teljesítménye ingadozó, fáradékony, nyugtalan, türelmetlen, impulzív.
- Feltűnően nagy különbség van a jó és rossz napjai között.
- Nehezen fogadja az újításokat, változtatásokat.
- Munkája gyors, kapkodó, meggondolatlan vagy pedig feltűnően lassú.
- Kapkodó, felületes játékmód jellemzi, egy-egy játékszerrel csupán rövid ideig képes játszani.

Alig létezik olyan gyerek, akinek a felsorolt területek közül néhányban ne lenne kisebb-nagyobb lemaradása. **A felsoroltak megléte egyenként nem jelent feltétlenül diszlexia-veszélyt, de több tünet együttes előfordulása, illetve az egyes tünetek súlyossága már mindenképpen figyelmet érdemel!**

Sok gyerek esetében az életkor előrehaladtával ezek a részképességzavarok nem rendeződnek önmaguktól, hanem az alapját képezik az iskolai kudarcok sorozatának. Mindezt megelőzhetjük, vagy nagymértékben csökkenthetjük, ha a korai tünetekre felfigyelünk, ha kellő időben, még óvodáskorban diszlexia-prevenációs (megelőző) terápiában részesülnek ezek a gyerekek. Az időben – még az iskoláskor előtt – megkezdett intenzív terápiával (heti 3-4 alkalom) enyhébb zavar esetén meg lehet előzni a diszlexia kialakulását, de súlyosabb esetben is csökkenteni lehet a tüneteket. Játékos, otthon is végezhető feladatokkal segíteni lehet a gyereket abban, hogy a korán felfedezett esetleges elmaradásokat iskolába lépése előtt korosztályának megfelelő szintre hozzák.

Felhasznált irodalom

- BARTÓK ÉVA (2010): *Játék, öröm, csillogó szemek. Képességfejlesztő játékgyűjtemény diszlexiaveszélyeztetett és diszlexiás gyerekek számára.* Magánkiadás, Marosvásárhely
- BARTÓK ÉVA (SZERK.) – GAGYI ERZSÉBET – CSEH ÁGNES – DEÁK GYÖRFI EMESE – ÖLLERER GABRIELLA – DEMETER ÉVA – KOLUMBÁN ERIKA – MÓZES BEÁTA (2007): *Én már jobban olvasok! Terápiás kézikönyv a diszlexia és egyéb tanulási zavarok kezelésére.* Kreatív Könyvkiadó, Marosvásárhely
- GYARMATHY ÉVA (2007): *Diszlexia. A specifikus tanítási zavar.* Lélekben Otthon Kiadó, Budapest
- DR. ILLYÉS SÁNDOR (2000): *Gyógypedagógiai alapismeretek.* Borgisz Bt., Budapest
- MAROSITS ISTVÁNNÉ (1992): *A diszlexia-veszélyeztetettség jelei az óvodáskorban. Fejlesztő Pedagógia 1-2.* Budapest
- MEIXNER ILDIKÓ (2000): *A dyslexia prevenció, reeducáció módszere.* A/3 Kiadó, Budapest

MOZGÁSFEJLESZTŐ JÁTÉKOK AZ ÓVODÁBAN

(nagymozgás, finommotorika, egyensúly)

Baricz Erika

„Ha nem tudsz repülni, fuss! Ha nem tudsz futni, menj! Ha nem tudsz menni, kússz! De bárhogyan is legyen: mozogj!” (Martin Luther King)

A gyermeknek a mozgás örömforrás, játék. Ezért nap mint nap biztosítanunk kell a gyermekek számára a mozgáslehetőségeket, amivel a mozgásban rejlő egészséges fejlődést segítjük, irányítjuk. A mozgás fejleszti a gyermek állóképességét, a test koordinált mozgását, egyensúlyérzékét, izomrendszerét, testi erejét, a központi idegrendszer érését, értelmi fejlődését, kreativitását, önkifejezését, egész személyiségét. A mozgásfejlesztés révén képessé válik a differenciált, a gyors, a lassú mozgásra. A nagymozgások fejlesztése szinte minden foglalkozáson előfordul valamilyen formában: futások, csúszás, kúszás, mászás, ugrások.

Az óvodáskorú gyerekeknél a mozgás belső igényből fakad, nagyon fontos, hogy olyan jó játékokat szervezzünk, amelyekkel biztosítjuk ezt a mozgásigényt számukra. A közös játékon alapuló mozgásnak közösségteremtő, összekovácsoló, tapasztalatszerző, szabálykövető ereje van. A mozgásos játékok feloldják a gyerekekben a gátlásokat, szorongásokat, és szocializációs szerepük is igen fontos. A játékokban rejlő örömforrás, kihívás és sikerélmény egyaránt motiváló erővel hat a gyerekekre.

Igen kedvesek a gyerekek számára a fogócskák, futójátékok, körjátékok, szembekötődik, labdajátékok, ugró-szökdelő játékok, ügyességi játékok vagy versenyjátékok. Sok és sokféle játékgyűjtemény ismert a mozgások fejlesztésére, ebben a fejezetben azok találhatóak meg, amelyek tapasztalatom szerint a gyerekek kedvencei.

NAGYMOZGÁSOKAT FEJLESZTŐ JÁTÉKOK

Tűz, víz!

A gyerekek lassú tempóban futkároznak, majd egy adott jelre megállnak. „Tűz!” felkiáltásra hasra fekszenek a talajon. „Víz!” felkiáltásra felmásznak a bordásfalra, vagy székre állnak. Minden feladatmegoldás után értékelés, egyénekenként. A játék nagyobb gyerekeknél bővíthető „Föld”, „Ég”, „Levegő” stb. szavakkal, különböző testhelyzetek felvételével.

Szalagfogó

A gyerekek a teremben futkároznak. A fogó a gyerekeken levő szalagot próbálja megszerezni. Az a játékos győz, akinek a szalagja megmarad a játék végéig. Akitől a fogó a szalagot megszerzi, kiáll a játékból.

Kötél a ház

A játéktér közepére kötélből valamilyen formát alakítunk, ez a ház. Ide lehet menekülni a fogó elől. A ház körül bármilyen irányban lehet haladni, vagy a házon átfutni a kötélt átlépése nélkül. A fogó a házba nem léphet be. Addig játszható, amíg minden gyereket meg nem fog a fogó, ezután új fogót választunk.

Találd meg a házad!

Elrendezzük a babzsákokat a terem közepén. Futás körben, menetirányban. Jelre mindenki igyekszik leülni egy babzsákra. Mivel a babzsák mindig eggyel kevesebb, mint ahány gyerek van, így nem jut mindenkinek.

Nyuszibál

A gyerekek a teremben mozognak, ugrálnak, mint a „nyuszik”. A fogó („vadász”) igyekszik megfogni valamelyik nyulat, amikor az óvónő beengedi közójük. Akit megfog, az lesz a vadász a következő játékban.

Kötélugrás

A gyerekek körben állnak. Az óvónőtől kapott feladatokat végzik. Az győz, aki hibátlanul hajtja végre az ugrásokat a kötéllal. Pl. páros lábbal ugrálás helyben, a kötelet előre hajtva. Ugyanez, a kötelet hátrafelé hajtva. Helyben ugrás 3-szor bal lábbal, 3-szor jobb lábbal, a kötelet előre hajtva. A kötelet előre hajtva, futás közben ugrálással.

Kerüld meg!

A felrajzolt különböző formákat négykézláb kell bejárni.

Célbadobó

Fára felfüggesztett kosárba személyenként 5 darab babzsákot dobhatnak a gyerekek. Addig próbálgatjuk, amíg mindenkinek sikerült a célbadobás.

Kidobó

Egy labdát feldobunk a játéktér közepén. Aki elkapja, az lesz a kidobó, vagyis a társait kell eltalálnia a labdával. Akit a kidobó eltalált, kiáll a játékból.

Karikapörgetés

A gyerekek körben állnak. Egy gyerek közepén megpörgeti a karikát, s közben mondja: „Pörögj, pörögj, karika, kapja el a... Katika”. Ekkor a megnevezett gyerekek el kell kapnia a karikát, és a játék folytatódik, mindig más névvel. Ügyelni kell arra, hogy a karika ne álljon meg.

Várostrom

5-6 építő elemből várat építünk, ezt kell eltalálni a labdával.

Lépegető

Színes formákat (pl. kör, négyzet, virág, autó, nap) rajzolunk a padlóra. A gyerekek egy indulóvonalon állnak. A játék az óvónő irányításával történik, ő mondja, ki hányat lépjen és milyen irányba. Pl. Kati, lépj balra hármat, Peti előre kettőt, Karcsi előre egyet! Majd a gyerekek megnevezik, hogy milyen formába érkezett meg.

Mozdulatsor

A gyerekek félkörben ülnek. A szélső középre megy, és valamilyen mozdulatot tesz, majd visszaül a helyére. A következő is középre megy, megismétli a társa mozdulatát, majd ő is kitalál egy mozgást, és visszaül a helyére. A játék addig folytatódik, ameddig mindenki sorra kerül, vagy ameddig képesek a társuk mozgását sorban megismételni, és képesek újabbat kitalálni. Azért mennek középre, hogy jól látható, utánozható legyen a mozgás. A játék végén szóban elsorolhatják, ki mit csinált.

Kötélhúzás

Középpontban csomózott, hosszú kötél mentén áll fel a két egyenlő létszámú csapat, a csomótól jobbra, illetve balra. „Rajt!” vezényszóra indul a verseny. Melyik csapat húzza el a másik csapatot? Törekedjünk arra, hogy az erőviszonyok lehetőleg azonosak legyenek.

Tedd, amit mondok!

Minden gyerek széken ül. Különböző utasításokat adunk, ezeket kell végrehajtaniuk. Pl. álljatok a szék mögé! Guggoljatok a szék elé! Tegyétek a székhez a jobb lábatokat! stb. Ezt a játékot játszhatjuk úgy is, hogy mindegyik gyereknél a kedvenc játéka van, és azokkal végzi a feladatot.

Sziámi ikrek

Páros játék, amelyben a gyerekek valamilyen testrészüknél „össze vannak növe”, és így mozognak, feladatot teljesítenek. Még tréfásabb változata, amikor valamilyen „kinövés” köti össze őket: pl. gyufásdoboz az orrukra húzva, ropi a szájukban stb.

Söprűs tánc

Ehhez a vidám játékhoz páratlan számú játékosra van szükség. Aki pár nélkül maradt, annak a söprű a párja, azzal kezdi járni a táncot. Amikor elunja, jó csattanósan a földhöz vágja a söprűt, erre mindenkinek párt kell cserélni. A „söprűs” is párt fog magának, így más marad pár nélkül. Ő kapja fel a söprűt, és táncba kezd vele. A gyerekek sokkal jobban szeretnek a söprűvel táncolni, ezért szinte csatáznak érte. Fontos a szabály betartása: a söprűt csak akkor szabad felvenni a földről, ha már mindenkinek van párja.

Játszd el!

Az óvónő sug valamilyen cselekvést a gyerekeknek, amit ő eljátszik. A többiek megpróbálják kitalálni, mit csinált, vagyis mit sugott az óvónő. Pl. fészülködjön, gombolja be a kabátját, szögdeljen, tegye a két kezét csípőre, érintse meg az orrát.

Mese némajátékkal

Az óvónő (de lehet egy gyerek is) elmesél egy jól ismert történetet. A többiek némán, mozgással, mimikával próbálják azt előadni. Ennek egy másik változata: amikor már többször próbáltuk, egy gyermek játszik el egy mesét mozgással, mimikával. A többiek próbálják kitalálni, melyik mese lehet.

Csináld, amit mutatok!

Van egy játékirányító, aki lehet a felnőtt, illetve egy gyerek. A kezével, szemével, arcjátékával instrukciót ad a társának (vagy néhány gyereknek), amit annak (azoknak) végre kell hajtani. Pl. a kezével mutatja, hogy álljon fel, magához hívja, int, hogy feküdjön hasra, fordítsa a fejét balra. Majd

szóban megfogalmazzuk, hogy mit csinált, mire kérte a játékirányító.

Szincápa

Egymástól kb. 3 méter távolságra vonalakat húzunk, ez a tenger, ebben áll a cápa. A cápa (egy gyerek) elkiáltja magát, pl: „Jöjjenek a kékek” – ekkor minden olyan gyermek átfut, akin nem található kék szín. Akin megtalálható az elhangzott szín, az nyugodtan átsétálhat, hiszen előtte tiszta az út. Akin más szín van, azt elkaphatja a cápa, ekkor helyet cserélnek.

Járd körül!

Szobában vagy az udvar betonozott részén különböző alakzatokat rajzolunk vagy festünk, egymástól kissé távol, hogy körbe járassák a gyerekek. Mindig egy meghatározott mozgással járja körbe minden egyes formát a játszó gyermek. Ilyen mozgás lehet: egyszerű járás, tyúklépés, törpejás, óriásjás, szökdelés. A formákat a levegőben is megrajzoljuk nagymozgással. Ennek a játéknak a bonyolultabb formája: különböző síkidomokat rajzolunk vagy festünk a talajra vagy betonra, de készen kivágott formákat is elhelyezhetünk egymástól távolabb, hogy körbejárható legyen. Kártyákat készítünk, amelyeken a síkidomok meghatározott sorrendben találhatók. A választott kártya rajzát követi a gyerek a kívánt mozgással, pl. járással, szökdeléssel.

Mondd utánam!

Az óvónő középen áll, a gyerekek körülötte kört alkotnak. Miközben labdát dob az egyik gyereknek, halkán vagy hangosan mond egy szót. Aki kapja a labdát, ugyanúgy próbálja megismételni, ahogy hallotta.

Zivatar

A gyerekek körbe ülnek, mindenki a tenyerét a combjaira helyezi. Némán utánozzák az óvónő mozdulatait, miközben ő a következő történetet mondja: „Napsütéses nyári délután van. Sétálunk egy gyönyörű erdőben, ragyog a nap, énekelnek a madarak, az erdő csendes, de tele van élettel. Egyszerre felhők kezdenek gyülekezni az égen, fújni kezd a szél, mozgatja a leveleket (összesúroljuk az ujjainkat), egyre erősebben kezd fújni a szél (összesúroljuk a tenyerünket), kezd cseperegni (összeütögetjük az ujjainkat), egyre erősebben esik (tapsolunk), zuhog az eső (verdesni kezdjük a combunkat), dörög, zuhog, mintha dézsából öntenék (dörömbölünk a lábunkkal is). Az eső kezd csendesedni (csak a combunkat verdessük, majd tapsolunk), már csak csepereg (összeütögetjük az ujjainkat), az eső elállt, csak a szél fúj (összesúroljuk a tenyerünket), mozgatja a leveleket (összesúroljuk az ujjainkat). Kisüt a nap, az erdő felfrissült, tele van élettel!” (tenyerek a combon). Igyekezzünk a szövegnek megfelelő intonációt használni, minél szuggesztívebben előadni a történetet!

Hol közlekednek?

Járműveket sorolunk fel: autó, helikopter, vízibicikli, óceánjáró, metró, repülőgép, csónak, villamos, autóbusz, szekér, hajó, motorkerékpár stb. Hol közlekednek ezek a járművek? „Ha a földön, földben, akkor dobolj a lábaiddal! Ha a vízben, vízen, utánozz úszást a karjaiddal! Ha a levegőben, repkedj a kezeiddel!”

Tanítok egy új táncot!

Egy dinamikus zenére mindenki sorra megtanítja a többieknek a „legújabb táncórületet”.

Idegenek

Két játékos kimegy, együtt kigondolnak egy állatot (vagy tárgyat), majd visszajönnek. Ők az „idegenek”, akiknek nem értjük a nyelvét. Ők értik, amit mi mondunk, csak nem beszélük a nyelvünket. Kéz- és láb- pantomimmal igyekeznek bemutatni az adott állatot (tárgyat).

Mit kaptál karácsonyra?

Minden gyerek gesztusokkal elmutatja a karácsonyi ajándékait. A csoport igyekszik megfejteni ezeket.

Mindenízű cukorkák

Apró, színes cukorkákat használunk. Minden gyerek sorra bekap egy „varázscukorkát”, amitől hirtelen, rövid időre átváltozik valamivé. Mozgással bemutatja azt, ami lett belőle, míg a többiek igyekeznek ezt kitalálni (pl. vonat, egér, szúnyog, szélmalom stb.).

Jelnyelv

Csak gesztusokkal kommunikálhatunk: különböző tárgyakat kérünk a társunktól (pl. radírt, fésűt, könyvet, vonalzót, tükröt stb.), megkérdezzük, hogy milyen idő van kint, rávesszük a társunkat, hogy oldja ki a cipőfűzőjét, vesse le a kabátját, egyen meg valamit, fújja ki az orrát stb.

Jöjjenek a, jöjjenek a.....

A gyerekek szerre vezetik a játékot. Nagyobb távolságra helyezkednek el a csoporttól, és saját elképzelésük szerint átváltozásra kérnek fel mindenkit. „Jöjjenek a, jöjjenek a....” kezdetű mondatral hívogatnak (pl. kígyók, krokodilok, majmok, robotok stb.). Olyan állatok, emberek utánzására is felszólítják a csoportot, amelyekhez jellegzetes tulajdonságok tartoznak (pl. gyáva nyuszik, szorgalmas hangyák, okos baglyok, vad oroszlánok, csúfolódó gyerekek, szigorú rendőrök stb.). A csoport mozgással megeleveníti a játékvezető utasítását, elkezd közeledni hozzá, de megáll egy előre megállapított határnál.

Állatvilág

A játékot azzal a kérdéssel kezdjük, hogy: „Most, itt milyen állatbőrbe bújnátok be?”. Sorra bejönnek az ajtón az „állatok”, majd találkoznak egymással.

Vándorcirkusz

Megjött a cirkusz! Állatok fognak fellépni a porondon: medvék (járás külső talpélen), tevék (járás négykézláb, a csípőt magasra emelve), nyulak (nyusziugrás), pókok (leülünk a földre, talpunkra, hátul a kezünkre támaszkodunk, a csípőt megemeljük, és így haladunk előre), rákok (ugyanaz mint a pókjárás, csak hátrafelé haladunk), sasok (karlengetés), gólyák (fél lábon, karokat széttárva), kígyók (lehasalva) stb. A gyerekek találjanak ki különböző állatokat megjelenítő mozgásokat. Egy vándorcirkusz tagjai vagyunk. Van közöttünk köteltáncos, állatszélidítő, bohóc, zsonglőr stb. Próbáljunk meg közös jeleneteket előadni.

Egy szó – egy mozgás

Milyen mozgás jut eszedbe az alábbi szavakról? Pl.: sízés, banán, motorbicikli, szúnyog, virágszál, pingvin, ugrókötel, fagyi, teve, labda, parittyá, telefon, dió, lázmérő, fürdőkád, hal, szemfesték, korcsolya, sötétség, díszlépés, repülő, bohóc, jó gyermek, vonat, csípőspaprika, madártoll, tó, fűrés, csokoládé, vadász, csónak, lekvár, citrom, mocsár, egy nehéz bőrönd, öröm, szomorúság, ijedség, fáradság, félelem, érdeklődés, szigorúság, düh, fenyegetés, döbbenet, édes, savanyú, keserű, bűdös, illatos stb. A gyerekek gyorsan megjelenítik az óvónő által felsorolt szavaknak megfelelő mozgásokat, megfigyelik egymás mozgását.

Időgép

Beülünk a kör közepén levő „időgépbe”, és vissza vagy előre utazunk az időben. Felidézzük az 1 vagy 3 évvel ezelőtti énünket (a gyerekek életkorához igazítva), valamint azt, hogy 5, 10, 15 év múlva milyenek leszünk. A gyerekek mozgással és verbálisan megjelenítik ezeket – „megfiatalodva” vagy

„megöregedve” találkoznak egymással, szerepjátékkal fejezik ki önmagukat. Megjeleníthetik csak mozdulatokkal, hogy milyen foglalkozást választottak (cipész, orvos, szakács, utcaseprő, tanár stb.), a többiek igyekeznek kitalálni, hogy mi lett belőlük. A játék végén megbeszéljük az átélt élményeket.

Nehéz sorsú háziasszony

A háziasszony munkáját jelenítjük meg, különböző mozgásokkal: pl. vásárolunk, cipekedünk a piacon, autóbuszon utazunk, rázkódunk, dülöngélünk, krumplit szedünk, zsákot cipelünk, szőlőt szedünk, kosarat cipelünk, kaszálunk, létrára mászunk, almát szedünk a fa tetejéről, ásunk, csirkét hajkurászunk, vizet húzunk a kútból, fát vágunk, fűrészelünk, tüzet gyújtunk, sepregetünk, porszívózunk, port törölgetünk, mosunk, vasalunk, virágot locsolunk, dagasztjuk a kenyeret, kenyeret vágunk, főzünk, majd nagy fáradtan lerogyunk, és hímezni kezdünk. A nagymozgások fokozatosan kisebbre váltanak át.

Madárkák

Az óvónő előad egy történetet, amelyben megszületnek és felnőnek a madárfiókák. A gyerekek a történetnek megfelelő gesztusokat kell végezzenek. A történet szerint a fiókák (gyerekek) egy képzeletbeli tojásban guggolnak, kopogtatják a tojás falát, kibújik a tojásból a csőrük, majd a fejük, nyújtogatják kifelé a nyakukat, elkezdenek bizonytalanul verdesni a szárnyaikkal. Jön a madáranyuka (óvónő), és megszeretgeti, megeteti a fiókákat. Ettől egyre nagyobbak, erősebbek lesznek. Eljön a repülés ideje, a madárszülő repülni tanítja a fiókákat, de kezdetben nem valami sikeres a repülés. Lehuppannak a fiókák a földre, de újra próbálkoznak. Végül a kismadarak megtanulnak repülni, és élvezik a repülést. Az anyukájuk büszkén nézi őket, ahogy repdesnek a levegőben.

Medveadászat

Az óvónő ritmikusan ad elő egy történetet, amelyben medveadászatra indul a csoport, minden mondatát egy bizonyos gesztussal kísérve. Mögötte haladnak a gyerekek, és minden mondatát, mozdulatát megismétlik. A történet szerint átmennek egy hídon, átúsznak egy tavon, átkelnek egy mocsáron, egy bozótton, megmásznak egy hegyet, bemennek egy barlangba, ahol egy medvére találnak. Megijednek, és visszafelé kezdenek futni: hegy, bozót, mocsár stb. Minden akadálnál a kísérő mozdulatot is eljátszák, egészen addig, amíg a hídhoz nem érnek, ami hirtelen leszakad: a gyerekek leguggolnak.

Ki a főnök?

Páros játék, a gyerekek megegyeznek, hogy melyikük lesz a főnök, és melyikük a beosztott. Ezt kell dramatizálással megjeleníteni. Más, alá- és fölrendeltségi viszonyt is meg lehet jeleníteni (apa-gyerek, igazgató-gyerek, tanár-diák, rendőr-betörő, orvos-beteg stb.). A csoport ki kell találja, hogy ki kicsoda.

Király és szolga

Két gyerek elhagyja a termet, és megegyeznek, hogy melyikük lesz a király, és melyikük a szolga. Amikor visszatérnek a terembe, testtartással, gesztusokkal, rövid kis dramatizálással megjelenítik a szerepüket. A csoport ki kell találja, hogy ki kicsoda. A játék újabb két gyerekkel folytatódik. Udvarnépek, szolgák bevonásával 4-5 gyerek is játszik.

Képzeletbeli tér

Elképzeljük, hogy tágas térben sétálunk, szűk cellában mozgunk, össze vagyunk kötözve, mankóval járunk, gólyalábon tipegünk, egy kötélén egyensúlyozunk a magasban, utat törünk a dzsungelben, kerítés alatt bújunk át, alagúton kúszunk keresztül, üvegdoboz falait toljuk kifelé, kiscsirkék vagyunk, és a tojáshéjat feszítjük szét, stb.

Keresztül a körön

A gyerekek kört alkotnak, és egyenesen előre néznek, a velük szemben álló társukra figyelve. Egy adott jelre (pl. taps) egyszerre megindulnak a kör belseje felé, és átmennek a túlsó oldalra, helyet cserélve így a társukkal. Úgy kell átjutniuk, hogy senki senkivel ne ütközzön össze! Ha már jól megy, különböző járásmódokkal is megpróbálhatjuk a játékot (pl. lassú, illetve gyorsított mozgással, aprókat vagy nagyokat lépegetve, egy lábon vagy két lábon szökdelve, hátrafelé menve, pókjárásban, négykézláb, különféle karaktereket megjelenítve: idős ember, katona, részeg, kislány, robot stb.).

Járásmódok

Minden gyerek bemutat egy járásmódot (pl. vidáman, lassan, vontatottan, betegesen, sietősen, unottan, szemlélődve, aprókat lépve, gyáván, győztesen, vesztesen, óvatosan, kíváncsian, izgatottan, ijedten, egykedvűen, lopakodva, fenyegetve, üldözve, szomorúan, boldogan, tele hassal, mint aki jó hírt visz haza, sötétben tapogatózva, cipekedve, ugrálva, egy helyben, lágy fűben, síkos úton, keskeny pallón, hepe-hupás talajon, csípős csalánban, kényelmes papucsban, szűk, kemény cipőben, göröngyös földön, szúrós tarlón, kisgyerek húzatva magát, öreg ember „három” lábon, pici ürge törpe, büszke óriás, pocakos ember, vak ember, király, zsúfolt tömegben munkába sietve, stb.). A csoport igyekszik kitalálni, hogy ki mit mutatott be.

Kígyózás

Babzsákokat szórunk szét a teremben. Ezek a sziklák, ezek között haladnak a kígyók. A gyerekek egymás mögött állnak, nem kapaszkodhatnak egymásba. A kígyó „feje” vezeti a futást. Egy idő után megfelezzük a kígyót: most már két kígyónak kell egymáshoz alkalmazkodni. Rövid idő múlva újból felezhetjük a kígyókat.

Jégkirálynő/Jégherceg

Van egy fogó, ő a jégkirálynő vagy jégherceg. Akit megfog, az jéggé dermed, nem tud megmozdulni. Csak akkor futhat tovább, ha „melegszívű” gyerekek megérintik, megsimítják. Így váltják ki.

Virágfogó

A gyerekek menekülési lehetősége, ha gyorsan megállnak, és a kar oldalsó középtartásba helyezése közben egy virágnevet kiáltanak. Ugyanazt a virágnevet nem lehet kétszer kiáltani, mindig más és más virágot kell mondani! Ha valakit megfogott a fogó, akkor szerepcsere történik. A terpeszből a társ válthatja ki úgy, hogy a két láb között átbújik.

Fészekfogó

Párosan fogják egymás kezét a gyerekek, akit üldöznek, bebújik a gyerekek közé, s akinek háttal áll, az lesz az üldözött. Játsható úgy is, hogy egymás mellé állnak, s ha eléjük vagy mögéjük áll az üldözött, ők válnak üldözötté.

Színválasztó fogó

Ha a fogó mond egy színt (pl. piros), akkor azt, aki arra a színre áll, nem lehet megfogni. Akit megfogtak, az kiesett.

Szivárványfogó

Van egy fogó. Akit megfog, szivárvánnyá változik, kéz- és lábtámasztással előrehajol, de ha átbújik valaki alatta, újra visszaváltozik, s megint futhat.

Labdaszedés

A játékterületen szétgurítunk annyi labdát, hogy mindenkinek jusson. A feladat, hogy a labdát különböző mozdulatokkal szedjék össze. Pl. csípőre tett kézzel, páros lábon szökdelve stb.

Kapd el a labdát

A gyerekek terpeszben körben állnak, s gurítják a labdát: akinek kimegy a lába között, „büntetésből” először guggol, azután előrenyújtott lábbal ül, hason fekszik stb.

Ablaktisztítás

Vállszélességű terpeszben egy képzeletbeli ablakot tisztítunk meg egy kézzel. Térdhajlítással-nyújtással, testsúly-áthelyezéssel jobbra-balra.

„Fújja a szél a fákat”

A gyermekek körben állnak terpeszállásban, magastartásban. Fák vagyunk, a szélben hajladozunk. Törzshajlítás folyamatosan jobbra, majd balra. „Minél jobban fúj a szél, annál jobban hajladoznak a fák”.

Rajzolás orral

Terpeszállásban, csípőre tett kézzel állnak a gyerekek. Nyakhajlítással előre, oldalra, valamint fejkörzéssel a test síkja előtt, különböző formákat rajzolnak a levegőbe – pl. baba, virág, autó stb.

A kígyó leveti a bőrét

A gyerekek terpeszben egymás mögött állnak. Jobb kezükkel az előttük álló, bal kezükkel a lábuk közt hátranyúlva, a mögöttük álló gyerek kezét fogják. Az utolsó gyerek leül a talajra és hátradől. Miközben a „kígyó” lassan hátrafelé mozogva áthalad az ülő gyerek fölött, a soron következő mindig leül közvetlenül utána, míg végül mindannyian egymás mögött ülnek. Ezután ellenkezőleg haladva a „kígyó visszbújik a bőrébe”. A kézfogást nem szabad elengedni.

Autók

Minden gyereknél labda van. „Zöld” jelzésre szabadon közlekedhetnek a játéktéren labdavezetéssel. Mikor „sárgát” mondunk, csak helyben szabad pattogtatni a labdát. „Piros” jelzésre a labdát ölelve kell állni. A labdavezetést egy kézzel tanítsuk a gyerekeknek.

Autóvezetés

A gyerekeket párba állítjuk. Az egyik gyerek lesz az „autó”, a másik a „sofőr”. A „sofőr” az „autó” mögött áll, kezeit a vállára téve. Az „autó” csukott szemmel hagyja magát irányítani a „sofőr” által. Az a jó „sofőr”, aki az autójával nem ütközik neki senkinek és semminek. Az „autónak” teljesen a „sofőrre” kell hagyatkoznia, nem nyithatja ki a szemét. Egy idő után szerepet cserélnek a párok. A teremben különböző akadályokat kihelyezve is lehet játszani.

Befalazás

Kijelölünk egy menekülő játékost. A többi gyereknek az a feladata, hogy „körbe falazzák”, azaz bekerítsék a menekülőt úgy, hogy ne tudjon kimenekülni közülük. A kerítők nem foghatják meg egymás kezét, csak szorosan egymás mellé állhatnak, így akadályozva meg, hogy köztük kijusson a menekülő. Ha sikerült kijutni, akkor új menekülőt választunk.

Földrengés

A gyerekek létszámától függően egy vagy két kört alakítunk a csoport feléből, mégpedig úgy, hogy menetirányba fordulva „alagutat” tartanak a gyerekek. A többiek négykézláb vagy „katonakúszással” közlekednek a nyitott alagutak alatt, ki-be. „Földrengés” vezényszóra az alagutak összeomlanak. Akik bent rekedtek a körben vagy az alagút alatt, azok fognak kört alkotni. Egyenes háttal, nyújtott térddel kell támaszkodni az „alagútban”, a fejet egyenesen tartjuk.

Gyíkok és légy

A „légy” a terem végében ül, középen, törökülésben. A „gyíkok” a terem másik végében, vele szemben hason fekszenek egymás mellett. Amikor a „légy” becsukja a szemét, akkor katonakúszással közelítenek felé. Abban a pillanatban, mikor kinyitja a szemét, a „gyíkoknak” meg kell állni. Az a „gyík” eheti meg a „legyet”, amelyik legelőször ér oda hozzá. Amelyik „gyík” megmoccan, mikor a „légynek” nyitva van a szeme, annak vissza kell menni a rajtvonalra.

Kiskutya – nagykutya

A gyerekek térdelőtámaszban helyezkednek el, szétszórtan a teremben. Kijelölünk egy fogót, aki „kutyafutásban” tenyéren-talpon futva üldözi a társait. Ő lesz a „nagykutya”. A „kiskutyák” négykézláb mászva menekülnek. Akit megfognak, az lesz az új fogó. Mindenki csak a szerepének megfelelő módon közlekedhet.

Láncfogó

Kijelölünk egy fogót, a többi gyerek futva menekül. Akit a fogó megfog, az lesz a következő „láncszem”, azaz megfogja társa kezét, és ketten üldözik a menekülőket. Csak a „lánc” elején és a végén álló gyerek foghatja meg a társakat. Meg kell tanítani a gyerekeket arra, hogyan használják ki azt az előnyt, hogy a láncsal be lehet keríteni a társakat. Akár meg is beszélhetik, hogy kit akarnak bekeríteni. A „lánc” nem szakadhat el.

Pókfoci

A termet két térfélre választjuk. Az alapvonalakon kapukat képezünk, kb. 1 méter szélességben. A gyerekeket két csapatra osztjuk, szalaggal különböztetjük meg őket. Csak pók- és rákjárásban szabad közlekedni a játéktéren. A labdát lábbal kell az ellenfél kapujába juttatni. A kapus is csak lábbal védhet. Kisebбекnél játszhatjuk kapu nélkül, ekkor az alapvonal teljes szélességében a gólvonalat képezi. Nem szabad felállni.

Talicskázás

Egyik gyerek térdelő támaszban, a társa pedig térdfogással megemeli a kinyújtott lábait. Az álló gyerek „tolja” maga előtt a társát, mintha talicska volna. Az előrehaladásban az elől levő gyermekhez kell igazodni. Ha elég jól megy, lehet versenyezni is, melyik pár ér hamarabb a célvonalba.

Madáretető

A fal mentén asztalokat helyezünk el úgy, hogy a gyerekek alája bújhassanak, ezek a madáretetők. Adott jelre a gyerekek szabadon szaladgálnak, röpködő madárkákat utánozva. Az óvónő vagy egy kijelölt gyerek madárcsipogást utánozva az etetőhöz hívja a röpködő madárkákat, akik leguggolva másznak az asztalok alá. A hívogató madár szerepét az a gyerek kapja, aki elsőnek ér be az etetőbe az óvónő hívására.

Órjárat

A gyerekek az indulási vonalnál két oszlopban sorakoznak. Tőlük mintegy 2 méterre egy játékos áll. Ő az „oszlop”. Adott jelre a két kezdő játékos, aki már az indulási vonal mögött a földön fekszik, kúszva igyekszik megkerülni a csoport előtt álló „oszlopot”, hogy utána ugyancsak kúszva visszatérhessen a kiindulási pontra. Az egy időben kúszó játékosok közül az győz, aki hamarabb ér vissza.

Toboz, makk, dió

A játékosok hármásával egymás háta mögé állnak. A legbelső körben állók neve toboz, a középsőké makk, a legkülsőké dió. Attól függően, hogy a játékvezető melyik nevet mondja, azok cserélnek helyet. A kör közepén áll egy gyerek, aki igyekszik beállni a körbe, valaki helyére. Akinek nem jut hely, beáll középre.

A vadász, a veréb és a méh

A gyerekek – három kivételével – nagy körbe állnak. A három játékos közül egyik lesz a vadász, a második a veréb, a harmadik a méh. Ők a körön kívül vannak. A vadász kergeti a verebet, de őrizkedik a méhtől. A veréb üldözi a méhet, de fél a vadásztól. A méh menekül a veréb elől, de meg akarja csípni a vadászt. Így üldözik egymást a körben és azon kívül, míg el nem éri mindenki a célját. A kört alkotók nem engedik el egymás kezét.

Gyümölcsös

A gyerekek nyújtott lábbal körben ülnek. Ők a gyümölcsös kert fáit, s a lábaik a fák gyökereit jelképezik (a lábak a lábfejnél legyenek összezárva). Adjunk minden játékosnak egy-egy gyümölcsnevet: alma, körte, szilva... Utána így szólunk: „nagy szél kerekedik, lefújja az összes... almát.” Minden olyan gyerek, aki „alma”, feláll, és körbeszalad a körön belül, vigyázva, hogy átugorja a többiek lábát. Mindegyik alma az előtte futó almát akarja utolérni, de közben vigyáz, hogy hátulról meg ne fogják. Ha megfognak egy almát, az gyorsan a kör közepére áll (a gyümölcskosárba), és ott várja, hogy a többi alma is odakerüljön. Végül a helyükre ülnek. Ekkor a játékvezető új kört indít. „Megint szél kerekedik, lepotyog az összes... szilva”. Így folytatódik a játék.

Húzd át a vonalon!

Miután már többször gyakorolták, versenyt szervezünk. Páronként egymással szemben állnak, kezet fogva, lábukat egymásnak támasztva. Jelre kezdik egymást húzni. Az a győztes, aki teljesen áthúzza a társát a vonalon.

Kerüld az összeütközést!

A játéktéren kijelölünk egy 8–10 méter hosszú szakaszt, meghúzzuk az indulási vonalakat. Ezekre állítunk szemben egymással egy-egy gyereket. A többiek a kerítést alkotják, ők oldalt állnak egymástól 2 méternyire. Jelre a bekötött szeműek elindulnak. Az nyer, aki a leghamarabb ér a társa helyére. Ha menet közben összeütköznek, mindketten kiállnak a játékból.

Tapsolós szembekötősdí

A gyerekek kézfogással körben állnak. Két gyerek beáll a kör közepére: egyik a kergető, akinek bekötjük a szemét, a másik a menekülő, aki időnként tapsol egyet-egyét, hogy a kergetőt irányítsa. A kergetőnek meg kell fognia a menekülőt. Ha sikerül a fogás, a játék új szereplőkkel előlről kezdődik.

Labdakeresés bekötött szemmel

A gyerekeket csapatokra osztjuk. A pályán négy labdát helyezünk el, miután négy gyereknek bekötöttük a szemét. Sipszóra megkeresik a labdákat. A csapat irányítja őket: hideg, meleg, langyos, forró utasításokkal. Az a csapat nyer, amelyik a legtöbb labdát találja meg.

Kaszáló

2–2,5 méter hosszú botot mozgatunk lassan félkörben, a játéktér padlóján. A gyerekek a félkörben helyezkednek el, ahol a bot „kaszál”. A közeledő botot helyben igyekeznek átugrani. Akit a bot megérint, kiesik a játékból.

Rabocska

Két azonos létszámú csapatot állítunk össze, és mindegyiknek kijelöljük a helyét, pl. fa, kő, pad, házsarok mellett. Ez lesz a váruk. Az egyik csapat alkotja a rendőröket, a másik a rabokat. A rendőrök megkergetik a rabokat. Akit elfognak, azt a várba viszik. Több gyerek is elfoghat egy rabot, csak nem szabad durván rátámadni. A várat őrizni kell, mert a rabok onnan is megszökhetnek, ha nem vigyáznak rájuk.

Halász

A játéktér egyik oldalán, egymás mellett sorakoznak a gyerekek, velük szemben, a túloldalon áll a halász. Adott jelre mindenki a túloldalra fut, miközben a halász igyekszik minél több halat fogni. Aki már átért a túlsó oldalra, azt nem lehet elfogni. Újból felsorakoznak egymással szemben, úgy, hogy az elfogott halak kézfogással hálót alkotnak. Adott jelre ismét elindulnak, de most már a láncsal, illetve a „hálóval” fogják a halakat. Ha a háló elszakad, a fogás nem érvényes, mert a halak visszapotyognak a vízbe. Ezért a hálót alkotó gyerekek mozgásában összhangnak kell lennie. Ha rövid a háló, középen álljon az irányító, ha hosszú, akkor a széleken levő két gyerek irány-menete után igazodjon a többi. Amelyik gyerek nem kerül a hálóba, az a győztes, és a legközelebbi játéknál ő lesz a halász.

Záptojás

A gyerekek körbeállnak, arccal befelé fordulva. Egyikük a körön kívül fut, kendővel a kezében. Futás közben – lehetőleg észrevétlenül – az egyik gyerek lába mögött leejti a kendőt. Hátranézni csak akkor szabad, ha a kendővivő már elhaladt mögöttünk. Aki észreveszi, hogy a kendő mögötte fekszik, sietve felemeli, és kergetni kezdi a ledobót, aki a kör megkerülése után beáll az üres helyre. A kendővivő továbbmegy, és ismét ledobja valaki mögé a kendőt. Senki sem figyelmeztetheti a társát, hogy mögötte fekszik a kendő. Ha valaki figyelmetlen, és a ledobó, megkerülve a kört, visszaér anélkül, hogy a kendőt felemelték volna, bemegy a kör közepére záptojásnak. Addig marad bent, míg valaki hasonlóan nem jár, és le nem váltja.

Kígyóbűvölő

Az ugrókötél egyik végét fogja meg egy gyermek, és mozgassa gyorsan ide-oda, hogy a kötél, mint a kígyó, csússzon a földön. A többiek a kötél másik végét igyekeznek megfogni. Akinek sikerül, az lesz ezután a kígyóbűvölő.

Aramütés

Egy gyerek középen áll, és egyik végénél fogva tart egy ugrókötelet. A többiek körben helyezkednek el. Olyan távolságra álljanak, hogy a kötelet szabadon körbe lehessen lendíteni. Ha a kötél forog, akkor mindenki kicsit közelebb merészkedik, hogy a kötél távolságán belül legyen. A feladat az, hogy amerre a kötél elhalad, az ott álló gyerekek felugorjanak, és szabad utat engedjenek a kötélnak. Akit a kötél eltalál, az kiáll a játékból.

Hengerítés

A helyiség egyik széléhez egészen közel, szorosan egymás mellé, hasra fekszenek a gyermekek. Fejük egy irányban és egy vonalban legyen, ők a „fatörzsek”. Egy gyerek a hátukon keresztbe fekszik, őt kell átszállítani a „folyón”. Adott jelre a „fatörzsek” a helyiség másik oldala felé kezdenek lassan forogni. Vigyázniuk kell arra, hogy ne keletkezzen nagy rés közöttük, mert akkor a gyerek a „vízbe pottyan”. Ha egyenletesen forognak, megindul a gyerek, és hamarosan átér „száraz lábbal” a másik oldalra.

Zötyögős

A székeket nagyon szorosan állítsuk körbe. Mindenki leül, kivéve egy gyereket, aki középre áll. Az óvónő tapsára mindenki igyekszik átcsúszni jobb felé a következő székre, majd tovább a következőre. A középen álló, rést keresve próbál leülni. Ha ez sikerült neki, akkor a tőle balra ülő gyerek áll be középre, és így folytatódik a játék.

EGYENSÚLYT FEJLESZTŐ JÁTÉKOK

Kelj fel, Jancsi!

A játékosok az indulóvonal mögött állnak, a húnyó felszólítja őket, hogy amíg megfordul, hány lépést tegyenek előre. Megfordulása után, aki megmozdul, visszamegy az indulóvonalhoz. Az győz, aki elsőként ér a célba.

„Kán-kán”

A gyerekek szökdelnek helyben, váltott térdfelhúzással. Karok csipőn. Szökdelés nyújtott láblendítéssel.

Ugráló híd

5–8 nagyobb gyerek oszlopba áll. A sor első gyereke felemeli a bal lábát, a második a jobbat úgy, hogy az első megfoghassa a bokáját. Ugyancsak a második gyerek ráteszi a bal kezét az első vállára. A harmadik gyerek a jobb lábát emeli fel, ennek a bokáját fogja meg a második gyermek. Jelre az ugráló híd megindul a cél felé (3–5 méter van az indulóvonalától). Amelyik csapat a leghamarabb ér a célhoz, az a győztes.

Hullámvasút

A gyerekek egymás mögött állnak vállfogással. A teremben különböző magasságú és szélességű eszközökből akadálypályát építünk – pad, szőnyeg, létra, zsámoly, kisszekrény stb. felhasználásával. Az elől álló gyerek vezetésével fel-le hullámvasutaznak a gyerekek, a kikészített szereken. Kisebb gyerekek játszhatják padokat kerülgetve. Nem szabad szétszakadnia a sornak. Az akadályoknak megfelelően kell a tempót megválasztani. Kezdetben jobb, ha az óvónő a „vonatvezető”.

Kígyó

A felrajzolt kígyóformák páratlan mezőibe egy lábbal, a páros mezőiben két lábbal kell ugrani (egy, kettő, egy, kettő...).

Fészekrakó

A gyerekek babzsákkal a kezükben szaladgálnak. Jelre leülnek a babzsákra, amely a fészket jelenti a játékban.

Kakasviadal

A gyerekek párt keresnek maguknak, lehetőleg magasságban egyezőt. Egymással szemben, összefont karral állnak. Egy lábon ugrálva próbálják társuk vállát többször megérinteni. Az lesz az ügyes, aki nem esik el.

Vigyázz a vízre!

A gyerekeknek egy vonalon egyensúlyozva kell végigmennie, kezében egy pohár vízzel úgy, hogy az ne lötyögjön ki. Amikor már egyenes vonalon többször próbálta, végigmehet leragasztott formákon is.

Utazunk

A székeket szorosan egymás mellé felállítjuk, négyzet alakban. Ez lesz a busz. Sorra szállnak fel az utasok, és amikor már mindenki fenn van (áll a széken), az óvónő a szélről elvesz egy-egy széket. Az utasoknak össze kell húzódnium, egymást megtartaniuk.

Kisasszonyok

Kényeskedő kisasszonyok vagyunk, akik „magassarkú cipőben” járkálnak a teremben (lábujjhegyen járva utánozzuk a mozgásukat).

Macska a kerítésen

Az óvónő kezén macskabáb van, az a gyerek, akihez közel megy, lábujjhegyen állva megpróbálja elérni és megsimogatni a „macskát”.

Őserdő

Lábujjhegyen járva, lassított mozgással haladunk (lopakodunk) egy őserdő bozótjában. Ha a vezető elkiáltja magát, hogy „Tigris látok!”, akkor mozdulatlaná válunk, majd tovább haladunk, amikor elmúlt a veszély. Nem szabad a sarkokat letenni.

Gólyafoci

Féllábon ugrálva lufit fejelünk, és igyekszünk minél hosszabb ideig a levegőben tartani a léggömböt.

Repülőgépek

Repülőgépek vagyunk. Egymás mellett féllábon állva, kettesével összekapaszkodunk. A szabad karjainkat oldalra kinyújtjuk, és így, mérlegtartásban egyensúlyozunk.

Cipőkereső

A játékot csoportban játszuk. A gyerekek szoros kört alkotnak úgy, hogy egymás vállában kapaszkodva féllábon állnak. A fél pár levetett cipőjüket bedobják a kör közepébe, a kör szétszakadása nélkül mindenki újra fel kell húzza a cipőjét.

Hintaszék

A gyerekek elhelyezkednek törökülésben a földön, és megfogják a lábfejüket. A hintaszék mozgását utánozzák, vigyázva, hogy az egyensúly megmaradjon. A billegés először előre-hátra, majd oldalirányba történik.

Kelfeljancsi

„Kelfeljancsi” mindig visszanyeri az egyensúlyát, ha valaki megbillenti. A gyerek ülhet törökülésben, térdelhet, vagy akár lábujjhegyen is állhat. A vállánál fogva finoman kibillentjük jobbra vagy balra az egyensúlyi helyzetéből, majd várunk, hogy visszaszerezze azt (minden billenésnél előre szólunk).

Kukucska

Két gyerek letérdel egymással szemben, majd könyök-alkarfogással egymásba kapaszkodnak. Először jobb oldalon emelik meg az összefűzött karjaikat és néznek ki alóla, majd bal oldalon. Vigyázni kell egymásra és az egyensúlyi helyzetre.

Kötéltáncos

Egy hosszú vonalat rajzolunk a földre, ez lesz a kötél, amin a kötéltáncosnak végig kell sétálnia. Lassan és óvatosan kell haladni, különben a „mélybe” esik. A kötéltáncos mehet egyszerű lépésekkel, a lábait egymás elé rakva, oldalazva, lábujjhegyen, sarkon, külső talpélen, hátrafelé, felhúzott térdekkel, hirtelen irányváltatással, tálcával, pohárral a kézben, könyvvel a fején, guggolva, akadályt átlépve stb. Két karját kitarthatja, hogy könnyebb legyen az egyensúlyozás. Hullámos, cikcakk vagy kör alakú pályán is haladhatnak a kötéltáncosok. Többen összekapaszkodva is előadhatják a produkciójukat.

Fonaltaposó

Egy gomolyag fonalat lassan letekerünk, és hol a jobb, hol a bal lábbal lépünk a letekert fonatra. Így haladunk, egyenes vonalban a termen keresztül. Nem szabad lelépni a fonalról.

Újság-ösvény

Játékosonként két-két darab újságpapírra lesz szükségünk. A játékosok felsorakoznak, majd egy adott jelre mindenkinek el kell indulnia a cél felé úgy, hogy csak az újságpapírra léphet. Tehát le kell tennie maga elé a papírt, rálépni, majd a háta mögött lévő papírt előretenni, arra lépni. Így kell haladni előre, egészen a célig.

Dobozjárás

Három festékesdobozt helyezünk egymástól kis távolságokra, a földre. Egy gyerek rááll két dobozra, óvatosan lehajol a harmadik dobozért, és azt az egyik lába elé helyezi. Majd felegyenesedik, s rálép a most odahelyezett dobozra. Ezután újra lehajol, az üresen maradt doboz a másik lába elé teszi. Így kell haladni lépésről lépésre. A célnál átadja a dobozokat a következő gyereknek. Mindig pontosan a lába elé kell tenni a dobozt, hogy egyenes vonalban tudjon haladni.

Tündérbirodalom megmentése

Egy megsérült hídon kell átkeljen a hős (a gyerek), aki ennek a próbának a végrehajtásával „megmenti a tündérbirodalmat”. Egy földre fektetett létrára van szükségünk. A gyerek lépegetsen előre és hátra a létra fokaira lépve, majd a fokokon kettessel előre és hátra. Végül ugyanezeket a próbákat úgy kell végrehajtani, hogy egy tárgyat is visz a kezében.

Szigetről szigetre

Több karikát helyezünk a földre, a gyerekek egy lábon ugrálnak egyik karikából a másikba. Ők a fájós lábú verebek, akik csak az egyik lábukon tudnak ugrálni. Minden szigetet meg kell látogatni, egy szigeten egyszerre csak egy gyerek lehet. A szigeten mindenki pihenhet egy picit, lábat cserélhet.

Kirándulás

Egy kötéllel ösvényt jelölünk ki. Ezen indulunk el kirándulni. Az ösvény mellett „virágok, gombák” vannak, amiket fel kell venni, az ösvényen nagy „kövek, fatörzsek” akadályok vannak, amiket át kell lépni.

Etikett

Egyenes testtartást gyakorolunk: babzsákkal vagy könyvvel a fejen egyensúlyozva járkálunk a teremben, leülünk, felállunk, hátrafelé megyünk, leguggolunk, újságot olvasunk, beszélgetünk, székre állunk, lemászunk, különböző mozgásokat végzünk zenére, stb.

Pingvinmama

A pingvinmama a lábfejen szállítja a fiókáját. Az egyik gyermek rááll a másik gyermek lábára, összekapaszkodnak, és így kell eljussanak a terem egyik végéből a másikba.

Mókás kifutófiú

Különböző tárgyakat (plüssállat, könyv, babzsák stb.) kell kézháton, vállon, fejen, háton, nyakon, könyökön stb. szállítani.

Mesterszakács

Futva kell eljuttatni egy kanálban egy „tojást” (gombot vagy apró tárgyat) a terem egyik végéből a másikba.

Bohócprodukción

Ügyes bohócok vagyunk. Úgy mozogjunk, járjunk, hogy a lábra szerelt csengő ne szólaljon meg.

Gépkocsik

Különböző fantasztikus „gépkocsik” leszünk: négykézláb járnak egy vonal mentén, hason kúsznak, kifeszített zsinór alatt stb. További mutatványok: egyensúlyozó járás padok között, babzsák átlépésével, átmászások szereken (zsámoly, pad).

Csősz a szőlőben

A „csősz” háttal áll a gyerekeknek, s azt mondja: „Tolvajlépés 1, 2, 3!” A gyerekek közben elindulnak. 3-ra megfordul a csősz, s ha valakit mozogni lát, visszaküldi a kiindulási helyre. Aki először ér a falhoz, ő lesz az új csősz.

Séta a babzsákkal

A gyerekeket két csoportra osztjuk, a két oszlop egymással szemben helyezkedik el, kb. 20 lépés távolságra. Az egyik csapat első gyereke babzsákot tesz a fejére, odasétál a másik oszlop elején álló gyerekekhez, és a fejére teszi a babzsákot. Ezzel a gyerek elindul a másik csoport felé. Aki átadta a babzsákot, mindig beáll az utolsó gyerekek mögé. Addig játszunk, míg ki nem cserélődnek a gyerekek. Ha a babzsák leesik, vissza lehet tenni a fejre, de menet közben tilos hozzányúlni, tartani! Nehezíthető építőkockával vagy papírdobozzal.

Ingovány

Elvarázsolt helyen kell átvergődniük a gyerekeknek. Bal lábukkal csak piros, jobb lábukkal csak kék korongokra szabad lépniük, így kell átkelniük az „ingoványon”. A korongokat úgy helyezzük el, hogy megoldható legyen a feladat, akár többféleképpen is, de ne lehessen könnyen átlépni egyik korongról a másikra.

FINOMMOTORIKÁT FEJLESZTŐ JÁTÉKOK

Labdák a kosárban

A játéktér közepén elhelyezünk egy kosarat, több kislabdával (vagy babzsákkal). A kosár két szemben levő oldalára választunk egy-egy gyereket, akik leguggolva vagy térdelve kidobálják a labdákat. A többi gyerek gyorsan felkapja, és visszadobja azokat a kosárba. A kívül állók azon mesterkednek, hogy a kosár soha ne legyen üres, illetve a kidobott labdák hamar visszakerüljenek. A kosárnál guggoló két gyerek pedig arra törekszik, hogy kiürüljön a kosár. A játék addig tart, amíg végre kiürül a kosár.

Csöndben add tovább!

Körben, szorosan egymás mellett állnak a gyerekek, és hátratett kézzel egy tárgyat adnak körbe. A kör közepén állónak el kell csípni a „postát”. Minimum 6 gyerek szükséges a játékhoz, de egy egész csoport is élvezettel játssza. Bármilyen lehet a „csomag”, amit küldenek, csak az a fontos, hogy biztonságosan foghassák a kezükben. Pl. alma, kocka, kulcs.

Segítsünk Katinak!

Kati a babák anyukája, segítünk neki felöltöztetni a gyermekeit. Kati lehet bárki a csoportból. A ruhák közül kiválasztjuk, amit a babára adunk. Öltöztetés közben megnevezzük a ruhadarabokat és a testrészeket, amelyekre ráillenek. Gyakorolják a gombolást, a kötést.

Vonalvezetés fonallal

Előrajzolt vonalak, formák követése fonallal. Ezek először egyszerűbb alakok, esetleg síkformák, később bonyolultabb figurák, képek lehetnek. Megbeszéljük, melyik vonal, zárt forma ragasztásához kellene hosszabb fonal. Ragasztás nélkül fölhelyezhetjük, majd összemérhetjük, sorba tehetjük.

Szöges tábla

Az óvónő a szöges táblán, egy gumi segítségével, valamilyen formát kerít be. A gyerekek ezt a formát elkészítik a saját táblájukon.

Gyurmázás

Homok, só-liszt gyurma, agyag, plasztelin felhasználásával különböző formák létrehozása.

Csibejáték

Tányérra zizit teszünk. A gyerekek a kiscsibék, akik a zizit a nyelvükkel vagy a megnedvesített ujjbegyükkel fogják a tányérról fölszedni.

Narancsos

Körben ülünk, és egy narancsot (vagy pl. labdát, fakockát) adunk tovább. Először csak egy tárgyat, később már 2-3 is mehet körbe. Ügyességi játék, a hozzánk érkezett dolgot mihamarabb tovább kell adni, mert akinél akár kettő is feltorlódik, az a szabályok szerint kiáll.

Pizza-készítés

Körben állva egymás hátát jó alaposan megmasszírozzuk, „rákenjük” a paradicsomszószt. Kézéllal megütögetjük, „felvágjuk” a zöltségeket, ujjbegyekkel végigsimogatjuk.

Akrobatamutatványok

Egy kis labdát fogunk a kezünkbe, az ujjainkat rászorítjuk, majd ellazítjuk. A labdát az ujjbegyeinkkel görgetjük az asztalon. A tenyerünket ráfektetjük egy írópapírra, felmarkoljuk az ujjainkkal, és egy kézzel megpróbálunk gombócot formálni belőle, aztán majd megpróbáljuk kisimítani. A papírgalacsint egy kijelölt célba (kapuba) is pöckölhetjük.

Tésztagyúrás – ökölzárás, ökölnyítás

Nyújtózkodás – tenyérfeszítés-elengedés

Körhinta – ökölbe szorított kezek csavargatása csuklóból

Búcsúzkodás – laza csuklóval integetés

Zászlólengetés – merev tenyérrel csuklómozgások

Kavarjuk a rántást – csuklókörzés

Fonal-gombolyítás – az egyik csukló mozgatása a másik körül

Kuglizás – különböző méretű labdákat gurítanak a gyerekek egyre kisebb célpontba

Zenekar – különböző hangszereken való játszás utánzása az ujjakkal (zongora, gitár, dob, furulya, hegedű stb.)

Leves sózása – az ujjbegyek összesúrolása

Éhes madarak – magok csipegetése hüvelyk- és mutatóujjal

Bűvészkedés – ruhacsíptetőkből egy hosszú kígyót készítünk. Egymásba csíptetjük a csíptetőket úgy, hogy mindig az előző szára csíptetjük a következőt.

Olimpia – papírgalacsinok vagy pingponglabda pöckölése sorban mindenik ujjal, a hüvelykujjhoz érintve minden ujjat, megadott célba.

Lipinka – a két tenyeret összeérintjük, a két középső ujjat behajlítjuk, majd a két tenyeret elfordítjuk addig, amíg a kezek egymással szembe kerülnek, és mozgatjuk a középső ujjakat.

Célba dobó – a gyermekek célba dobnak különböző labdákkal, babzsákkal. A vízszintes, illetve függőleges célpont méretét csökkentjük, majd a gyerekek távolodjanak el a céltől.

Csengős célba dobó – egy karikát akasszunk fel az ajtófélfára vagy olyan helyre, ahol szabadon lóghat. A csengőt kössük zsinórra, és erősítsük a karika felső széléhez úgy, hogy a középpontban lósson. Néhány méter távolságból kell a csengőt megcélozni.

Dugódobás – dobóvonalat jelölünk ki, melyhez a gyermekek egymás mögé felállnak. Nem messze tőlük egy kosarat helyezünk el. A dugókat egyenként kell a kosárba bedobni.

Hamupipőke – termések válogatása. Termésekből formák kirakása egyéni elképzelés szerint, illetve előre megrajzolt minta alapján annak lekövetése.

Kiskakas – a csőrébe csippenti a ceruzát, de az túl nehéz, ezért segítségül hívja a súlyemelő barátját. A kiskakas csőre a hüvelyk- és mutatóujj, a súlyemelő a középső ujj.

Séta – a mutató- és a középső ujjal sétálgatunk az asztalon

Szemüveg – az ujjakból nagy és kis karika formázása

Ujjrejtés – a jobb és a bal kéz egymás mellett fekszik az asztalon, tenyérrel lefelé. Eldugjuk mindkét mutatóujjat, majd kinyújtjuk, ezután mindkét középső ujjat, majd kinyújtjuk, stb.

Csippentés – az 1-2, az 1-3, az 1-4 és az 1-5 ujjat összeérintjük. Majd két kezünk ujjait összetámasztjuk, behajlítjuk, kinyújtjuk.

Játék csipeszekkel – szék támlájára csipeszek felrakosgatása, majd egyenként át kell csíptetgetni egy másik székre, lehet váltott kézzel is.

Felhasznált irodalom

PERLAI REZSŐNÉ (2014): *Az óvodáskor fejlesztőjétekei*. Flaccus Kiadó, Debrecen

BARTÓK ÉVA (2010): *Játék, öröm, csillogó szemek. Képességfejlesztő játékgűjtemény diszlexia-veszélyeztetett és diszlexiás gyerekek számára*. Magánkiadás, Marosvásárhely

KARLÓCAI MARIANN (2015): *Komámasszony, hol az olló?* Flaccus Kiadó, Budapest

KEMENDI KAROL – LÁZÁR-ERDÉLYI EMESE (2010): *A testnevelés módszertana és játékgűjtemény óvodapedagógusok és tanítók számára*. Editura Maris, Marosvásárhely

DR. KISS ÁRON (1891): *Magyar gyermekjáték-gűjtemény*. Hornyánszky Viktor Könyvkereskedés, Budapest

DR. TÓTSZÖLLÖSYNÉ VARGA TÜNDE (2006): *Mozgásfejlesztés az óvodában*. AduPrint Kft., Budapest

PAPPNÉ GAZDAG ZSUZSANNA (2003): *Újabb utánzó gyakorlatok*. Flaccus Kiadó, Budapest

CZONDI GYULA (1982): *Nyitva van az aranykapu*. Tanügyi és Pedagógiai Tankönyvkiadó, Bukarest

TESTSÉMÁT ÉS TÉRI TÁJÉKOZÓDÁST FEJLESZTŐ JÁTÉKOK AZ ÓVODÁBAN

Kacsó Erika

Olyan játékokat gyűjtöttem össze, melyek elsősorban a testéma és téri tájékozódás fejlesztésére szolgálnak. Előkészítésük nem igényel sok időt és eszközt, könnyedén alkalmazhatóak az óvodai rutin bármelyik szakaszában, illetve önálló tevékenység formájában is.

A fent említett készségek mellett számos más készséget is fejlesztenek: együttműködési készséget, egymásra hangolódást, empátiát, figyelmet, kommunikációs készséget, kreativitást.

A tevékenységeink alatt ne feledjük, milyen fontos az, hogy a gyerekek jól érezzék magukat, és pozitív érzéseket, élményeket éljenek át. Kellemes és hasznos játszást kívánok!

Testrész-vadászat

A gyermekek szabadon mozognak a teremben, az oktató testrészeket mond, melyeket a gyerekek egymáson megkeresnek.

Sziámi ikrek

A gyermekek szabadon mozognak a teremben, az oktató testrészeket mond, melyeket a gyerekek egymáson megkeresnek, és az adott részek összeragadnak. Az így keletkezett „sziámi ikrek” közösen, egy testként, instrukciókat fognak végrehajtani, például: „Tegyetek egy lépést az ajtó irányába, tegyetek két lépést az ablak felé, ugorjatok egyet, guggoljatok le, stb”.

Köszönünk a testrészekkel

A gyerekek köszöntik egymást, összérítve azokat a testrészeket, amelyet az oktató mond nekik. Például: „Köszönjenek a tenyerek, térddel köszöntsétek egymást, vállal, csuklóval, bokával, háttal stb.”.

Színkeresés testrészekkel

A gyerekek színeket keresnek a teremben, mégpedig úgy, hogy azokat bizonyos testrészekkel szabad csak megérinteni. Például: „a válladdal keress pirosat, a füleddel keress fehérét, a bokáddal keress feketét, a könyököddel keress sárgát, stb.”.

Találd ki, mit rajzoltam!

A gyerekek párokat alkotnak, egymással szemben ülnek, egyik közülük behunyja a szemét, a társa a kézfejeére egyszerű alakzatokat rajzol az ujjával (például: vízszintes vonal, függőleges vonal, hullámvonal, kör, háromszög stb.), s a társa kitalálja. Utána szerepet cserélnek. A továbbiakban lehet próbálkozni a hátra rajzolással is.

Egy test vagyunk

A gyerekek párokat alkotnak. Az oktató testrészeket mond, ezek a testrészek egymáshoz illeszkednek. A gyerekek egymásra hangolódnak, és egy testként végzik el azokat a feladatokat, melyekre az óvónő utasítja őket, például: „a karok teljes mértékben összeragadnak, így sétálunk a teremben, a hátak összeragadnak, így sétálunk a teremben”, a továbbiakban akár a szemüket is behunyhatják.

Az egyik gyerek elöl áll, ő a versenyautó, társa hátulról vezeti úgy, hogy ne menjenek neki semminek, kikerülve a társakat és a tárgyi akadályokat is. Ez elvégezhető behunyt szemmel is.

Akár a földön ülve, a combjaikkal összeragadva is hajthatnak végre közösen különböző utasításokat.

Egészítsd ki a rajzokat!

Emberi alakot ábrázoló rajzokat kapnak a gyerekek, melyekből hiányoznak bizonyos testrészek – például hiányzik az egyik szem, az egyik fül, az egyik szemöldök, az egyik kéz, stb., amit a gyerekek kiegészítenek.

Melyik az a testrészünk, amivel látunk?

Melyik az a testrészünk, amivel látunk?

Milyen színű a szemetek? Kinek van a csoportból a legvilágosabb szeme? Hát a legsötétebb?

Kinek van a leghosszabb szempillája? Kinek van a legvékonyabb szemöldöke?

Melyik az a testrészünk, amivel hallunk?

Melyik az a testrészünk, amivel hallunk?

Kinek van a legkisebb füle?

Hallgassunk hangokat! – Elcsendesedünk, és a körülöttünk levő hangokra figyelünk. Néhány perc hallgatóság után felsoroljuk a hallott hangokat. Milyen hangokat hallunk otthon, a konyhában, az utcán, az állatkertben stb.?

Melyik testrészünkkel érezzük a szagokat?

Melyik testrészünkkel érezzük a szagokat?

Soroljátok fel a kedvenc illataitokat!

Melyik testrészünkkel érezzük az ízeket?

Melyik testrészünkkel érezzük az ízeket?

Soroljátok fel a kedvenc ízeiteket!

Melyik testrészünkkel tapintunk?

Melyik testrészünkkel tapintunk?

Soroljátok fel, hogy mi puha, mi meleg, mi hideg, mi szúrós stb. Minél több választ kapunk, annál nagyobb a valószínűsége, hogy előjönnek a kreatív válaszok is.

Csoport statisztika

Hasonlítsátok össze egymást: Ki a legmagasabb a csoportból? Ki a legalacsonyabb? Kinek van a legvilágosabb haja, legsötétebb haja? Kinek van a legvilágosabb szeme, legsötétebb szeme? Kinek van a legkisebb keze, legnagyobb keze, legkisebb lába, legnagyobb lába, leghosszabb haja, legrövidebb haja, stb.?

Mire tudjuk használni?

Mire tudjuk használni a kezünket (pl. munkára, írásra, dobásra, dobolásra, zongorázásra, integetésre, simogatásra stb.)?

Mire tudjuk használni a lábunkat?

Mire tudjuk használni a fejünket, hangunkat, szánkat, orrunkat stb.?

Soroljunk fel minél több használati módot, így előkerülnek a kreatív válaszok is.

Beszélgethetünk arról is, hogy a használati módok közül melyek kellemesek (pl. simogatás, ölelés), melyek kellemetlenek (pl. ütés, szorítás stb.).

Apró tárgyak a kézben

A gyerekek behunyt szemmel ülnek, és apró tárgyakat helyezünk a tenyerükbe. Utasításra kinyitják a bal, illetve a jobb öklüket, átcserelelik a tárgyakat, utána megkérjük, emeljék fel a jobb kezüket, és nevezzék meg a benne levő tárgyat, utána a bal kezüket, és nevezzék meg a benne levő tárgyat.

A következőkben a jobb kezükben levő tárgyat leteszik maguk elé, a bal kezükben levő tárgyat átadják a bal szomszédjuknak.

Felállnak, felveszik a maguk elé tett tárgyat is, és a következő utasításokat hajtják végre:

A bal kezében levő tárgyat tedd a székre, nevezd meg! Például: A dió a széken van.

A jobb kezében levő tárgyat tedd a szék alá, nevezd meg! Például: Az elem a szék alatt van.

A jobb kezében levő tárgyat tedd magad elé, a bal kezében levő tárgyat tedd magad mögé!, stb.

Ki hol van?

Három gyermeket egymás mellé állítunk: Marika, János, Ida. Majd végrehajtják az utasításainkat:

Marika, állj János elé! Ida, állj Marika mögé!

János, állj középre, Marika legyen a te jobb oldaladon, Ida pedig a bal oldaladon! stb.

Utána megkérjük a gyerekeket, mondják el, ki van mellettük, előttük, mögöttük.

A tenyerem

A gyerekek körberajzolják a domináns tenyerüket, majd kivágják.

Az óvónők előkészítenek egy feladatlapot, amelyen jobb és bal kezek találhatók.

A gyerekek megkeresik azokat a tenyereket, amelyek a saját kezükkel azonosak, s megnevezik őket.

Utána alaposan szemügyre veszik a saját reális tenyerüket: milyen színek láthatók, milyen vonalak vannak benne, hogy néznek ki az ujjai, milyen színeket, illetve vonalakat lehet felfedezni rajtuk?

A megfigyelt részleteket berajzolják, összehasonlíthatják a társaikkal. Beszélhetünk a tenyér anatómiai felépítéséről is.

Sziluett

A gyermekek egy csomagoló papírra fekszenek, s a felnőtt körberajzolja őket. A gyermekek kivágják a kontúrok mentén, megrajzolják a testrészeket, majd az óvó néni segítségével a sziluettre írják a gyerek összes jó tulajdonságát.

A gyerekek hazaviszik a sziluettet, a falra, ajtóra ragasztják, s amikor szükségük van valamely jó tulajdonságra, a rajzhoz dörgölözve „kölcsonveszik”.

Egy sziluetett készíthetünk az óvoda falára is, teleírva jó tulajdonságokkal, és a gyermekek szükség esetén „kölcönveszik” a kívánt tulajdonságokat.

Hol érintettelek?

Egymással szemben ülnek a gyermekek. Az egyik gyerek behunyja a szemét, a társa különböző testrészeket érint meg, amelyet a behunyt szemű társa megnevez.

A következő lépésben megnevezik a megfelelő oldalt is. Pl. bal kéz, jobb váll, bal térd, jobb könyök stb.

Pokrócba csomagolás – nagyfokú érettségű és erős csoportkohézió esetén, „bátor” óvónők irányításával

A gyerekeket a társaik egyenként egy keményebb pokrócba vagy szőnyegbe csavarják, az óvónők maximális felügyeletével és irányításával. Miután felcsavarták, közösen a magasba emelik, a pokrócban hagyva azokat a problémákat, kellemetlen érzéseket, amelyektől meg akarnak szabadulni. Miután visszaengedik a földre, lassan és biztonságosan „kicsomagolják”, megbeszélés gyanánt megkérdezik, hogy milyen érzés volt számukra a becsavarás és a magasba emelés.

Sámson mondja

A gyermekek a következő instrukciókat végzik el:

Sámson mondja, fogd meg a jobb bokád!

Sámson mondja, fogd meg a bal térded!

Sámson mondja, fogd meg a jobb vállad!

Sámson mondja, fogd meg a bal füled!

Stb.

Sámson mondja, a bal keziddel fogd meg a jobb füled!

Sámson mondja, a bal keziddel fogd meg a jobb térded!

Sámson mondja, a bal keziddel fogd meg a jobb füled!

Sámson mondja, a jobb keziddel fogd meg a bal szemed!

Bábozás

A gyerekek párokat alkotnak, egyik közülük a társa mögé áll. A hátsó gyerek a bábszínész, az első gyerek a báb.

A bábszínész, az óvónő utasításait követve, feladatokat végez a bábbal:

– Emeld fel a bal kezét, emeld fel a jobb kezét, a bal kezét tedd a homlokára, a jobb kezét tedd a hasára, a jobb kezével integess, a bal kezéd tedd a fejére, tapsolj... stb.

Utána a gyerekek szerepet cserélnek.

Bemutatkozás

A gyerekek bemutatkoznak, a következő sablont használva:

Bori vagyok, lány. Peti vagyok, fiú. Hajam színe....., alacsony / magas vagyok....., kedvenc illatom a, kedvenc ízem a, kedvenc színem a....., szeretem magamon a

A sablon kiegészíthető egyéb tulajdonságokkal is.

Mi volt az útirány célja?

A gyermekeket különböző tárgyakhoz vezetjük, verbálisan irányítva őket:

Lépj négyet előre, egyet jobbra, egyet előre, kettőt balra, utána fordulj meg: mi találtál?

Ki a szomszédod?

A gyermekek az asztal körül ülnek. Az óvónő megnevez egy gyermeket, a társak megmondják, hogy

ki ül tőle jobbra és balra, illetve vele szemben.

Más változat:

„Gondoltam egy gyerekre, tőle jobbra ül X, tőle balra pedig Y. Kire gondoltam?”

Hol alszom én?

A gyerekek elmondják, hogy kik az „alvó szomszédai” – kik alusznak tőlük jobbra, illetve balra.

Más változat „Ki az a gyerek, aki X és Y között alszik?”

„Ki az a gyerek, akitől két ágygal jobbra alszik X, két ágygal balra pedig Y?”

Ábra-járás

Egy lapra figurákat rajzolunk, melyeket a gyerekek „eljárnak” – nyolcas, kör, csigavonal, S betű, négyzet, háromszög stb. Lehet kitalálós játék is, ilyenkor egy gyerek megnézi az ábrát és eljárja, a többiek kitalálják, lerajzolják.

Mit rajzoltam?

Lesötétített teremben egy elemlámpával a mennyezetre különböző ábrákat „rajzolunk”, a gyerekek kitalálják.

Egy kifeszített zsírpapírra elemlámpával „rajzolunk” az egyik oldalra, a másik oldalon a gyerek követi az ujjával.

Jobb vagy bal kéz?

Papírból kivágott kezeket kapnak a gyermekek, külön kell válogassák, hogy melyik a jobb és melyik a bal kéz.

Elöttem, mögöttem, mellettem, fölöttem, alattam

A gyermekek zenére mozognak a teremben, egy jelre megállnak, és a következő kérdésekre válaszolnak:

Ki van előtted, ki van mögötted, ki van melletted, mi van alattad, mi van fölötted?

Tovább folytatódik a zene, majd újból megállnak, és válaszolnak a kérdésekre.

Behunyt szemmel végezd!

A gyerekek behunyt szemmel végzik az instrukciókat:

„Lépj kettőt előre, lépj egyet hátra, lépj kettőt jobbra, lépj egyet balra!” stb.

Rajz-diktálás

A gyerekek fehér papírlapot és ceruzát kapnak, az óvónő elmesélése alapján készítenek rajzot. „A lap közepére rajzolj egy házat, a ház bal oldalán van egy fa, a ház jobb oldalán van egy kerítés, a ház fölött van egy felhő, a lap felső jobb sarkában van a nap.”

Mondd el nekem, hogy jutok el

Vendég érkezik az óvodába, és a gyerekek segítségét kéri, hogy eljusson a különböző helyiségekbe:

„Hogy jutok el a konyhába, hogy jutok el a fürdőbe, hogy jutok el a tornaterembe?” stb.

Mire használjuk?

Egy kartonra egy gyereket rajzolunk. Egy zsákba tisztálkodási szereket gyűjtünk össze.

A gyerekek egyenként, behunyt szemmel tárgyakat választanak a zsákból, megnézik és elhelyezik a babán arra a testrésze, amelynek a tisztítására szolgál. (Pl. sampon – fej, körömkefe – kéz, törülköző – arc, fésű – haj, fogkefe – száj stb.). Beszélhetünk a higiéniai szabályokról, tisztálkodásról is.

Mire gondoltam?

A helyiség berendezéséből kiindulva tárgyakat keresünk.

Például: „Gondoltam egy tárgyra, tőle jobbra van a szekrény, fölötte egy virág, tőle balra egy fotel.

Melyik ez a tárgy?”

Milyen tárgyak vannak a veletek szemben levő polcrendszer felső polcán?

Milyen tárgyak vannak a hátatok mögötti szekrény tetején?

Piros – kék, jobb – bal

A gyerekek bal csuklójára piros szalagot kötünk, jobb csuklójukra pedig kéket.

A terem közepébe egyenes sorba állítjuk őket. Arra kérjük őket, hogy soroljanak fel tárgyakat, amelyek tőlük jobbra, illetve balra helyezkednek el.

Az óvó néni tárgyakat sorol fel, a gyerekek meg kell mondják, hogy a jobb, illetve a bal oldalon helyezkednek el. Ezt úgy adják tudomására, hogy az elhangzott tárgy után felemelik a megfelelő kezüket.

Azután kisebb csoportokra osszuk őket, megváltoztatják a helyzetüket, és újból felsorolják, hogy milyen tárgyak találhatóak tőlük balra, illetve jobbra. A végén minden gyerek keres magának egy helyet, ahonnan „egyéni helyzetjelentést” ad arról, hogy milyen tárgyakat lát a két oldalon, illetve mi található mögötte és előtte.

Hogyan mozgok

Az óvónő különböző egyszerű mozdulatokat végez (például: a bal karját felemeli, a jobb térdét is megemeli, a jobb kezét csípőre teszi, a bal lábával lábujjhegyen áll, a jobb kezét felemeli, a bal kezét csípőre teszi és leguggol, stb.). A gyerekek leutánozzák, és megnevezik, hogy milyen testrész milyen mozdulatot végez.

Felhasznált irodalom

KACSÓ ERIKA – BARTÓK ÉVA (2010): *Pietre prețioase*. Tîrgu Mureș

KACSÓ ERIKA: *Játékgyűjtemény*. (Kézirat – szerkesztés alatt)

KOCSIS LÁSZLÓNÉ ROSTA KATALIN (2006): *Ez volnék én? Testséma-fejlesztő feladatgyűjtemény*. Logopédia Kiadó, Budapest

VIZUÁLIS ÉSZLELÉST ÉS VIZUÁLIS MEMÓRIÁT FEJLESZTŐ JÁTÉKOK AZ ÓVODÁBAN

Antal Adrienne

A gyerekek tapasztalás útján tanulnak. Az egészen kicsik emiatt szeretnek különféle textúrájú anyagokkal foglalatkoskodni, ezért rakosgatnak mindent a szájukba, és kóstolgatnak meg mindent. Ugyanez az oka annak is, hogy unalomig ismétlik ugyanazt a mozdulatsort, építik fel százszor a tornyot, majd rombolják porig azt.

Óvodáskorban a vizuális észlelés áll az első helyen, karöltve az auditív észleléssel. Nagyon izgalmas és varázslatos időszak ez. Fizikai síkon teljesen reálisan érzékelik a környezetüket, de mágikus gondolkodásuk révén egészen mesebeli világot teremtenek maguk köré (pl. csak földre rakosgatott párnákon lépkednek, tehát látják, hogy ott vannak, azonban nem léphetnek melléjük, mert azok éppen nem párnák, hanem a kijelölt ösvény az erdei úton, amiről tilos letérni). Az információk nagy része vizuális úton jut el a gyermekekhez, így kiemelten fontos a vizuális érzékelés és észlelés folyamata, melyeket játékos formában hatékonyan fejleszthetünk. A vizuális észlelés segítségével a gyerekek felfedezik a tárgyak közti különbségeket, hasonlóságokat, különféle dolgok alakját, formáját, kiemelhetik háttérükből, megállapíthatják térbeli helyzetüket.

A fejlesztő játékok a vizuális észlelésnek több területét célozzák, melyek a következők: vizuális figyelem, vizuális alak – háttér-differenciálás, vizuális diszkrimináció. Ezek a részképességek az alapját képezik a vizuális memória és a vizuális szerialitás pontos működésének.

A következőkben leírt játékok a fent említett területek fejlesztésére egyaránt alkalmazhatók, játsszuk őket vidáman, jókedvvel!

- A természetben lezajló változások aprólékos megfigyelése: Mindig szánjanak időt arra, hogy a gyermekekkel megálljanak egy-egy fa, bokor vagy épp egy apró bogárka mellett, és nézegessék meg a részleteit. A legjobb játék tavasszal megfigyelni, ahogy napról napra

zsendül a táj. Egyik nap még kopaszak a fák, kopár a táj, másnapra már kipattannak a rügyek, virágba borulnak a gyümölcsösök. Nyáron a legszebb a sok-sok színes mezei virág látványa, ősszel a tarka-barka falevelek jelentik a legnagyobb élményt. Télen a csillogó hótakaró, a zúzmarás, dermedt növények, jégcsapok, jégvirágok látványa ragad magával.

- **Figyeld meg!** A gyermekek körben ülnek, választanak egy vizsgálót, aki állva marad. A játékvezető feltesz neki egy kérdést (pl. Kinek van szoknyája, kék szeme?), és a vizsgálónak mindenkit sorban meg kell figyelnie. Elsorolja a gyerekeket, ennek van, annak nincs... Minél apróbb részletekre kérdezzen rá a játékvezető! Sokkal nehezebb a játék, ha azt kell megállapítani, hogy kinek nincs.
- **Szincápa:** Egymástól kb. 3 m távolságra két párhuzamos vonalat húzunk, s a közöttük húzódó „tengerben” áll a cápa. Amikor elkiáltja magát, hogy pl. „Jöhetnek a kékek!”, akkor mindenki átfut a túloldalra, és a cápa igyekszik megfogni őket. Akin a mondott színből van valami ruhadarab, nyugodtan átsétálhat, mert nem fogható meg. Ezután más színt mondva folytatódik a játék. Akit megfogott, az lesz a következő cápa.
- **Mi változott meg?** Mindenki jól megfigyeli azt a gyermeket, aki a kör közepén nagyon lassan megfordul maga körül. Ezután kiküldjük a szobából, és ott megváltoztat valamit magán – pl. kiköti a cipőfűzőjét, megváltoztatja a frizuráját, kigombol egy gombot a ruháján. Ismét bejön a körbe, és lassan megfordul. Aki először fedezi fel, mi változott rajta, az következik.
- **Tevékenység imitálása:** A gyermekek körben ülnek. Egyikük a kör közepére áll, kigondol egy tevékenységet, amelyet hang nélkül bemutat /pl. fűrészel, főz, takarít/, s a többieknek ki kell találni, mit játszott el. Akinek sikerül, az állhat középre. Másik változata, amikor a foglalkozásokat kell kitalálni: „Amerikából jöttem, mesterségem címere:...” (megmondjuk az első és utolsó betűt), majd következik a mutogatás.
- **Látok valamit:** Az asztalra kiteszünk néhány tárgyat. A játékvezető az egyik darabról mond néhány jellemző tulajdonságot. A gyerekeknek ki kell találni, hogy melyikre gondolt. Később már egy gyermek is jellemezheti a kiszemelt tárgyat.
- **Gombok válogatása** szín, nagyság, lyukak száma szerint. Logikai lapok, magyar, francia kártya válogatása, csoportosítások.
- **Modellépítés** konstrukciós építőjátékokból. Alakzatok kirakása pálcikákból, korongokból. Fokozatok: ráhelyezés, másolás, utánzás emlékezetből, kirakás szóbeli utasításra, önálló fantázia alapján.
- **Puzzle játékok:** A gyermeknek mutatunk egy képet, megbeszéljük, mi hol van rajta. A képet szétvágjuk darabokra, majd a gyermeknek össze kell raknia.
- **Kakukktojás-keresés:** Különféle tárgyak vagy azok képei sorakoznak az asztalon. Meg kell mutatni, melyik nem illik a többi közé. Pl. a virágok közé gyümölcs került.
- **Mi változott?** Az asztalra 5-6 tárgyat teszünk ki. Miután a gyermekek megfigyelték azokat,

elfordulnak, ezalatt a játékvezető elvesz vagy hozzátesz, illetve kettőt felcserél. Vegyék észre a változást!

- **Ki nincs velünk?** Egy gyermek középre áll, becsukja a szemét, ő a hunyó. A többiek körbe állnak, és míg egy versikét mondanak, az egyikük kimegy a teremből. Mindig a kör közepén álló gyermek nevét mondják a versben. Ekkor ő kinyitja a szemét, és megpróbálja kitalálni, hogy ki ment ki. Ha eltalálta, szerepet cserélnek, ha nem, bent marad a körben:

„Az erdőben jártunk-keltünk,
Egy gyermeket elvesztettünk.
Mondd meg, Jancsi, mondd meg nekünk,
Ki az, aki nincs most velünk?”

- **Letakarós:** A gyerekek körben ülnek, alaposan szemügyre veszik egymást. Valakit kiküldünk, ezalatt egy gyermeket letakarunk pléddel úgy, hogy a lábát se lehessen látni. Behívjuk a hunyót, aki igyekszik kitalálni, hogy kit takartunk le. Ha kitalálta, leleplezheti a gyermeket. Nehezíthetjük, ha a letakaráskor a gyerekek helyet is cserélnek.
- **Mi változott meg a szobában?** Egy gyermeket kiküldünk a szobából, de annak előbb jól körül kell néznie, hogy mi hol van. Amíg kint tartózkodik, megváltoztatjuk a szoba berendezését, illetve változásokat hozunk létre. A visszahívott gyerekek meg kell állapítania, mi változott a szobában.
- **Mi van a kendő alatt?** Különböző tárgyakat figyeljenek meg a gyerekek az asztalon, majd ezeket letakarjuk. A gyerekek egyenként odajönnek, és megszűgják, mit láttak. A nagyobbak le is rajzolhatják. 4–10 ismert tárggyal dolgozzunk!
- **Mi a játék neve? Pl. Memóriajáték(???)**: Képeket teszünk a gyermekek elé (pl. zöldségek, állatok, ételek képeit). Ezeket 30 másodpercig nézhetik, majd próbálják meg emlékezetből felsorolni, mit láttak.
- **Páros asszociáció:** 5-6 egymással összefüggő kép-pár megjegyzése (pl. ház – kerítés). A felidézésnél a párok valamelyik tagja hiányzik, ezt kell kitalálni, lerajzolni. Ezután nehezíthetjük a játékot egymással össze nem függő kép-párok megjegyzésével (pl. kolbász – lámpa).
- **Mi a játék neve? Pl. Képsorok(???)**: Három különböző képecskét rajzolunk egymás mellé. A három kép soronként más-más sorrendben található. A sorokat egyesével mutatjuk meg a gyermeknek (a többit letakarjuk), ezután le kell rajzolnia helyes sorrendben az ábrákat, ahogy azt utoljára látta.
- **Memóriajáték:** Különböző tárgyak, számok, foglalkozások képeit készíthetjük el két példányban. Lefordítjuk az összekevert kártyákat, majd egymás után fordítjuk fel őket, egyszerre mindig kettőt. Aki párt talál, újra húzhat. Az nyer, akinek a legtöbb párja lesz. Mindig ugyanoda tegyük vissza a kártyákat, hogy emlékezni kelljen a helyére!

- **Tiltott mozdulat:** A gyerekek körben állnak, középen a játékvezető. A játék megkezdése előtt megbeszélik, és bemutatják, hogy milyen mozdulatot nem szabad utánozni (pl. a kart felemelni). A gyerekek mindenben utánozzák a játékvezetőt, kivéve a tiltott mozdulatot. Aki elhibázza, kiesik, vagy zálogot ad.
- **Építsünk házat!** Ugyanolyan színű kartonból vágjuk ki a ház részeit (tető, kémény, oldalak, ajtó, ablak stb.) és akár köré egy kert elemeit. Minden formából kettőt vágunk ki, a gyermekeknek is és magunknak is. Feladat: a szétrakott, összekevert elemekből kell házat építeni.
- **Fonal-labirintus:** 3 különböző színű fonalat lefektetünk egy rajzlapra úgy, hogy többször keresztezzék egymást. A gyermek vezesse végig az ujját úgy, hogy a fonál helyzete ne változzon.
- **Memórijáték termésekkel:** Egy gyufás skatulya belsejébe különböző magvakat, terméseket ragasztunk (kukorica, tökmag, napraforgó, búza, rizs, lencse, bab) párban. A játékot a memórijáték szabályai szerint játsszuk.
- **Gyöngyfűzés** megadott minta alapján (szín, alak, forma szerint)
- **Meséljünk!** Képsorozatot rakunk ki, megbeszéljük a képen látható történetet, értelmezzük. A sorozat képeinek összekeverése után megfelelő sorrendbe kell tenni. Kirakhatunk hibás sorozatot is, észre kell venni a hibát, és ki kell javítani.

A célzott képességfejlesztés akkor a leghatásosabb, ha a gyermek észre sem veszi. Legyen a tevékenység játékba ágyazott, valódi örömmel kísért tevékenység gyermek és felnőtt között.

Felhasznált irodalom

<http://kolyokoldal.lapunk.hu/?modul=oldal&tartalom=1196552>

<https://fejlesztok.hu/segedletek/pedagogiai-segedletek/159-vizualis-eszleles-figyelem-emlekezetfejlesztes-jatekosan.html>

<http://www.kepessegfejlesztas.hu/vizualis-eszleles-figyelem-es-emlekezetfejlesztos-jatekgyujtemeny-ovodasoknak-es-kisiskolasoknak/>

<http://kwhjatek.hu/ertelmi-funkcio-zavara/eszleles-fejlesztese/>

<https://www.jatekliget.hu/erzekeles-eszleles-fejlesztese-jatekosan-178>

AUDITÍV ÉSZLELÉST FEJLESZTŐ JÁTÉKOK AZ ÓVODÁBAN

(auditív figyelem, auditív alak-háttér differenciálás,
auditív diszkrimináció)

Gergely Annamária

A beszédészlelés az a készség, mely lehetővé teszi a gyermek számára, hogy beszédhangokat, beszédhangok egymáshoz kapcsolódását, hosszabb hangsorokat felismerjen, és az elhangzásnak megfelelően képes legyen megismételni ezeket. Ennek a készségnek köszönhető, hogy a gyermek megtanulja anyanyelve hangjait, szavait, és ezek felismerésére lesz képes.

A beszédészlelés tehát nem azonos a beszédértéssel.

A hallási figyelem, vagyis a zajok, később a hangok megkülönböztetésének képessége előfeltétele a beszédértés, az olvasás és írás elsajátításának.

Óvodáskorban a beszédszervek ügyesítése, a hallás, a beszédhallás (hangfelismerés, differenciálás) fejlesztése a legfontosabb.

A következőkben erre kínálok játékokat, melyek szabadon felhasználhatók a foglalkozás céljának megfelelően, vagy akár mesébe ágyazva, ahogy alább olvasható.

Egyszer volt, hol nem volt, a hetvenhét fenyves erdő közepén, valahol az Óperenciás tengeren túl, volt egy kacsalábon forgó óvoda, ahova Dalmorka manó is betévedt. Csak ámult és bámult, amikor meglátta, hogy mennyi okos, ügyes gyerek jár ide. Gyorsan támadt is egy ötlete, hogy bizony ő megkéri a gyerekeket, segítsenek neki haza jutni a hetvenhét fenyves erdő közepébe, ahonnan ő idetévedt. A gyerekek Dalmorka kérésére felöltöztek, és elindultak a hetvenhét fenyves erdő közepe felé. Útjukat akadályok és megpróbáltatások szegélyezték.

Az erdő nagyon sűrű volt, ahogy haladtak befelé, egyre sötétebb lett, majd már úgy elsötétült, hogy egymást sem látták a gyerekek. Egyszer csak egy sírdogáló gyerek hangjára lettek figyelmesek.

Egymás kezét megfogva arra mentek, ahol a hangot hallották. Hogy a sírdogáló gyerek se ijedjen meg tőlük, Dalmorka javaslatára egy játékkal közelítették a gyerek felé.

1. **Koszorú:** A gyermekek körben állnak, valaki a kör közepére guggol, kezével eltakarja a szemét. Az ismert gyermekdalt éneklük: „*Koszorú, koszorú, mért vagy olyan szomorú? Azért vagyok szomorú, mert a nevem koszorú.*” Egy gyermek a guggoló mögé áll, és a hátán kopogtat: „Kipp-kopp, kopogok, találd ki, hogy ki vagyok!” Ha felismeri a társa hangját, helyet cserélnek. Addig játszható, amíg mindenki sorra jut.

Itt a játék még nem ért véget, mert a gyerekek annyira belemelegedtek, hogy azt találták ki, tovább folytatják, az általuk ismert és sötétben jól játszható játékkal, a lopakodással.

2. **Lopakodás:** a gyermekek körben ülnek, egyikük bekötött szemmel középen ül. Ha a játékvezető valamelyikükre rámutat, az nagyon óvatosan középre lopakodik. A hunyó igyekszik megállapítani, hogy merről közelítik meg, és arra mutat, amerre a társát hiszi. Ha eltalálja, helyet cserélnek, ha nem, akkor ő marad középen.

A játék befejeztével Dalmorka arra kérte a gyerekeket, hogy folytassák útjukat, mert ő nagyon haza szeretne már érné. Fel is álltak a gyerekek egymás mellé szorosan, s mivel még mindig nem láttak semmit, abban egyeztek meg, hogy az utolsó jelzi, mikor indulhatnak.

3. **Gyorsposta:** egy vonalban álljanak fel a gyermekek szorosan egymás mellé. Az utolsó az indító, aki egy szót vagy rövid mondatot súg a társa fülébe. Ő tovább súgja a mellette állónak. Így sugdos mindenki tovább a következőnek, míg az első hangosan meg nem mondja, amit hallott, és arra indulnak. Szándékosan megváltoztatni a szöveget nem szabad.

Így folytatták tovább útjukat, kőről kőre lépve keltek át egy patakon, gyorsan szökdelve jutottak át a nagy sáron, lápos területen, míg egy állatokkal sűrűn lakott területre nem értek, ahol Dalmorka azt mondta, hogy itt csak úgy juthatnak át, ha mindenki az ő irányítására figyel, különben az állatok nem hagyják tovább haladni őket.

4. **Halk, hangos beszéd és énekhang differenciálása:** amikor a játékvezető halkán mond valamit, guggoljanak le. Amikor ezt hangosan teszi, lábujjhegyen állva, karjukat feltartva nyújtózkodjanak. Amikor énekel, egy lábon szökdécselve haladjanak tovább.

Ahhoz, hogy az ott élő állatok ebből semmit ne vegyenek észre, azt találták ki, hogy ők is állatokat utánozva haladnak tovább útjukon.

5. **Kutya kergeti a cicát:** minden gyermek választ magának egy olyan állatot, amelyiknek ismeri a hangját. Egymás között megbeszélik, hogy melyikük kezd. Kutya kezd: „Kutya kergeti a cicát, vau-vau”. A cicának folytatni kell, és átveszi a szót: „Cica kergeti a kecskét, miau-miau”. Most már a kecskének kell folytatni. Többször is sorra kerülhetnek egymás után.

Amikor így elhaladtak az ott élő állatok előtt, egyre világosabb lett, és Dalmorka felkiáltott, „Köszönöm nektek, végre itthon vagyok!” Végül Dalmorka úgy engedte útjukra a gyerekeket, hogy névsort olvasott, méghozzá nem is akárhogy:

6. **Névsorolvasás:** minden gyermek az előző játékban választott állat nevét és hangját kell megjegyezze és felismerje. Egy gyermek szólítja őket: „z”- kijön a gyermek, aki méhecske volt, „sz”- kijön az a gyermek, aki kígyó volt, „miau-miau” – aki cica volt, cin-cin – aki egér volt, kot-kot – aki tyúk volt, stb.

Ettől kezdve Dalmorka az óvó nénire bízta a gyerekeket, hogy vezesse vissza őket a kacsalábon forgó óvodába. Előtte meg szeretett volna bizonyosodni arról, hogy a gyerekek az óvó nénire is épp úgy fognak hallgatni, ahogy rá hallgattak az erre felé vezető úton, s ezért egy játékot játszott velük:

7. **Hallgatta, nem hallgatta.** A gyermekek körben ülnek, szemben a játékvezető, aki ezt mondja: „*Egy embernek volt három széke. Izgatta, mozgatta, számár, aki hallgatta!*” Ekkor a gyermekeknek be kell fogni a fülüket. Ha azt mondja, hogy „*Számár, aki nem hallgatta*”, akkor nem szabad a fülükhez nyúlni. Nehezíthető a játék úgy, hogy a játékvezető bemutatja, amit mond, így az önkéntelen utánozóknak jobban meg kell gondolniuk, mit csinálnak.

E játék után a gyerekek elbúcsúztak Dalmorkától, és visszaindultak a kacsalábon forgó óvodájukhoz, ugyanazon az úton, ugyanazokkal a megpróbáltatásokkal szembe nézve: állatutánzás hanggal, halkhangos énekhang-differenciálás alapján keltek át ismét az állatokkal sűrűn lakott területen, majd kőről kőre lépve keltek át egy patakon, gyorsan szökdelve jutottak át a nagy sáron, lápos területen, gyorspostával jelezve, hogy mindenki megvan, lopakodással felkészülve a veszélyre. Végül a kacsalábon forgó óvoda kapujában az óvó néni a koszorú-játékkal engedi be egyesével a gyerekeket. Mindenkinek a hangját fel kell ismernie, hogy idegen oda be ne mehessen, csak az általa ismert ügyes, okos gyerekek.

Számtalan játéklehetőség van az auditív észlelés fejlesztésére. A továbbiakban olyan játékokat gyűjtöttem össze, amelyekkel akár a fenti mese is tovább bővíthető, vagy egy-egy tevékenység színesíthető:

- **Béka – gólya:** Egy gyereket kinevezünk őrnök, aki figyel, hogy mikor jön a gólya. A többiek lesznek a békák, akik ugrálnak a teremben. Ha az őrnök elkiáltja magát, hogy „Vigyázz!” – abban a pillanatban a békáknak mozdulatlanra kell válni, hogy a gólya ne vegye észre őket. A gólyák újra ugrálhatnak, de csak a következő vészhelyzetig.
- **Bomba:** Egy hangosan ketyegő órát vagy játék bombát eldugunk a teremben, amit a gyerekeknek kell megtalálni a ketyegés alapján.
- **Hulahopp:** A játékvezető a teremben 2-3 hulahopp karikát helyez a földre, amelyek körül a gyerekek sétálnak. Egy éneket énekel, és meghatározott jelre (pl. taps) a gyerekeknek a hulahopp karikába kell ugraniuk. Nehezíthető, ha kieséssel játszunk, vagyis ha a jelre a gyerek nem tud a karikába ugrani, kiesik, vagy egyre csökkentjük a hulahopp karikák számát.
- **Keresd a hibát! Ismételd el hibátlanul!** A játékvezető elmondja a gyerekeknek, hogy ebben a játékban furcsákat fognak hallani, amiket olyan emberek mondanak, akik nem tudnak jól magyarul. Arra kéri őket, hogy segítsenek kijavítani, amit nem jól mond. Pl. „fagyit eszem villával”, „építék sárból hóembert”, stb.
- **Sötétben a hangerdőben:** A gyerekek a terem különböző pontjain állnak, ők a fák. Egy gyereknek bekötjük a szemét, és így kell végig mennie az erdőn. A fák hangokat adnak ki, ha a játékos a közelükbe ér, hogy ne menjen nekik. Így kell a játékosnak átjutni a terem egyik végéből a másikba.

- **Bizalom:** bekötött szemű gyermek úgy kerülgeti a tárgyakat, ahogy a társa hanggal irányítja – pl. tapsol, énekel, dobol, sziszeg, berreg stb. A veszélyes és a jó útjelzés hangját előre meg kell határozni és tudatosítani a résztvevőkben. Variációs lehetőségként ki kell találnia a hangból, hogy ki fogja irányítani. Természetesen bekötött szemmel, egészen halk hanggal, suttogással, tenyérdörzsöléssel irányítják.
- **Stoplámpa:** A gyerekek felsorakoznak a kezdővonalon, tőlük pár méterre áll háttal a játékvezető. A játékvezető számolni kezd, majd „Stop!”-ot kiált egy számnál, és hirtelen hátrafordul. Pl. „1, 2, 3, 4, 5, „stop!” Aki ezután megmozdul, azt visszaküldi a kezdővonalra. A játék addig játszható, amíg mindenki be nem ér a célvonalba. Aki elsőnek ér be, a következő játékban az lesz a játékvezető.
- **Hangokból szóalkotás:** A gyerekek felsorakoznak a kezdővonalon, a játékvezető egy szót alkotó hangokat mond külön-külön egymás után, kicsi szünetekkel. Pl. l-á-b, sz-á-j, stb. Azt kéri a gyerekektől, hogy találják ki, milyen értelmes szót mond nekik. 5 éves kortól már megpróbálhatjuk, 7 éves kor után elvárjuk a gyerekektől, hogy képesek legyenek a szavak felismerésére.
- **Kígyóbánat:** Sz-z hangpár differenciálására. Egy gyereket kinevezünk szúnyognak, aki a terem közepén „alszik”. A többiek a méhecskék, akik körül zümmögik (zzz). Egy gyereket kinevezünk kígyónak, aki sziszegéssel jelzi közeledtét (szszsz). A szúnyog nyugodt marad, ha a méhecskéket hallja, ijedten „elrepül”, ha a kígyó közeledik.
- **Kit hívok?** A gyerekek a teremben szaladgálnak. Pl. a „z” hang hallatára méhecske módjára repkednek, „c” hang hallatára nyávognak, „sz” hangra tekerednek, stb.
- **Számvadász:** A gyerekek lesznek a számvadászok. A játékvezető rövid történetet vagy mesét mond, és arra kéri a gyerekeket, hogy ha számot hallanak, dobbantsanak egy nagyot (mintha puská dördülne), hiszen ők a számvadászok.
- **Erősítő:** Zenehallgatás közben kipróbáljuk az új erősítőt. Ha hangosan szól a zene, álljanak fel. Ha közepes hangerővel szól, üljenek le. Ha halkán szól, guggoljanak le.
- **Hogyan szól a csengő?** A játékvezető megnyomja a csengőt. A gyerekeknek az időtartamtól függően kell végigmennie a hosszú vagy rövid úton.
- **Mi esett le?** A játékvezető maga köré gyűjt olyan dolgokat, amelyeknek leejtésükkor hangjuk van. A gyerekeknek háttal állva leejt egy-egy tárgyat, és minden leejtett darab után meg kell mondaniuk, hogy mit hallottak leesni.
- **Ki szólít?** Egy gyerek háttal áll a többieknek, és igyekszik kitalálni, hogy a társai közül ki szólította. Nehezíthetjük a játékot, ha elváltottatott hanggal hívjuk, vagy játszható izolált hangokkal is – pl. o-á, i-á, miau-miau, stb.
- **Hibásan beszélő kisgyerek:** A játékvezető a hibásan beszélő kisgyerek, aki arra kéri, hogy ha hibásan ejt szavakat, a gyerekek jelezzék neki, hogy hibás a szó, amit kimondott. Pl. asztal, sék, koci, rakéta, jabda stb.

- **Hang-torna:** Beszédhangpárokat (k-g, f-v, s-sz, z-zs, r-l-j) különböző mozgásokkal kapcsolunk össze. Pl. ha a „s” hangot hallod, tapsolj, ha a „sz” hangot hallod, csapj az asztalra. Ezekkel a hangokkal kezdődő szótagokat vagy szavakat mond a játékvezető, és a gyerekeknek a fent leírtak alapján kell tapsolni vagy csapni.
- **Kakukktojás:** A gyerekek megbeszélte hangot tartalmazó képeket/tárgyakat kapnak. Meg kell találniuk azt, amelyik nem tartalmazza az adott hangzót. Pl. „s” hanggal – sál, sapka, szék, saláta stb.
- **Egyforma vagy nem egyforma?** Oppozíciós szópárok közé egyforma szópárokat keverünk (pl. púpos-búbos, vonal-fonal, kész-kéz, báj-báj, holló-hollo, meggy-meggy, stb.). A gyermekeknek a szópárok meghallgatása után jelezniük kell, hogy a szópár azonos vagy különböző.
- **Három szó a mesében:** Olyan mesét, rövid történetet mondunk, amelyben többször szerepel pl. a méh, a virág, a rét. Ezeket a szavakat kell megjegyezni, ha ezt hallják, dobbantással (köhintéssel, tapssal) kell jelezniük.
- **Szóelőhívás:** A játékvezető azt kérde, hogy „szerinted mire gondolhatok, ha azt mondom, hogy té...?” A gyerekekkel közösen minél több olyan szót kell találni, ami úgy kezdődik, hogy té. Kezdetben segítségül a játékvezető mondjon egy-egy lehetséges szót minden szókezdethez.

Felhasznált irodalom

GÓSY MÁRIA – IMRE ANGÉLA (2007): *Beszédpercepciós fejlesztő modulok*. Nikol, Budapest

FAZEKASNÉ FENYVESI MARGIT (2006): *A beszédhallás fejlesztése 4–8 éves életkorban*. Mozaik Kiadó, Szeged

BARTÓK ÉVA (2010): *Játék, öröm, csillogó szemek. Képességfejlesztő játékgyűjtemény diszlexiaveszélyeztetett és diszlexiás gyerekek számára*, Marosvásárhely
<https://ovonok.hu/2015/01/jatekos-gyakorlatok-a-hallasi-eszleles-fejlesztesere/>

AUDITÍV MEMÓRIÁT FEJLESZTŐ JÁTÉKOK AZ ÓVODÁBAN

Gergely Annamária

Életünk tele van hangokkal, zörejjel, zajokkal, amelyek gyakran informatív, figyelmeztető értékkel bírnak. Ezek helyes felismerése és azonosítása segíti a világban való létezésünket, eligazodásunkat.

A hangok, később a beszéd megértéséhez elengedhetetlenül fontos az auditív memória, vagyis a hallott szavak, információk mennyiségi, minőségi, időbeli tárolása, ugyanakkor kiemelkedő szerepe van az olvasás–írás-tanulásban, illetve az egész tanulási folyamatban.

A következőkben auditív memóriát, szerialitást fejlesztő játékokat gyűjtöttem össze, amelyek kevés eszközzel, sokféle helyzetben játszhatók.

- ***Kirándulni megyünk, mi kerüljön a hátizsákba?*** A játékvezető elmond 4-5 dolgot, pl. játék, víz, zokni, papírzsebkendő, párna stb., amit a kirándulásra magukkal visznek, és a gyerekeknek fel kell tudni sorolni ugyanabban a sorrendben, ahogy elhangzottak. Az elemszámot lehet fokozatosan növelni. Később a mennyiséggel lehet nehezíteni, pl. 2 játék, 3 papírzsebkendő, 1 zokni stb.
- ***Mondóka/vers/ének tanulása:*** Pl. a hét napjairól. Hétfőn heverünk, kedden keverünk, szerdán szemezünk, csütörtökön csücsülünk, pénteken pipálunk, szombaton szítalunk, vasárnap titeket vendégségbe várunk. Többszöri elmondásra a gyerekeknek memorizálni kell az egymás után következő napokat. A játékvezető mondókázás után véletlenszerűen kiválaszt néhány gyereket, és megkéri őket, hogy sorolják fel a hét napjait, majd mondják el, hogy mi van a hétfő után, a szerda előtt, a péntek előtt, a szombat után, stb. Jó, ha minden gyerek szóhoz jut.
- ***Ritmus visszatapsolása:*** A játékvezető által tapsolt ritmust kell visszatapsolni. Az ütemek száma a gyermekek életkorának és fejlettségének függvénye. Kisebektől 2-3 ütem visszatapsolása várható el, nagyobbaktól akár több.
- ***Laboda:*** „Járjuk a labodát, a labodát, a labodát. Járjuk a labodát, a világ legszebb táncát.

Fogjuk meg egymás fülét.” Ettől kezdve egymás fülét megfogva járnak körbe, és énekelik tovább az éneket. A szöveg végére érve, a játékvezető megkérdezi, „Megfogtuk egymás fülét?” A gyerekek válaszolják „Igen”. Akkor most fogjuk meg egymás lábát. A következő körben egymás lábát fogva táncolnak és énekelik az éneket. A játékvezető most már nem csak azt kérdezi, hogy „megfogtuk egymás fülét?” Gyerekek: „Igen!”, hanem megkérdezi azt is, hogy „Megfogtuk egymás lábát?”, és így kérdez rá sorban mindazokra a testrészekre, amelyeket megfogtak a tánc közben. A játék végén a gyerekek felsorolják a megfogott testrészeket olyan sorrendben, ahogy azok követték egymást.

- **Állat-pantomim:** Kezdetben a játékvezető, később a gyerekek is egy-egy állatot utánoznak hanggal és mozgással, a többi gyereknek fel kell ismerni, hogy milyen állat. Figyelni kell arra, hogy egy állatot csak egyszer jelenítsenek meg.
- **Állatos memória:** A gyerekeknek fel kell tudni eleveníteni az előző játékban szereplő valamennyi állatot. Ha sok állat került megszemélyesítésre, akkor elég, ha csoportosan fel tudják sorolni. Nehezíthető úgy, hogy visszafelé is sorolják el az állatok nevét, amelyekkel az előző feladatnál találkoztak.
- **Koppan-puffan:** A játékvezető készítsen össze olyan tárgyakat, amelyek leejtéskor különböző zajt okoznak – pl. könyv, olló, labda, babzsák, építőkocka stb. Ajtószárny vagy kifeszített terítő mögött ejtsük le egyenként a tárgyakat. A játékosok ezt csendben figyeljék. Minden leejtett darab után megmondhatják, hogy mit hallottak. A gyerekek késleltetve, 3-4 puffanás után feleljenek, a tárgyakat a leejtés sorrendjében megnevezve.
- **Mit súgtam?** A gyermekek nagy körben ülnek, a játékvezető egyet magához hív, és úgy, hogy a többiek ne hallják meg, fülébe súg egy összetett feladatot, amit ennek a gyermeknek meg kell oldania – Pl. „Menj ki az ajtón! Kopogj és gyere be, majd tegyél egy pohár vizet az asztalra!” stb. A többiek csendben figyelik, hogy mit csinál, és igyekeznek kitalálni, hogy mit súgott a játékvezető. Legközelebb annak a gyermeknek a fülébe lehet súgni, aki először találja ki a feladatot.
- **Bementem egy étterembe, enni szeretnék:** Elmondom a pincérnek a rendelést, ő tovább adja a szakácsnak. A szakács visszamondja a pincérnek, majd a pincér elmondja a vendégnek, hogy mit szolgál fel. A vendég fizetéskor fordított sorrendben mondja el, hogy mit rendelt.
- **Elmentem a boltba:** A játékot kezdő gyermek azt mondja: „Elmentem a boltba, és vettem egy túrót”. A következő gyermek ismétli, hogy „Elmentem a boltba, és vettem egy túrót és tejfölt”. A következő mindig ismétli, amit az előzőek mondtak, és mond hozzá egy élelmiszernevet.
- **Mit hallasz?** Előre elkészítünk pl. csengőt, dobot, gyöngyöt, ceruzát. A játékosok fejüket a térdükre hajtják. Ne leskelődjenek! Amikor mindenki lehajolt, egymás után megszólaltatjuk a hangokat. Ezeket figyeljék meg a gyermekek, és jegyezzék meg a sorrendet. Felszólításra elmondhatják, hogy mit hallottak. Ezután megismételhetjük az egész sorozatot, és így egyszerre láthatják és hallhatják a tárgyakat.
- **Folytatásos történet:** pl. „Barangolni indultam”. A következő gyermek megismétli az előtte elhangzott gondolatot, majd hozzátesz még egy mondatot, és így folytatódik a történet, amíg hibátlanul tudják folytatni.

- **Apróhirdetés:** A játékvezető „apróhirdetéseket” olvas, ami nem más, mint egy-egy mese legfontosabb elemei. A gyerekeknek ki kell találni, hogy melyik meséből valók a hirdetések. Pl. „Lencse válogatását hamuból is vállalom.”, „Eladó egy kiskakas. Tűz nem égeti, víz nem nyeli el, darazsak nem csípi”, stb.
- **Veszélyes helyzetek:** A gyerekek körben ülnek, a játékvezető különböző vezényszavaira más-más feladatokat kell végezniük. Pl. „árvíz” – mindenki feláll a székére, „tűz” – földre guggolnak, „hóvihar” – mindenki a székére ül, és felhúzott lábát átölelve melegszik, „jön a medve” kiáltásnál a játékvezetőhöz futnak. Kezdetben a felnőtt a játékvezető, majd sorra minden gyerek.
- **Kelekótya Elek** furcsán viselkedik. 1-től 5-ig mondjuk a számokat sorban, és minden számhoz bizonyos mozdulatokat társítunk. Pl. 1 – taps, 2 – fülek megfogása, 3 – dobantás, 4 – fejtetőre tett kezek, 5 – csípőre tett kezek. (Kisebb gyerekekkel 3 számmal játszunk.) A játékvezető először lassan és sorban mondja a számokat, majd összevissza és egyre gyorsabban.
- **Mit dobnál ki a teremből?** Sorra minden gyerek mond egy tárgyat, amit a teremből kidobna. Meg kell jegyezni, hogy mit mondtak már, mert kétszer ugyanaz a tárgy nem szerepelhet.
- **Festő és segédje:** Egy gyerek a festő, egy másik a segédje. A festő egy székre állva dolgozik a „festményén”, a színes ceruzák a terem másik végében vannak. A festő megnevez három színt, és kéri az inasától, hogy hozza oda neki. A színek számát fokozatosan növelhetjük.
- **Memória-bajnok:** Egy gyereket kijelölünk játékosnak, a többiek körben ülnek, és mindenki mond egy-egy szót (pl. 1 gyerek: sapka, 2. gyerek: telefon, 3. gyerek: cukorka, 4. gyerek: narancs, stb.). A játékos sorban a gyerekekre mutatva elismétli a szavakat, megjegyzi, majd kimegy a teremből. Ez alatt két (vagy több) gyerek helyet cserél. Amikor visszatér a terembe, a játékos a gyerekekre nézve fel kell idézze a szavakat, és rá kell jöjjön, hogy mi változott a sorrendben.
- **Beszélgetés:** Találkozunk az utcán egy régi barátunkkal, és beszélgetünk vele: „Mit csináltál a nyáron?”, „Mit kaptál születésnapodra?”, „Mit csináltál hétvégén?”, „Hol voltál a tegnapi este?”, stb.
- **Hallottam egy jó viccet!** Az óra elején elmesélünk a gyerekeknek egy viccet, amit az óra végén majd ő mesél el nekünk. Egy következő foglalkozáson a viccet megismételjük, kisebb módosításokkal. A gyerekek rá kell jöjjenek, hogy mit változtattunk meg a viccben.

Felhasznált irodalom

GÓSY MÁRIA – IMRE ANGÉLA (2007): *Beszédpercepció fejlesztő modulok*. Nikol, Budapest

FAZEKASNÉ FENYVESI MARGIT (2006): *A beszédhallás fejlesztése 4–8 éves életkorban*. Mozaik Kiadó, Szeged

BARTÓK ÉVA (2010): *Játék, öröm, csillogó szemek. Képességfejlesztő játékgyűjtemény diszlexiaveszélyeztetett és diszlexiás gyerekek számára*, Marosvásárhely
<https://ovonok.hu/2015/01/jatekos-gyakorlatok-a-hallasi-eszleles-fejlesztesere/>

VARÁZSJÁTÉKOK – FANTÁZIAJÁTÉKOK – KÉPZELETJÁTÉKOK

Baricz Erika

A szimbolikus játékok önformáló és alakító erejűek, hatnak a gyermeki személyiségre, gondolkodásra, a megismerő rendszer fejlődésére. Ezeknek a képzeletjátékoknak preventív és „fejlesztő” hatásuk is igen fontos: a gyerekek nyitottabbak a felnőttekkel és társaikkal való kapcsolatukban, toleránsabbak másokkal, szívesen játszanak csoportban egymással. Bátrabban megfogalmazzák kéréseiket, elfogadják a felajánlott stratégiákat a nehézségek kezelésében, önállóan és kitartóbban keresnek megoldást a problémahelyzetekben. Nagyobb empátiával rendelkeznek, barátságosabbak, a játékban megélt figyelemmel és elfogadással könnyebben befogadják a máságot, az újat. Ilyenformán a képzeletjátékok hatékony terepet biztosítanak az integráció folyamatában a gyerekek számára. A képzeletjátékokat játszó gyerekek verbális kifejezőképessége magasabb szintű, a játékok utáni türelmes, elfogadó helyzetben zajló, nyugodt verbális élménymegosztások nagymértékben felerősítik a logopédiai foglalkozások hatékonyságát. Ezekkel a játékokkal kiváltott hatások elsősorban a társas kapcsolatokban, az érzelmek területén nyilvánulnak meg, lehetőséget teremtenek a közös öröme, stresszcsökkentésre, önértéknövelésre.

Ezek a játékok csak részben „szólítják meg” a gyerekek tudatosságát. Mélyebb rétegeket is megérintenek bennük, és a gyermekeknek alkalmat adnak arra, hogy kialakítsák saját, belső stílusukat arra vonatkozólag, hogy hogyan tudják önmagukat megnyugtatni, ellazítani, felvidíteni, hogyan tudnak erőt gyűjteni a stresszel szemben, illetve a felmerülő problémákra higgadtan reagálni. Ezek a gyengéd, lágy játékok hozzájárulhatnak ahhoz, hogy a gyermekek már óvodában megtanulhassák, hogyan tudják önmagukat ellazítani, belső ritmusukat megtalálni, és összeszedni magukat.

A játékok bevezetéseként a csend megteremtésével lehetőséget adunk a gyermekeknek a befelé fordulásra, az összeszedettség állapotának elérésére. A gyerekeknek erős belső késztetésük van arra, hogy mozogjanak, használják a testüket. Az alábbi játékok a gyerekekben rejlő hihetetlen energiákat nyugodt, koncentrált energiává alakítják át. Reménykedhetünk abban, hogy a gyerekek kiegyensúlyozottan, öntudatosan viselkednek, jobb kognitív és kreatív teljesítményt nyújtanak, a

csoport légköre, a gyerekek egymáshoz való viszonya is pozitívan változik. Ezek a játékok különösen alkalmasak az ún. nehéz gyermekeknek, akik szinte állandó lelki stressznek vannak kitéve, akiknek szellemi, fizikai hátrányaik vannak.

Mozgásmeditációk

Kicsiny tollpihe

A játék célja: a következő tevékenység hidat alkothat a különböző tevékenységformák között. Ebben a rövid időintervallumban segítünk a gyermekeknek abban, hogy ellazuljanak, és figyelmüket újra összpontosítani tudják. Ezt a játékot már egészen kicsiny gyermekekkel is ki lehet próbálni.

A játék leírása: (köralakítás után.) Helyezkedjete el kényelmesen, üljete törökülésbe. Kezeiteket pihentesséte meg a combotokon. Ma egy olyan játékot fogunk játszani, amiben mozgunk. Képzeljéte el, hogy kezem egy kicsiny tollpihe. Figyeljéte meg, hogy szállok a levegőben. (Mutassuk be úgy, hogy a kezünket és fejünket lágyan ringatózva felfelé mozgajuk, közben lassan felállunk.) Aztán lassan, egész lassan leereszkedem a talajra. (ezt a folyamatot is mutassuk be.) Ott, lenn a földön szép nyugodtan elpihenek. Ti is változzatok majd át kicsiny tollpihévé, akik először felfelé, aztán lefelé szállnak. Legyetek színes tollak, olyan színűek legyetek, amilyenek akartok. Ha leérkeztetek a földre, maradjatok fekvé. Én körbe megyek, és pihenő tollacskákat fogok keresni. Akkor találatok meg titeket, ha megérintetem a fejeteket. Most változzatok vissza óvodássá, és ébredjete frissen és kipihenten, aztán üljete vissza a körbe. Most a kezetek újra változzon át, ti vagytok a tollpihé. Lassan szálltok fel, magasra, majd le, és lassan leérte a földre. (Figyelje a gyermekek mozgását, és az ő tempójukban instruálja őket, mondja el újra a játékot.)

Élménymegosztás: Milyen tollpihe voltál? Milyen színű, nagyságú, súlyú, tapintású? Milyen érzés volt szállni?

Esküvő

A játék célja: ez az egyszerű mozgás/mozgásmeditáció abban segíti a gyermekeket, hogy megtalálják a maguk belső, nyugodt ritmusát. A javasolt kép elősegíti a szellemi koncentrációt és a már meglévő tapasztalatok integrációját.

A játék leírása: (Köralakítás után.) Helyezkedjete el kényelmesen. Ülhetek törökülésben, de ha jólesik, le is fekhettek. Be is csukhatjátok a szemeteket. Van, akinek úgy könnyebb elképzelni mindazt, amit ma mesélni fogok. Képzeljéte el, hogy mindegyikötöket meghívják egy esküvőre. Lassan gyülekezik a násznép, a vendégek... mindenki nagyon szépen fel van öltözve. És most minden vendég feláll az esküvői menethez. Ti is álljatok be. Ha úgy gondoljátok, mehettek párosával, egymás mellett. (Segítség lehet egy nyugodt esküvői zene.) Amíg szól a zene, képzeljéte el, milyen ez az esküvő.... (vezesse ön a ceremóniát, nyugodt tempóban.) Ha vége van a zenének, változzatok vissza óvodássá, és meséljéte el, milyen volt az esküvő, milyen érzés volt részt venni...

Élménymegosztás: Milyen volt az esküvő? Hogyan érezted magad a bevonuláskor?

Az óra

A játék célja: ezzel a játékkal lehetőséget teremtünk arra, hogy a gyermek újra megtalálja saját belső ritmusát. Az egyszerű mondatokhoz találjuk meg hangunk mély rezonanciáját.

A játék leírása: Képzeljétek el, amint mi mindannyian egy régi, öreg órává változunk. Ezt az órát fel lehet húzni, és akkor elkezd járni: tik-tak. Álljunk kis terpeszbe, és dőljünk egy kicsit jobbra, majd balra. Tik-tak, tik-tak... Egész nap szorgalmasan dolgozik... tik-tak, tik-tak... és estére megpihen. (Ezeknél a mondatoknál lassuljon le egyre jobban.) Bennünk is dolgozik egy kis óra... tik-tak, veri a ritmust, tik-tak, tik-tak... Itt az ideje, hogy meghalljuk a mi belső óránkat, tik-tak, tik-tak... A mi belső óránk megmondja azt is, hogyan tudjuk kipihenni magunkat. Ha most kellemesen érzitek magatokat, lassan álljatok meg, pihenjétek ki magatokat, mint egy olyan óra, ami lejárt. Ha kipihentétek magatokat, telepedjétek ide a körbe.

Élménymegosztás: Milyen óra voltál? Hol hallottad a belső órad? Hogyan járt ez az óra?

Az erdőben

A játék célja: alkalmat ad arra, hogy az intenzív, dinamikus mozgás átalakulhasson ritmosos, lassú mozgássá, ami végül nyugalomban és csendben végződik.

A játék leírása: (Köralakítás után.) Helyezkedjétek el kényelmesen. Ülhetek törökülésben, de ha jólesik, le is fekhettek. Be is csukhatjátok a szemeteket. Van, akinek úgy könnyebb elképzelni mindazt, amit ma mesélni fogok. Képzeljétek el, hogy egy szép erdőben vagyunk, amiben minden ott van, amit szeretünk. Lehet szaladgálni, mindent meg lehet nézni. (szünet.) Lehettek fák, melyek ágait meghajlítja a szél... (szünet.) Lehettek fű, ami a szélben ide-oda hajlik... lehettek avar, levelek, melyek zizegnek a földön..., és lehettek állatok, amik itt, az erdőben élnek. És most képzeljétek el, hogy egy pici, aranyos állat után mentek, amit megláttok magatok előtt... Álljatok lassan fel, és induljatok el, olyan óvatosan, hogy ne kelljen töletek félnie. Aztán egyszerűen csak üljétek le az állat mellé a földre, és nagyon-nagyon halkán szólítsátok meg, beszéljétek vele. Ha akarjátok, nagyon óvatosan meg is foghatjátok az állatot. És most körbe megyek, minden állatot óvatosan megsimogatok, és ti közben a fülembe súghatjátok, milyen állatot találtatok. Aki a fülembe súgta, engedje vissza az állatkáját az erdőbe, és üljön vissza a körbe.

Élménymegosztás: Milyen volt a Te erőd? Milyen volt az állatod? Mit csináltál, hogy jól érezze magát az állatod?

Varázsragasztó

A játék célja: a gyermekek ügyességét teszi próbára, növeli az önbecsülésüket, fejleszti a feladatmegoldó készségüket. Ez egyben oldja esetleges visszafogottságukat, szorongásukat is, mert a játék sok nevetésre, vidámságra ad alkalmat.

A játék leírása: Válasszatok társat magatoknak, és képzeljétek el, hogy olyan varázsragasztótok van, ami nagyon erősen összeragaszt mindent. Tegyetek egy cseppet ebből a ragasztóból a saját

térdetekre. Ezt a ragasztóval bekent térdeteket ragasszátok egy másik gyermek térdéhez, és próbáljatok együtt járni így egy kicsit. Érzétek, milyen erősen összeragadt a térdetek. Most álljatok meg, és kezetekkel válasszátok szét a térdeiteket. Most tegyetek egy csepp varázsrasztót a fületekre. Ragasszátok össze a fületeket. Most újra próbáljatok meg így egy kicsit sétálni, összeragadt füllel. Most kezetekkel óvatosan válasszátok szét füleiteket, tegyetek egy csepp ragasztót a csípőtökre. Ragasszátok csípőtöket a társatok csípőjéhez. Próbáljatok meg így sétálni. Egyszerre több helyen is összeragaszthatjátok magatokat a társatokkal. Miután óvatosan szétváltatok, mosolyogva, kedvesen megköszönhetitek egymásnak a játékot, és utána üljetek vissza a körbe.

Élménymegosztás: Milyen volt a varázsrasztód? Milyen színű, állagú? Mikor volt könnyű egymáshoz ragadni? Hogyan tudtátok szétválasztani egymást? Hogyan érzik magukat a testrészeid, amelyek össze voltak ragadva?

Légzés – fantáziajátékok

Nyíló virág

A játék célja: a játék a maga nagyon egyszerű módján felfrissít és ellazít.

A játék leírása: Képzeljétek el, hogy kicsiny virágok vagytok, melyek tavasszal kidugják a fejüket a földből. Ahogy a levegőt beszívjátok, a kisvirág megnő, és virágát kibontja. Álljatok fel, és lélegezzetek be és ki nyugodtan és mélyen. És most újra... amikor beszívjátok a levegőt, emeljétek fel a karotokat egészen a fejetek fölé. A kisvirág így dugja ki a fejét a földből, és így kezd nőni. Amikor pedig kifújjátok a levegőt, oldalt engedjétek le a karotokat. Így nyílik ki egészen a virágotok. Gyönyörködjétek egy kicsit ebben a virágban, majd hagyjátok tovább pompázni a helyén. Ti pedig változzatok vissza óvodásokká, és üljetek vissza a körbe.

Élménymegosztás: Milyen virág voltál? Milyen színű, fajtájú, illatú? Hogyan érezted magad, amikor beszívtad a levegőt? Amikor kifújtad? Milyen érzés volt ránézni a gyönyörű virágodra?

Tündérek

A játék célja: ebben a játékban a gyermekek egy meseszituációba ágyazva gyakorolhatják a légzés és a járás koordinációját. Légzésük lassúbbá, ritmikusabbá válik, a hangulatuk kiegyensúlyozottabb, barátságosabb lesz.

A játék leírása: Képzeljétek el, hogy tündérek vagytok.... Képzeljétek el, hogy nagyon sok munkátok volt, elfáradtatok, talán van olyan is, aki szomorú, vagy talá rossz kedve van... Szerencsére tudtok egymásnak segíteni, a varázsléggéssel. Ha a mellettek levő tündérre egész gyengéden ráfújtok, akkor a másik jobban fogja érezni magát. Ehhez mélyen be kell szívni a levegőt, és az egész levegőt a másik gyermeknek kell ajándékozni. Akire így rá tudtok fújni, ettől a levegőtől egyre jobban érzi majd magát. Most álljatok fel, induljatok el a teremben, menjetek lassan, könnyedén, és ne álljatok meg. Ha valaki mellettek megy el, fújjátok rá a varázslévegőt. Így tudják a tündérek odaajándékozni egymásnak a varázslévegőt. Ha mindenki kapott már, és mindenki jobban érzi magát,

akkor álljatok meg egy pillanatra. Szívjatok be egy mély levegőt, és fújjátok el azoknak, akiknek még szeretnétek. Aztán változzatok vissza óvodássá, gyertek vissza a körbe, üljetek újra le.

Élménymegosztás: Milyen volt a varázslevegőd? Erős, lágy, rövid, hosszú? Milyen érzés volt adni a levegőt? Mit adott át a varázslevegővel? Mit éreztél, amikor megkaptad a levegőt? Hogy érzed most magad?

Együtt lélegezni

A játék célja: a játék során a gyermekek felfrissülnek. A csoportot „összehozza” lelkileg ez a játék. Kevés olyan stratégia van, ami a gyermekeket ilyen hamar egymásra hangolja, mint ez a szinkronlégzés.

A játék leírása: Álljunk egy nagy körbe, és fogjuk meg egymás kezét. Vajon tudunk-e mindannyian azonos ütemben lélegezni? Még akkor is, ha ilyen sokan vagyunk? Mindjárt megpróbáljuk, veszünk egy mély levegőt. Eközben szorosabban fogjuk egymás kezét. Amikor majd kiengedjük a levegőt, mondjuk hangosan azt, hogy: „hhhhhaaaa”, addig, amíg az összes levegő ki nem megy belőlünk. Ha kilélegeztünk, akkor tartsuk egymás kezét lazábban. Amikor majd újra veszünk egy mély levegőt, a kezek ismét kellemesen szorosan fognak. Az utolsó szorítás után gyűjtjük össze a szorításból azt az erőt, amire szükségünk van, aztán engedjük el egymás kezét, és ülünk vissza az óvodáskörbe.

Élménymegosztás: Miből érezted, hogy a melletted álló lassabban vagy gyorsabban lélegzett? Hogyan érzed most magad? Milyen érzés volt egyszerre venni a levegőt a többiekkel?

Tigrislégzés

A játék célja: ez a légzéstechnika ellazítja az arcot és a fejet, és kellemes erőérzetet ad.

A játék leírása: Szeretnéd tudni, hogy egy tigris hogyan fújja ki a levegőt? Állj négykézlábra, úgy mint egy tigris. Vegyél egy mély lélegzetet, egy pillanatra tartsd benn... Aztán ki-ki mutassa meg a tigris arcát, és képzelje el, hogy ő egy éber és erős tigris. Préseld össze a tigrisfogaidat, vicsorogj, mint egy tigris, és közben fújd ki a levegőt a tigrisfogaid között. Fújtass egyre hangosabban, s közben a szemekkel villámot is vethetsz, mint egy igazi nagy és erős tigris. Próbáld meg, akár többször is. Így most a tigrisek egyre halkabbakká válnak, majd elcsendesülnek és elpihennek. Ha kipihentétek magatokat, akkor változzatok vissza óvodássá, és üljetek ide vissza körbe.

Élménymegosztás: Milyen tigrissé változtál? Milyen érzés volt tigrisnek lenni? Hogyan fújtad ki a levegőt?

Színes légzés

A játék célja: ez a légzésmeditáció lehetőséget ad a gyermekeknek arra, hogy megtanulják és begyakorolják a fontosabb testrészeik ellazítását és élénkítését.

A játék leírása: Helyezkedjtek el kényelmesen. Most arra kérlek, hogy csukd be a szemed, és válassz ki egy olyan színt, ami a természetben megtalálható. Lehet az az ég színe vagy a fű színe, valamelyik virág színe, a nap színe, de lehet akár egy gyümölcs színe is. Ha kiválasztottál egy színt, akkor most kérlek, figyelj a légzésedre. Kezdj mélyen be- és kilélegezni, miközben a légzésed olyan színűvé változik, amilyenre gondoltál. A belégzést és a kilégzést használhatod ecsetként magadban, és a tested minden részét beszínezheted. Kezd a lábaiddal. Vegyél egy mély lélegzetet, és a színes lélegzetteddel fessd be mindkét lábfejedet. Aztán színezd be az egész lábadat, a hasadat, a mellkasodat, majd fújd a színes légzésedet a karjaidba, a vállaidba, a tarkódba és a fejedbe. Most maradj egy kicsit ilyen színesen, és figyelj meg, hogy milyen érzés az, amit ez a szín ad neked. (kb. fél perc). Most pedig lélegezz ki minden színt az egész testedből egy hosszú „ffff.....” hanggal. Most már mindened természetes, üde, tiszta színű. Lassan nyisd ki a szemed, mozdítsd meg a karjaidat, akár nyújtzkodj egy jót, és ülj fel.

Élménymegosztás: Milyen színt választottál? Milyen érzés volt színesnek látni önmagad? Hogy érzed most magad?

Felhasznált irodalom

GÖBEL ORSOLYA (2007): *Varázsjátékok – Égig emelő légzés.* L'Harmattan, Budapest

GÖBEL ORSOLYA (2006): *Varázsjátékok – Mozgás a képzelet szárnyán.* L'Harmattan. Budapest