

7 PAMOKĖLĖS „MANKŠTA SU DIDŽIAISIAIS KAMUOLIAIS“ REKOMENDACIJOS

PRIEMONĖS IR JU IŠDĖSTYMAS: mankšta atliekama su didžiaisiais mankštos kamuoliais. Kamuoliai vaikams parenkami individualiai pagal ūgį ne didesni kaip 60 cm skersmens. Kamuolių išdėstymo variantai: ratu, eile, šachmatais ir pan. Turint nepakankamą kamuolių skaičių, mankštą rekomenduojame atlikti mažomis grupelėmis. Neturint mankštos kamuolių, mankštą galima atlikti be kamuolio, keičiant pratimų pradines padėtis, naudojant vaikų ūgį atitinkančias kėdutes ar paprastus žaidimo kamuolius. Taip pat reikės žaidimo kauliuko su skaičiais, muzikos grotuvo (ar kompiuterio) (Dainavimo studijos „Svirplys“ dainelė „Draugų orkestras“ prisegta prie rekomendacijų).

AMŽIUS: pratimai skirti ikimokyklinio ir priešmokyklinio amžiaus vaikams. Pavieniai žaidimai tinka ankstyvojo ir jaunesniojo ikimokyklinio amžiaus vaikams.

FORMUOJAMI MOTORINIAI IGŪDŽIAI: pusiausvyra, koordinacija, lankstumas, dėmesio koncentravimas, ištvėrmė.

REKOMENDACIJOS ŽAIDIMAMS:

Pamokėlė suskirstyta į tris dalis. *Ivadinėje dalyje* yra pasisveikinimo žaidimas „*Laikrodukas*“ (kurį galima žaisti ir be kamuolio, stovint ir kiekvieną kartą imituoju laikroduko skambėjimą keisti padėtis: sėdint, klūpint, gulint). Šioje dalyje taip pat siūlome muzikinį apšilimo žaidimą „*Draugų orkestras*“, kurį taip pat galima žaisti be kamuolio.

Pagrindinėje dalyje siūlome mankštos žaidimą „*Boružėle, pasakyk*“, kuriam reikės stalo žaidimo kauliuko (tinka bet kokio dydžio, kuo didesnis tuo geriau)☺ Šie mankštos pratimai tinka ir jaunesniojo ikimokyklinio amžiaus vaikams, kuriuos siūlome atlikti su paprastais žaidimo kamuoliais.

Šioje dalyje vaikams galime pasiūlyti laisvai pašokinėti kamuoliais, žaisti „*Vikšrelę*“ (parenkant vieną ar kelis vedančiuosius). Aktyviai pajudėjęs siūlome užkąsti ir žaidžiame žaidimą „*Salotos*“.

Baigiamojoje dalyje žaidimas „*Takučiu...*“ – skirtas nusiramimui, dėmesio koncentravimui, įsiklausymui. Atsipalaidavimo metu kviečiame vaikus pasidalinti mankštos įspūdžiais, pasidžiaugti jų pasiekimais ir pan.

Kad vaikams nenusibostų pratimus atlikti vienoje vietoje, siūlykite žaidimą „*Tvarka-netvarka*“, kai visi vaikai su kamuoliais išsisklaido, o po žodžio „tvarka“ grįžta į vietas, arba keičiasi vietomis su draugais!

ŽAIDIMŲ TEKSTAI:

“BORUŽĖLE, PASAKYK”

Boružėle, pasakyk,
Kokį orą mums žadi?
Ar saulutę, ar lietutį
Ant sparnelių mums neši?

„SALOTOS“

Kopūstėlius mes kapojam,
Morkas skutam ir tarkuojam,
Beriam druskos kuo skubiausiai
Ir kopūstus tuos suspausim...mmmmm

„TAKUČIU...“

Takučiu takučiu...
Per tiltuką per tiltuką...
Smėliuku smėliuku...
Per pelkyną per pelkyną...
Stop! (ir apsidairom)