

A saját testen, a térben és a síkban történő megfelelő tájékozódás fontos szerepet játszik az olvasás- és írástanulás folyamatában, ezért nagyon fontos, hogy már óvodás korban foglalkozzunk e területek játékos fejlesztésével.

A térészlelés – térbeli viszonyok felismerésének fejlesztése

A téri tájékozódás egyik alapja a biztos testtudat. A saját test részleteinek ismerete, a testrészek térbeli helyzetének tudatosítása teszi lehetővé azt, hogy a gyermekek képesek legyenek a jobb és a bal irányok megkülönböztetésére, lehetőleg már iskolakezdés előtt. Éppen ezért fontos kiindulás, hogy a gyermek ismerje fel bal és jobb kezét. A bal kéz rögzítésében segítség lehet, ha kisebb mozgás tevékenység után bal kézzel megéreztetjük a gyermek szívdobogását a test bal oldalán. Így a bal kezét szívoldali kéznek nevezhetjük el. Meg is jelölhetjük kezdetben szívrajzzal, ékszerrel, szalaggal. A jobb kéz megjegyzésében a bemutatkozás gyakorlását szoktuk segítségül hívni, így a jobb kezét bemutató kéznek hívhatjuk. Amikor a saját testen már magabiztosan sikerül a bal és a jobb kezeket megnevezni, következhet az irányok térbeli beazonosítása. A téri tájékozódásban a saját test a kiindulópont, a gyermek saját térbeli helyzetének tudatosítása teszi lehetővé a tőle balra, illetve a jobbra levő tér megkülönböztetését. A térérzékelés alapja a mozgás, a sebesség és az irány érzékelése. Fontos, hogy a bal és a jobb differenciálása közben a két oldal egymáshoz tartozását is tudatosítsuk, és vezessük rá a gyermekeket az emberi testen meglévő szimmetriára.

A téri észlelés fejlesztőjátékainak célja a térbeli helyzet, a térbeli viszonyok megláttatása. Azaz, a kisgyerekeknek tökéletesen meg kell tanítani a jobb-bal irányokat, előtte, mögötte, mellette, alatta, felette elhelyezkedést.

- Megkérdezhetjük a gyermeket, mi található a baloldalon, mi a jobboldalon, mit lát, ha felfelé néz, mit, ha lefelé. Mi van az asztal alatt, fölött. Mozgással kísérve megtaníthatjuk az előre, hátra fogalmakat is. Ehhez nagyon jó játék a robotvezető játék, amiben robotként lépkedve közlekedik a gyermek a lakásban, egy irányító segítségével. Pl.: Lépj előre hátra! Lépj jobbra kettőt! Lépj előre ötöt! Lépj egyet hátra! (a számlálást is gyakoroljuk).
- Különböző formák kialakítása bejárással, cikkcakk, hullámvonal, csigavonal stb.)
- Különböző alakú ugróiskolák bemozgása.
- Vegyék észre a velük szemben és azonosan álló képek változásait.
- Akadálypályákon való haladás: fölötte, alatta, mellette, jobbra, balra, valamik között.
- Fecskék: A gyermekek felállnak egy vonal mellett, egy sorban egymás mellett. Jelre a gyerekek szerteszét, újabb jelre beállnak a vonal mellé, tetszés szerinti sorrendben, mint a gyülekező fecskék a telefondrótra. Játshatjuk a mozgás más fajtaival is: ugrálva, mászva, kúszva, ilyenkor más-más állat mozgását utánozzuk. (verebek, kutyák, kígyók).

- Találd meg a párodát: A gyermekek felállnak sorban, párosával. Jelre futkosás szerteszéjjel, külön-külön. Jelre párkeresés, majd megállás kézfogással a pár megtalálásának helyén. Változatossá tehetjük a játékot, ha különbözőképpen jelezhetik a feladat végrehajtását, pl. guggolásban fogjanak kezét egymással, terpeszállásban fogjanak kezét egymással, a párok tapsoljanak egymás tenyerébe.
- Kötéltáncos: Lefektetünk két kötelet vagy két vonalat húzunk egymástól 10 cm távolságra. Két kezüket oldalsó középtartásba emelve haladnak végig a két vonal között úgy, hogy a cipőjük nem érinti egyik vonalat sem. Nehezítés, ha tárgyat visz a fején, ezzel egyensúlyoz, vagy hátrafelé lépegetve is meg kell tennie a távolságot.
- Szalagfogó. A gyerekek felállnak szétszórt alakzatban. Minden gyereknél van egy szalag, amelyet bedug hátul a nadrágjába úgy, hogy a maradék szalag kilógjon. Egy gyerek lesz a szalagfogó, aki jelre igyekszik majd minél több szalagot a menekülőktől elvenni. Akitől sikerült elvenni az továbbra is futkározzon, hogy nehezebb legyen a szalagfogó dolga.
- Kutyusok ki a házból! A gyerekek felállnak kettős körben, párokban. A párok szemben egymással. A külsők terpeszállásban, a belsők törökülésben helyezkednek el. Jelre a belsők bújjanak át a külső társuk lába alatt, majd fussanak körbe, megkerülve a körben álló társaikat, és ha párjukhoz értek bújjanak vissza a lába alatt és fogják meg egymás kezét felemelve, jelezve, hogy befejezték a feladatot.
- Karikahordás: Három gyermek egy hullahopp karikát, mindenki csak a mutatóujjával tarthatja. Utasítást követve haladnak.
- Babzsák a fejen: Babzsákot egyensúlyozva a fejen kell különböző cselekvéseket végezni.
- Zárt áramkör: Párosával mennek a gyerekek a padok között. Az első hátrafelé tart két botot, a második előre, hogy a hegyük összeérjen.
- Figuraalakítás: Egy eldobott rongybabá véletlenszerű leesésének utánzása, egyszerű formák leképezése a testükkel.

Síkbeli tájékozódás

A gyerekek iskolai munkája során fontos, hogy síkban is jól tájékozódjanak. Azoknak a gyerekeknek, akik egészen kis koruktól fogva gyakorolják a téri tájékozódást játékos feladatokon keresztül, ez nem jelent problémát. Ha a térben való orientáció nem automatizálódik, akkor a gyerekeket kudarcok érik, és ez hosszú távon kihat az iskolai tanulmányaikra is. Amikor a térben már jól tájékozódik a gyermek, következhet a síkbeli tájékozódás fejlesztése is, ahol egy lapon a már térben megismert fogalmakat is beazonosítjuk: baloldal - jobboldal, fent - lent, balra - jobbra, felfelé - lefelé. Ehhez érdemes kezdetben a szív rajzát a lap bal oldalára, a kéz rajzát a jobb oldalra rajzolni. A későbbiekben majd ezek a

jelzések is segíthetik annak megtanulását, hogy olvasáskor, íráskor a papíron mindig balról-jobbra haladva tájékozódunk, balról jobbra haladva értelmezzük az ott található információkat. Ha a gyermek nem szívesen vesz a kezébe zsírkrétát, színeket, célszerű az ujjal való rajzolással kezdeni. Például mutatóujjal műanyag felületre kilöttyintett vízbe rajzolunk, festékbe mártott ujjal hagyunk nyomot a felületen. Rajzolhatunk az ujjunkkal homokba, lisztbe, vagy egyszerűen csak a földre.

Fokozatok a síkbeli tájékozódás fejlesztésében:

- Függőleges síkban (melynek viszonyfogalmai azonosak a téri tájékozódással)
- Vízszintes síkban: - földön, szőnyegen, - asztalon, - A3-as lapon - kisebb lapon.

A síkbeli tájékozódáshoz kapcsolódó játékok:

- A klasszikus labirintus játék, szórakoztató. A gyerekeknek először csak az ujját kell használnia ahhoz, hogy a kapott formát átvezesse a falak között úgy, hogy megtalálja a kiutat, majd krétával, ceruzával dolgozhat.
- Minden gyermek kap egy - egy képet, alsóneműbe öltözött gyerekekről. Mindenki kiválaszthatja, milyen ruhadarabokat szeretne az adott gyerekekre adni. Alkalmas még az időjárás - öltözködés - évszakok témakör gyakorlására is.
- Különböző iránylépegetős feladatok.
- Kövesd a vonalak útját, pontok összekötése, utak megrajzolása.
- Fejezd be, egészítsd ki, rajzolj te is.
- Keresd meg azt, amelyik olyan, mint az első.
- Melyik néz másfelé, melyik fordul más irányba, mint a többi.
- Melyik megy balra, jobbra?

Időérzékelés, tájékozódás időben

Az idő múlásának felismerése, az időtartam becslése, az időben való tájékozódás és meghatározás, valamint az idő fogalmának kialakulása a gyermek tapasztalataira támaszkodó gondolkodás eredménye. Az időészlelés leggyakrabban az események egymásutániségének észlelése. Az idői észlelés fejlesztésének egyik célja, hogy elősegítse az időben való tájékozódást. Ezt játékos gyakorlással segíthetjük a gyerekeknél. A ciklikusan visszatérő események elősegítik az időélmény megtapasztalását.

- Egy napon belüli időbeli tájékozódás, napszakok megfigyelése, sorrendje, napszakok eseményei, napi események, időtartam.
- Tevékenységekhez, jelekhez kötve tájékozódási gyakorlatok a hét napjai között, saját életével kapcsolatos események időbeli sorrendjének meghatározása.
- Évszakok.

- Egyéni ünnepek, dátumok időrendje.
- Az eltelt idő érzékeltetése.
- Eseménysor összeállítása (képek).

Kinesztetikus észlelés

A mozgásos észlelést a szakemberek kinesztetikus észlelésnek nevezik. A kinesztetikus észlelés saját testünk helyzetéről informál minket. Ezért tudunk behunyt szemmel mozgásokat végrehajtani, illetve ha valaki a hátunkra rajzol egy formát, felismerjük, esetleg lerajzoljuk vagy mozgással utánozzuk. Segítségével tudunk megadott mintát rajzolni, akkor is, ha közben nem látjuk a kezünket.

- Játék a csavaros tetőkkel: Néhány különféle méretű csavaros üveget gyűjtünk, és a játék előtt minden résztvevő megnézegetheti, kipróbálhatja őket. A gyermek leül az elhelyezett üvegek elé, bekötjük a szemét és a tapintására hagyatkozva megpróbálja összepárosítani az üvegeket a megfelelő tetőkkel. Nagyon érdekes tapasztalat, hogy a tető rácsavarását az üvegre az egyik érzékszerv - a látás - kiiktatásával végrehajtani.
- Az Ólomkatona és a Rongybaba: feszítő-lazító gyakorlat ez a játék.
- Mi van a kosárban? A letakart kosarat, melyben különféle dolog van, körbeviszem, és mindenki keressen benne legalább egy olyan dolgot, amit tapintással felismer. A tárgyat kézbe veszi, kitapogatja, megpróbálja felismerni.
- Hátunkra rajzolt formát kell mozgással ismételni, megnevezni, lerajzolni.
- Gesztenyeszedés: A gyerekek felállnak nagy körben. Jelre elkezdik gyűjteni a teremben (udvaron) szétszórt gesztenyét. Mindenki megpróbálja megszámolni a saját gyűjteményét. Nehezíthetjük a feladatot, ha nemcsak gesztenyét, hanem diókat, makkot, kavicsokat, apró építőjátékokat is szétszórunk, majd csak a gesztenyét gyűjtjük. Nagyobb figyelmet igényel így a feladatvégzés. Nagycsoportos gyerekekkel bekötött szemmel is játszhatjuk.

Megosztotta: Grósz Tünde
óvodapedagógus