

Δραστηριότητα

«Κινούμαι μαζί με τη μουσική»

Περιεχόμενο Διδασκαλίας

Η συγκεκριμένη δραστηριότητα περιλαμβάνει στοιχεία κίνησης και μουσικής. Το παιδί μέσω των στοιχείων αυτών, έχει τη δυνατότητα να εκφράζεται ελεύθερα, να απελευθερώνει την ενέργειά του, να εκτονώνεται, καθώς και να αναπτύσσει τις κινητικές του δεξιότητες με μεγάλη ευχαρίστηση.

Μέθοδος Διδασκαλίας

Η μέθοδος διδασκαλίας που θα χρησιμοποιηθεί για την δραστηριότητα είναι η βιωματική μάθηση

Μέσα για την υλοποίηση της δραστηριότητας

- Μουσική: ένα αγαπημένο τραγούδι του παιδιού
(ή μια ιδέα: <https://www.youtube.com/watch?v=f55BdS9dQMM>)
- Καρτέλα κινήσεων → βρίσκεται παρακάτω, μπορείτε να την εκτυπώσετε
- Ένα μπαλόνι

Περιγραφή / Διαδικασία εκτέλεσης δραστηριότητας

- Εκτυπώνουμε την καρτέλα κινήσεων
- Επιλέγουμε έναν χώρο, στον οποίο μπορούμε να κινούμαστε ελεύθερα και με ασφάλεια.
- Η δραστηριότητα ξεκινάει με τη μουσική.




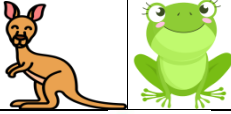



Όσο παίζει η μουσική, εκτελούμε τις κινήσεις που προτείνει η καρτέλα μας. Όταν σταματάει η μουσική, σταματάμε, ξεκουραζόμαστε και προετοιμαζόμαστε για την επόμενη κίνηση/άσκηση.

Σημαντική η επίβλεψη του γονέα, κυρίως για την έναρξη και την παύση της μουσικής. Φροντίζουμε η διάρκεια της κίνησης/άσκησης να είναι περίπου 15-20 δευτερόλεπτα (ανάλογα με την άσκηση, π.χ. οι ασκήσεις με άλματα είναι περισσότερο κουραστικά), καθώς και η παύση αρκετή (περίπου 20 δευτερόλεπτα) για να υπάρχει χρόνος για την ξεκούραση του παιδιού.

Καρτέλα κινήσεων

Όσο παίζει η μουσική:		
1.		Τρέχω ελεύθερα στο χώρο ή τρέξιμο επί τόπου.
2.		Κάνω jumping jacks..!! <i>(ανοιγοκλείνω με ένα άλμα χέρια πόδια ταυτόχρονα, όπως στην εικόνα αριστερά)</i>
3.		Κάνω αλματάκια στο ένα πόδι-κουτσό <i>«...στη συνέχεια, αλλάζω πόδι»</i>
4.		Μιμούμαι το περπάτημα ενός ζώου..!! <i>Για παράδειγμα: μπουσουλάω σαν τη γάτα, πήδημα του καγκουρό ή του βατράχου, πέταγμα πουλιού</i>
5.		Παίρνω ένα μπαλόνι και: Προσπαθώ να το κρατήσω στον αέρα χωρίς να πέσει κάτω. <i>«Μπορείς να κάνεις το ίδιο με 2 μπαλόνια; Μπορείς να δοκιμάσεις..!!»</i>
6.		Βάζω το μπαλόνι ανάμεσα στα πόδια μου και περπατάω χωρίς να πέσει.
7.		Χορεύω ελεύθερα..!!

Στο τέλος της διαδικασίας μπορεί το παιδί να σημειώσει, ποια κίνηση/άσκηση του φάνηκε εύκολη ή δύσκολη.

		Εύκολη;	Δύσκολη
1.			
2.			
3.			
4.			
5.			
6.			
7.			

Μπορείτε να φτιάξετε τη δική σας καρτέλα κινήσεων.

Όσο παίζει η μουσική:		
1.	
2.	
3.	
4.	
5.	
6.	
7.	

Καλή διασκέδαση..!!!

