,,LIBIKÓKA”

JÁTÉKOS, ZENÉS, MOZGÁSFEJLESZTŐ, EGYENSÚLYFEJLESZTŐ GYERMEKTORNA

Mozgásfejlesztő játékok, egyensúlyfejlesztő mozgások különféle mozgásfejlesztő eszközökkel, segítséggel, differenciált feladatadással, egyéni képességek figyelembe vételével. Cél az egyensúly, mobilitás fejlesztése, mozgások (szem-láb, szem-kéz koordináció fejlesztése, mozgás összerendezettség fejlesztése), helyes testtartás, helyes légzés kialakítása, megtanulása, ehhez különféle fejlesztő eszközök alkalmazása, használata. Tartásjavító mozgások, lábtorna, mobilizáló gyakorlatok, prevenciós jellegű mozgások alkalmazása a foglalkozások alatt.

Különféle játékos tevékenységek, akadálypályákon való járás-futás gyakorlatok, szökdelések, ugrások szerekről szerekre, szerekről segítséggel, és önállóan. Cél az ügyesség, gyorsaság, erő fejlesztése, törzsizmok, helyes testtartásért felelős izmok, lábizmok fejlesztése különféle játékos gyakorlatok segítségével.

Prevenció: a mozgásfejlesztő játékok, gyakorlatok segítik megelőzni a későbbi tartáshibák, láb boltozati elváltozások kialakulását.

A játékos, zenés mozgással, a sokféle fejlesztő eszközök használatával a gyerekek megszeretik a rendszeres testmozgást, önértékelésük, önbizalmuk pozitív irányba fejlődik. A differenciált feladatadás, segítségnyújtás lehetővé teszi, hogy képességeik szerint fejlődjenek.