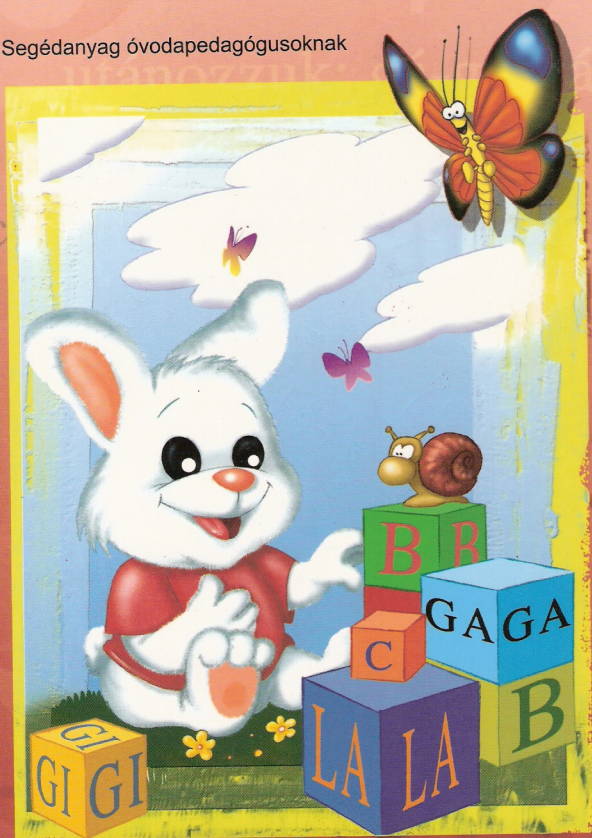


Gönczö Ferencné

Beszédfejlesztés és anyanyelvi nevelés

Segédanyag óvodapedagógusoknak



Gönczö Ferencné

Beszédfejlesztés és anyanyelvi nevelés

Segédanyag óvodapedagógusoknak

TÓTH KÖNYVKERESKEDÉS ÉS KIADÓ KFT.

Beszédfejlesztés és anyanyelvi nevelés lehetőségei és javítási területei

A beszédfejlesztés területei kölcsönhatásban vannak egymással. Beszédhiba-javítást, beszédfejlesztést – fokozott beszédszervi mozgásügyesítés és hallási figyelem serkentése – a beszédhibáknak megfelelő speciális gyakorlatokkal végezzük. Ezek a következők:

I. Motoros fejlesztő gyakorlatok

1. AJAKTORNA:

kerekítés, terpesztés, pattintás, zöngésítés, zöngétlenítés;

2. NYELVTORNA:

– szájtéren kívül pl.: cicanyalogatás;

– szájtéren belül, fogsor mögött.

3. AJAK- ÉS NYELVTORNA KOMBINÁLÁSA

4. FÚVÓGYAKORLATOK ÉS LÁGYSZÁJPAD-GYAKORLATOK:

gyertyafújás, szappanbuborék, célba fújás stb.

5. LÉGZÉS:

szövegmondás, rövidebb-hosszabb ki- és belégzés.

6. RITMUS:

minden játék egyben a ritmusfejlesztést is magába foglalja. Vagyis a szájtorrát ritmusra gyakoroljuk.

Eszközei: labda, karika, ritmusbot, utánzómozgás, taps, dobantás, kopogás, jobb-bal, kéz-láb, külön-külön, együttmozgó ének, zene.

II. Oldó-lazító gyakorlatok:

Görcsösséget hangringató gyakorlatokkal és megfelelő pszichés hozzáállással oldjuk meg. Mindez a magánhangzók, a helyes egyéni alapzöngé és az ideális hangmagasság kialakítását is elősegíti. (Pl.: hangringató, beszédserkentő játékok.)

III. Auditív fejlesztő gyakorlatok:

1. Hangutánzóok;
2. hangfelismerők;
3. hangot, ritmust differenciálók, fonémahallást fejlesztők, analizálók, összehasonlítóok.

IV. A koordinációt, folyamatosságot, az aktív élő beszé- det elősegítő gyakorlatok:

A kéz-, láb-, törzs-, száj-, kéz- és testmotorika bekapcsolásával a finom-
motorika koordinálását, a helyes ejtést segítjük, a vers, a próza, ének
szituációsjáték, -beszéd gyakorlásával szinte valamennyi játékban.

Mindezeket az óvodás testnevelés, mozgásos, énekes bábozható játékok
keretében lehet gyakoroltatni.

Kiscsoport

(Csak januártól!)

1. HÉT:

1. LÉGZŐGYAKORLATOK:

- Térdeljetek le, a kezeteket tegyétek csípőre, fújjunk tüzet.
- Lihegjünk, mint a kiskutya.

2. SKÁLÁZÁS:

- a-a-a-a-a-a-a;
- u-u-u-u-u-u-u;
- va-va-va-va-va;
- vu-vu-vu-vu-vu.

3. AJAKTORNA, NYELVTORNA:

- kutyaugatás: vau, vau;
- kutyavonítás: vaúúúú, vaúúúú.

4. NAGYMOZGÁSOKKAL KÍSÉRT SZÖVEGMONDÁS:

Álljatok négykézlábra, és járjatok körbe, mint a sánta kutya, közben mondjátok a következő mondókat:

*Fáj a kutyámnak a lába,
Mert megbotlott a szalmába.
Ördög vigye a szalmáját,
Mért bántotta kutyám lábát.*

2. HÉT:

1. LÉGZŐGYAKORLAT:

- Egyik kezeteket tegyétek csípőre, a másik kezetek mutatóujja egy szál gyertya: fújjuk a gyertyát – gyengén – majd erősen...
(Ügyeljünk a helyes légzésre: orron be, szájon ki, csücsörlítéssel!)

– Képzeltbeli léggömböt fújunk, kezünkkel jelezzük a léggömb növekedését, amikor már jó nagy, lassan eresszük le, vagy hirtelen durantsuk el (tapsoljunk egy nagyot).

2. AJAKTORNA, NYELVTORNA:

- cicanyalakodás, hancizás;
- törökülés, tenyerünk a kistányér, tej van benne, lefetyeljük ki a nyelvünkkel, nyaljuk körbe a szánkat, majd a bajszunk hegyét is;
- cichahancizás – kézháton erőteljes légmozgással tüsszentés.

3. SKÁLÁZÁS:

- i-i-i-i;
- a-a-a-a;
- u-u-u-u.

4. HANGUTÁNZÁS:

minyau... minyau.

5. NAGYMOZGÁSSAL KÍSÉRT SZÖVEGMONDÁS:

*Kőkerítés szélénél
tarka macska üldögél.
Észreveszi a kutyát,
Mégmássza a szilvafát.*

(Weöres S.: *Bodri*)

– Guggoljatok le, majd lassan emelkedjétek fel, a kezeteket is emeljétek fel, mintha fára másznátok.

3. HÉT:

1. LÉGZŐGYAKORLAT:

- Papírszeletet tegyünk a szánk elé, szívjuk be a levegőt, majd gyorsan fújuk ki, hogy a papír elrepüljön.
- Hajtsátok hátra a fejeteket, tegyetek papír zsebkendőt vagy szalvétát a szátokra, és fújjatok egy nagyot, hogy a papír felszálljon (rakéta).

2. SKÁLÁZÁS:

- szi-szi-szi-szi... si-si-si-si;
- sze-sze-sze-sze... se-se-se-se;
- sza-sza-sza-sza... sa-sa-sa-sa.

3. KÉPES KÁRTYÁK KIVÁLASZTÁSA, HANGUTÁNZÁS (ZÖNGÉTTLEN):

kígyó: sz... Mutassátok a kezetekkel a kígyó mozgását!

vonat: s...

(Egy foglalkozáson csak zöngétlen vagy csak zöngés hangot gyakoroltassunk, mindkettőt egy alkalommal nem szabad!)

4. MONDJUNK „KÍGYÓ” ÉS „VONAT” SZAVAKAT:

- szár, szírom, szín, szén...
- sír, sál, síkos...

5. NAGYMOZGÁSSAL KÍSÉRT SZÖVEGMONDÁS:

Szálljatok be a vonatba!

(A vers dinamikájának megfelelően a mozgás gyorsasága változik.)

s-s-s-s

Beh, sok súly

Meg se mozdul

Friss szenet, ha bekapok

Messze, messze szaladok.

4. HÉT:

1. LÉGZŐGYAKORLAT:

- papírzacskó fúvása (eldurrantása);
- fújjunk pálcikáról lelógó papírgombócot.

2. SKÁLÁZÁS:

- za-za-za... zsa-zsa-zsa...
- zi-zi-zi... zsi-zsi-zsi...
- zu-zu-zu... zsu-zsu-zsu...

3. KÉPES KÁRTYÁK KIVÁLASZTÁSA, HANGUTÁNZÁS (ZÖNGÉS):

- repülő, -zs-;
- méhecske, -z-.

Utánozzátok a mozgásukat, képezzetek méhecskét az ujjatokból: a gyűrűst és a középsőt zárjátok össze, a kicsi és a mutatóujjak a szárnya, ezeket tartsátok ki.

4. MONDJUNK „REPÜLŐ” ÉS „MÉHECSKE” SZAVAKAT:

- zsák, zseb, Zsuzsi...
- zúz, zizi, zár...

5. NAGYMOZGÁSOKKAL KÍSÉRT SZÖVEGMONDÁS:

Álljatok szembe egymással, fogjátok össze a kezeteket!

Zsipp-zsupp,
Kenderzsupp,
Ha megázik, kidobjuk,
Zsupp! – Hintáztassatok!

5. HÉT:

1. LÉGZŐGYAKORLAT:

- Kézfejre helyezett vattapihe lefújása (orron be, szájon ki).
- Bugyborékolatás (szívószállal vízbe fúvás).

2. SKÁLÁZÁS:

- ci-ci-ci-ci... csi-csi-csi-csi;
- ca-ca-ca-ca... csa-csa-csa-csa;
- cu-cu-cu-cu... csu-csu-csu-csu.

3. KÉPESKÁRTYA-VÁLOGATÁS, HANGUTÁNZÁS (ZÖNGÉTLEN):

- Keressetek olyan kártyát, amilyen nálam van! Fordítsátok felém!
cica, -c- (Hívjuk a cicát ujjunkat be-begömböltve.)
csap, -cs-
csibe, -csip-csip- (Ujjunkkal utánozzuk a csibe csőrének nyitó-záró mozgását.)

4. MONDJUNK EZEKKEL A HANGOKKAL SZAVAKAT!

cin-cin, cincog, citrom, círóka, cammog, csibe, csap, csacsi, csákó,
csoszog, csúszda, csikorog

5. NAGYZOZGÁSOKKAL KÍSÉRT SZÖVEGMONDÁS:

– Üljetek egymással szemben terpeszlásban, a talpatokat tegyétek
össze! Fogjátok meg egymás kezét, és húzzátok egymást előre-hátra.

*Csacsi híz kicsi kocsit,
Kicsi kocsi nyekereg.
Hej, te gazda, lusta gazda,
Zsírozd meg a kereket!*

6. HÉT:

1. LÉGZŐGYAKORLAT:

– hosszú belégzés orron – hosszú kilégzés szájon;
– hosszú belégzés orron – gyors kilégzés szájon.

2. SKÁLÁZÁS:

– la-la-la-la..., ga-ga-ga-ga;
– li-li-li-li..., gá-gá-gá-gá;
– ba-ba-ba-ba..., gi-gi-gi-gi.
(Ügyeljünk az ajakkerekítésre és ajakterpesztésre!)

3. MUTATOK KÉPEKET, MONDJÁTKOZ MEG, MIT LÁTTOK!

liba – utánozzuk: gá-gá-gá-gá;
gereblye, gally, gólya, gomba, gomb.

4. NAGYZOZGÁSSAL KÍSÉRT SZÖVEGMONDÁS: gólyajárás

*Hosszú lábú gólya bácsi
mit akar ma vacsorázni?
Békacombos brekeke
ejnye, bizony jólesne.*

7. HÉT:

1. LÉGZŐGYAKORLAT:

- Vegyétek elő a gyertyákat és fújjátok, távolítsátok a gyertyát a szátoktól és erősen fújjátok, hogy akkor is érezzétek a levegőt az ujjatokon. Visszafelé is, csak most mindig gyengül a fújás ereje.
- Gyertyalángfújás erős „p” és „t” hangoztatásával.

2. SKÁLÁZÁS:

- pa-pa-pa-pa... ta-ta-ta-ta... tya-tya-tya-tya;
- pe-pe-pe-pe... te-te-te-te... tye-tye-tye-tye;
- pi-pi-pi-pi... ti-ti-ti-ti... tyi-tyi-tyi-tyi.

3. MONDJUNK SZAVAKAT LABDAGURÍTÁSSAL!

papa, pipi, tipeg-topog, patak, tata, tojás, tank, totyog, tánc, Tóni, ping-pong

4. NAGYMOZGÁSOKKAL KÍSÉRT SZÖVEGMONDÁS MONDÓKÁVAL:

- Jár a toronyóra*
- tik-tak, tik-tak* (törzshajlítás jobbra-balra)
- a zsebóra azt kattogja*
- tiki-taki, tiki-taki* (fejbiccentés jobbra-balra)

8. HÉT:

1. LÉGZŐGYAKORLAT:

- Kezeteket tegyétek az állatok alá úgy, hogy a tenyeretek lefelé nézzen, fújjátok az állatok irányába a kezetekre.
 - Most a homlokotokhoz tegyétek a kezeteket, és az orrotok irányában fújjátok a tenyeretekre!
- (Ügyeljünk a helyes légzéstechnikára: orron be, szájon ki.)

2. SKÁLÁZÁS:

- ba-ba-ba-ba... da-da-da-da;
- be-be-be-be... de-de-de-de;
- bo-bo-bo-bo... do-do-do-do;
- bu-bu-bu-bu... du-du-du-du.

3. MUTATOK KÉPEKET! NEVEZZÉTEK MEG ŐKET!

Pl. baba, bárány, boci, duda, dongó.

4. NAGYMOZGÁSSAL KÍSÉRT SZÖVEGMONDÁS MONDÓKÁRA:

Guggoljatok le, jól gömbölyödjetek össze, lassan emelkedjete fel, majd jó magasra nyújtózkodjatok fel.

*Kicsi vagyok, székre állok,
onnan egy nagyot kiáltok,
hogy mindnyájan meghalljátok,
boldog új évet kívánok!*

9. HÉT:

1. LÉGZŐGYAKORLAT:

- Üljetek szembe egymással az asztalnál, kezeteket fogjátok össze, ez lesz az alagút. Fújjátok át egymásnak a pingponglabdát! (Légzés-technikára ügyeljünk!)

2. AJAKTORNA, NYELVTORNA: „manócska”-játék

Mindenkinek van egy kis házikója (a fejed),
a háznak van ablaka (a szemed),
a háznak van kapuja (a szád),
a háznak van rácsos kapuja (a fogad),
a házikóban van a manócska (a nyelved).

Csukd be az ablakot – nyisd ki az ablakot,
tárd ki a nagy kaput – csukd be a kaput,
tárd ki a rácsos kaput – csukd be.
Szép, napos idő van, kiszalad a manócska.
Esik az eső, beszalad a manócska.

Kukucs kál jobbra-balra. Sepreget ide-oda. Körbeszalad.
Gombócot eszik jobbra-balra. Hintázik előre-hátra. Lovacskázik.

3. MUTATOK KÉPEKET! NEVEZZÉTEK MEG!

maci, méz, majom, malac, mókus

4. NAGYMOZGÁSOKKAL KÍSÉRT SZÖVEGMONDÁS:

Mackó brummog c. dal énekelgetése mackójárást utánozva.

*Mackó brummog,
Irgum-burgum,
Bundám rongyos,
Azért morgom.*

10. HÉT:

1. LÉGZŐGYAKORLAT:

– Papírpillangó felfüggesztése hurkapálcikára (cérnával).
„Röptessük meg a pillangókat”: szájon belégzés, orron kifújás.

2. AJAKTORNA, NYELVTORNA:

– csacsi – iá-iá (ajakterpesztés és -kerekítés);
– farkas – au-aú;
– zsiráf felnyúl a fára – nyelv az orr felé;
 lehajol inni – nyelv az áll felé mozog;
– kutya csóválja a farkát – a nyelvet a jobb és bal szájzugba dugni
 gyorsan.

3. MUTATOK KÉPEKET:

kakaskép: kukurikú, koca, kocog;
gólyakép: gereblye, garázs, Gazsi;
egérkép: cin-cin, cincog, cammog.

4. NAGYMOZGÁSSAL KÍSÉRT SZÖVEGMONDÁS:

Gólyajárás a térben a következő mondókára:

*Bújj be béka a bokorba,
erre lépdél most a gólya,
ha rátalál hosszú csőre,
nem megy többet esküvőre.*

11. HÉT:

1. LÉGZŐGYAKORLAT:

- szagoljuk meg a virágot;
- bűvár – szívjuk tele a tüdönket jó sok levegővel, és nagyon-nagyon lassan engedjük ki.

2. AJAKTORNA, NYELVTORNA:

- baba: oá-oá (ajakcsücsörítés és -kerekítés);
- kismalac: ui-ui (ajakcsücsörítés és terpesztés);
- oroslán eszi a húst: a nyelvünket az alsó majd a felső ajkunkra harapjuk;
- lovacska: csettintés;
- hinta: előre-hátra.

3. SKÁLÁZÁS:

- mi-mi-mi-mi;
- mú-mú-mú-mú;
- mí-mí-mí-mí.

4. KÉPVÁLOGATÁS:

maci, méz, madár, mókus, narancs, nád.

5. NAGYZOZGÁSSAL KÍSÉRT SZÖVEGMONDÁS MONDÓKÁRA:

Feküdjetek hanyatt és az azonos oldalon levő kezeteiket és a lábatokat emelgessétek fel-le, váltakozva mindkét oldalon.

*Dirmeg-dörmög a medve
Nincsen neki jókedve.
Alhatnék, mert hideg van,
Jó lesz bent a barlangban.* (ÉNO 13.)

12. HÉT:

1. LÉGZŐGYAKORLAT: vattafoci

Vattából kis golyót gyúrunk, és az asztalra tesszük. A gyerekek körülállják, és fújják egymásnak. Akinél leesik a földre, gólt kapott.

2. AJAKTORNA, NYELVTORNA:

- cica: miau-miau;
- mentőautó: néné-néné-néné, nínó-nínó-nínó.

3. SKÁLÁZÁS:

- re-re-re, ri-ri-ri, ró-ró-ró, rá-rá-rá.

4. MONDJÁTOK UTÁNAM:

répa, rigó, retek, reggel, rózsa, recseg, róka, rádió.

5. TAPSOLJUNK EGYENLETES A KÖVETKEZŐ MONDÓKÁRA:

*Répa-retek, mogyoró
Korán reggel ritkán
rikkant a rigó.*

13. HÉT:

1. LÉGZŐGYAKORLAT:

- Fújjunk léggömböt!
- Bugyborékkoltassunk vizet szívószállal!

2. AJAKTORNA, NYELVTORNA:

- kutyaugatás: vau-vau;
- boci: bú-bú-bú.
- zizi felszedése nyelvhegygel tányérból;
- gombócevés mindkét oldalon.

3. KÉPVÁLOGATÁS:

Keress ki, mutasd meg, melyik olyan, mint az enyém!
Utánozzuk: éneklős baba: la-la-la (valamelyik ismert dalra);
fájós fogú baba: já-já-já.

4. RITMUSFEJLESZTÉS: egyenletes tapsolás mondókára:

*Kicsi kutya, vekk-vekk-vekk
Csihöl-csahol bereked.
Öreg kutya vakk-vakk-vakk
ha nem muszáj, nem ugat!*

14. HÉT:

1. LÉGZŐGYAKORLAT: „harmonika” törökülésben

Üljetek le törökülésbe, fogjátok meg a fületeket! Hajoljatok az egyik, majd a másik oldalra, a könyökötökkel érintsetek meg a padlót! A hátatok legyen egyenes, ne lógassátok a fejeteket! Amikor oldalra hajoltok, az orrotokon szívjátok be a levegőt, amikor felegyenesedtek, a szátokon fújjátok ki!

2. SKÁLÁZÁS:

- a-a-a-a-a... á-á-á-á-á;
- e-e-e-e-e... é-é-é-é-é;
- i-i-i-i-i... í-í-í-í-í. (Ügyeljünk a helyes ajakállásra!)

3. LABDAGURÍTÁS:

„Mi a neved?” – óvodapedagógus gurít, a gyermek megmondja a nevét, és visszagurítja a labdát.

4. NAGYMOZGÁSSAL KÍSÉRT SZÖVEGMONDÁS:

Szemben ülnek egymással, kézfogással.

*Húzzad, húzzad magadat,
Én is húzom magamat,
szél fújja szoknyámat,
lobogtatja ruhámat,
hopp!*

15. HÉT:

1. LÉGZŐGYAKORLAT:

Nagymozgással – készítsünk csomagot a testünkből!
Térdeljenek le és jól gömbölyödjenek össze, most lassan emelkedjenek fel, a kezeteiket is emeljétek magastartásba, a tüdőtüket szívjátok teli levegővel. Hajoljatok előre, gömbölyödjének össze és fújjátok ki a levegőt.

2. SKÁLÁZÁS:

– ti-ti-ti-ti... ta-ta-ta-ta;
– li-li-li-li... la-la-la-la.

3. MUTATOK KÉPEKET, NEVEZZÉTEK MEG:

óra, béka, boci.

Utánozzuk a hangjukat: tik-tak; brekeke; bú, bú.

4. NAGYMOZGÁSOKKAL KÍSÉRT SZÖVEGMONDÁS:

– Harangozás: terpeszállás, magatartás, az ujjatokat fűzzétek össze, hajoljatok le, „bimm”, álljatok föl, kezeteiket emeljétek fel, „bamm”.
Többször egymás után.

– Órainga mozgásának utánzása, karlengetéssel jobbra-balra, tik-tak.

16. HÉT:

1. LÉGZŐGYAKORLAT:

- Térdeljetek le, kezeteiket tegyétek csípőre: fújjunk tüzet.
- Lihegjetek, mint a kiskutyá.

2. AJAKTORNA, NYELVTORNA:

- Kutyaugatás: vau, vau... (ügyeljünk a helyes szájmozgásra, felső fogsorral harapjuk meg az alsó ajkat).
- Cicanyalás, hancizás, tenyerünk a tányér, lefetyeljük a tejet, nyaljuk le a bajuszunkat, jobbra, balra, körbe.
- Kézháton hancizás erőteljes légmozgással.

3. KÉPVÁLOGATÁS:

Én mutatom, te is mutasd fel a te képedet!
macska, csap, csikó, csákó

4. KÖRBEJÁRÁS EGYENLETES TAPSSAL:

*Macska, macska,
Csacska macska
Fürge, mint a kishalacska.
Idefut, odafut,
Megpihenni sose tud.*

17. HÉT:

1. LÉGZŐGYAKORLATOK:

Vegyük elő a gyertyánkat!

- Mutatóujjunktat tegyük a szánk elé, fújjuk óvatosan, nehogy elaludjon.
- Fújjunk léggömböt, a kezünkkel mutassuk a léggömb növekedését, hosszú, lassú kilégzéssel engedjük be, vagy tapsolással pukkantsuk el.

2. AJAKTORNA, NYELVTORNA:

- Pipázzunk (hallatszik a *p* hang).
- Utánozzuk a halacszkákat (ugyanaz, mint az előző ajakmozgás, de nem hallatszik a *p* hang).
- Hintáztassuk a nyelvünket előre, hátra (a szátokat jó nagyra nyissátok ki).
- Lovacskázzunk.

3. LABDAGURÍTÁS:

Gurítom a labdát és mondok egy szót, gurítsd vissza és ismételd meg:
paripa, papa, póni, piros, Panni, pék.

4. NAGYMOZGÁSSAL KÍSÉRT SZÖVEGMONDÁS MONDÓKÁRA: lovaglás

*Gyí, te paci, gyí, paripa,
Hátadra ül a katona,
Jól megfogja a gyeplődét,
Hogy ne vessed el majd ötét.*

18. HÉT:

1. LÉGZŐGYAKORLATOK:

Hajtsátok hátra a fejeteket, tegyétek a szátokra a szalvétát, ez a rakéta. Az orrotokon szívjátok be a levegőt, a szátokon fújjátok ki. Jó erősen fújjátok, hogy a rakéta minél magasabbra repüljön.

2. SKÁLÁZÁS:

- e-e-e-e... sze-sze-sze-sze;
- é-é-é-é... zé-zé-zé-zé;
- í-í-í-í... zsi-zsi-zsi-zsi.

3. HANGUTÁNZÁS KÉPEK FELKUTATÁSÁVAL:

kígyó, méhecske, cica... mozgással is.

4. HANGUTÁNZÁS NAGYMOZGÁS KÍSÉRETÉBEN: (zs)

Guggoljatok le, ti vagytok a repülők. Lassan felszáll a repülő, emelkedjétek fel, és a kezeteket is nyújtsátok jó magasra. Közben utánozzátok a repülő hangját. Minél magasabbra emelkedik, annál hangosabban zúg. Mikor lefelé száll, egyre halkabb, és leguggolunk.

5. NAGYMOZGÁS SZÖVEGMONDÁSSAL MONDÓKÁRA:

*Cini, cini, muzsika,
táncol a kis Zsuzsika.
Jobbra dül meg balra dül
tücsök koma hegedül.*

19. HÉT:

1. LÉGZŐGYAKORLATOK:

- Pingponglabda átfújása az asztalon a szemben ülő párnak.
- Hengeres és szögletes ceruza átfújása a párnak.

2. AJAKTORNA, NYELVTORNA:

- cicahangutánzás;
- pletykázó asszonyok (így, úgy...);
- mentőautó: nénó, nénó...;
- kiabálás nagy szájnnyílással: áááá... óóóó... úúúú...;
- lassan sűrítve: áaóú... áaóú... áaóú...

3. HANGUTÁNZÁS:

méhecske, kígyó, mozdony – mozgással is.

4. HANGUTÁNZÁS NAGYMOZGÁSSAL: (s)

Álljatok fel, emeljétek fel a kezeteket, ti vagytok a kis fák. Jön a szél és fújja a fákat, sssss... Hajlítsátok a törzseteket jobbra és balra. Erősödik a szél, egyre jobban hajoljatok oldalra, majd csendesedik, most csak kicsit hajoljatok.

Fújja a szél a fákat, letöri az ágat, reccs! – és a végén a „reccs”-re leguggolnak.

20. HÉT:

1. LÉGZŐGYAKORLAT:

- Fúvás kézfejre az áll irányába, beharapott alsó ajkakkal.
- Fúvás a homlokhoz tett kéztenyérre, orr irányába kunkorított nyelvvel.

2. AJAKTORNA HANGUTÁNZÁSSAL:

síró baba: oá-oá-oá;
kismalac: uf-uf-uf;
csacsi: iá-iá-iá;
farkas: aú-aú-aú.

3. LABDAGURÍTÁS:

Mondok szavakat, mondd vissza!
csacsi, csoszog, csúszda, csík, sár, sás, sós

4. NAGYMOZGÁSSAL KÍSÉRT SZÖVEGMONDÁS:

*Csacsi híz, kicsi kocsit,
kicsi kocsi nyekereg,
Hej! Te gazda,
lusta gazda
zsírozd meg a kereket!*

Középső csoport

1. HÉT:

1. AGYTORNA:

- Gondolkodó sapka: finoman gyűrögesd a füledet fentről lefelé haladva, mintha ki akarnád simítani a kunkort a peremén.
- Keresztbe lendítés.

2. LÉGZŐGYAKORLAT:

- Térdeljetek le, a kezeteket tegyétek csípőre, fújjunk tüzet: gyengén, majd erősen váltakozva.
- Megégettük az ujjunkat, fújjuk meg, hogy ne fájjon.

3. AJAKTORNA, NYELVTORNA:

- Kutyaugatás: vau-vau (ügyeljünk a helyes szájmozgásra).
- Cicanyalakodás: kéztenyérből lefetyelés, bajusznyalás.
- Cicahepczés: kézháton erőteljes légmozgással hepczés.

4. SKÁLÁZÁS:

- a-a-a-a... e-e-e-e-e;
- sa-sa-sa-sa... se-se-se-se;
- si-si-si-si... szi-szi-szi-szi;
- sza-sza-sza... sze-sze-sze-sze.

(Ügyeljünk a helyes ajakkerekítésre, illetve ajakterpesztésre!)

5. MUTATOK KÉPEKET, NEVEZZÉTEK MEG ÉS UTÁNOZZUK A HANGJUKAT!

A mozgásukat mutassuk a kezünkkel! (s, sz zöngétlen).

Kígyó: sz-sz-sz, vonat: s-s-s.

6. NAGYMOZGÁSSAL KÍSÉRT SZÖVEGMONDÁS:

Álljatok fel, fogjátok meg egymás kezét, és kígyózva, énekelve járjatok körbe:

a) *Tekeredik a kígyó, rétes akar lenni,
tekeredik a rétes, kígyó akar lenni.*

b) Sziszegünk erre a dallamra csak hangutánzással és „i” kapcsolással:
szi-szi...

7. ÁLLJATOK EGYMÁS HÁTA MÖGÉ, ÉS FOGJÁTOK MEG EGYMÁS VÁLLÁT. VONATOZZUNK!

S-s-s,

Beh sok súly!

Meg se mozdul.

Friss szenet, ha bekapok,

Messze, messze szaladok, szaladok.

(Figyeljünk a vers dinamikájára!)

Lazítás hanyatt fekvésben: tedd az egyik kezed a hasadra, a másikat a mellkasodra. Csukd be a szemed, és képzelj el, hogy egy nagy kád meleg vízben fekszel... stb. Az óvodapedagógus szépen, halkán, lassan mesél egy kitalált mesét, amit a gyerekek is el tud képzelni kb. 3 percen belül.

2. HÉT:

1. AGYTORNA:

- elefánt;
- tengerészcsomó;
- keresztbe lendítés (ez mindig nagyon fontos a két agyfélteke együttes munkára szoktatásában).

2. LÉGŐGYAKORLAT:

- Papírszeletet tegyünk a szánk elé, nyitott szájjal be, ill. fújjuk ki a levegőt, hogy mozduljon a papír.
- „Szalvéta-játék”: hajtsátok hátra a fejeteket, tegyetek a szátokra egy papírszalvétát. Az orrotokon szívjátok be a levegőt, a szátokon erősen fújjátok ki, hogy a papír minél magasabbra repüljön fel.

3. AJAKTORNA, SKÁLÁZÁS:

- za-za-za-za... zsa-zsa-zsa-zsa;
- zi-zi-zi-zi... zsi-zsi-zsi-zsi.

4. KÉPES KÁRTYÁK KIVÁLASZTÁSA:

hangutánzás: z-zs (zöngés);

repülő: zs-zs; méhecske: z-z... – utánozzátok mozgásukat!

A méhecskeforma kialakításával az ujjak finom mozgása is fejlődik: a gyűrűs és középső ujjak a méhecske teste, a mutató- és kisujj a kitárt szárny. A hüvelykujjunkt húzzuk be.

5. MONDJUNK SZAVAKAT:

Labdagurítással, a méhecske és a repülő hangjaival!

zár, zakatol, zúz, zúza, zizi... zsák, zseb, zsinór, zsinog, Zsuzsi.

6. HANGUTÁNZÓ JÁTÉK:

A méhecskék a terem egy kijelölt pontján vannak, ez a kaptár. Az óvodapedagógus felemeli a Napot jelképező síkbábót, a méhek vidáman zümmögve röpködnek. Ha dobol, jön a vihar, a méhek bebújnak a kaptárba.

7. LAZÍTÁS HANYATT FEKVÉSSEN

3. HÉT:

1. AGYTORNA:

- indiánszökdelés;
- keresztbe lendítés;
- tengerészcsomó (a két agyfélteke összekapcsolása).

2. LÉGZŐGYAKORLAT:

Térdeljetek le, egyik kezeteket tegyétek csípőre, a másik kezetek mutatóujja a gyertya, fújjátok szépen, lassan (orron be, szájon ki).

3. LÉGZŐGYAKORLAT NAGYMOZGÁSSAL:

Testünkéből készítsünk csomagot, térdeljenek le és gömbölyödjének össze. Emelkedjenek fel, emeljétek fel a kezeteiket is magasra, és szívják a tüdőtöket levegővel. Fújjátok ki és közben gömbölyödjének össze.

4. AJAKTORNA, SKÁLÁZÁS:

ca-ca-ca... csa-csa-csa... ci-ci-ci... cu-cu-cu...

5. KÉPESKÁRTYA-VÁLOGATÁS:

Mutatom, mutasd fel:

cica: c – hívjuk begörbített ujjal;

csap: cs;

csibe: csip-csip, kezünkkel mutassuk a csibe csőrének nyitását és csukását.

6. MONDJUNK EZEKKEK A HANGOKKAL SZAVAKAT:

cin-cin, cincog, citrom, ciróka, cammog, cipő, csepeg, csoszog, csacsi, csákó, csúszda.

7. MONDJUK EL A KÖVETKEZŐ VERSET, KÖZBEN UJUNKKAL UTÁNOZZUK AZ ESŐ CSEPEGÉSÉT!

Csipp-csepp

egy csepp, öt csepp, meg tíz

olvad a jégcsap, csepereg a víz. – Taps

8. JÁRJUNK KÖRBE!

Kezünk a cintányér, üssük össze: csitt-csatt-csitt-csatt!

9. LAZÍTÁS HANYATT FEKVE

4. HÉT:

1. AGYTORNA:

– keresztbe lendítés;

– indiánszökdelés (egyszerű, ellentétes kar-láb emelés álló helyzetben);

- lábfejhajlítás;
- energiaásítás.

2. LÉGZŐGYAKORLAT:

- Búvár: szívjuk teli a tüdönket levegővel, és nagyon lassan engedjük ki, hogy minél tovább a víz alatt lehessünk.
- Szappanbuborék-fújás.

3. AJAKTORNA, NYELVTORNA, SKÁLÁZÁS:

- la-la-la-la... ga-ga-ga-ga;
- li-li-li-li... gi-gi-gi-gi;
- lá-lá-lá-lá... gá-gá-gá-gá.

(Ügyeljünk az ajakkerekítésre és ajakterpesztésre!)

- Együnk gombócot: mindkét oldalon rágjuk a nyelvünket.

4. MUTATOK KÉPEKET, MUTASD TE IS! NEVEZD MEG, MIT LÁTSZ!

- liba (utánozzuk a hangját: gá-gá, gi-gá-gá);
- gereblye, gally, gólya, gomba, fog, jég, üveg.

5. UTÁNOZZUK A LIBA GÁGOGÁSÁT ÉNEKELVE A ZSIPP-ZSUPP DALLAMÁRA, ÉS TAPSOLJUNK EGYENLETES!

5. HÉT:

1. AGYTORNA:

- keresztbe lendítés;
- indiánszökkenés;
- vádli-pumpa;
- gondolkodó sapka.

2. LÉGZŐGYAKORLATOK:

- pipa;
- halacska;
- gyertyafűvás erős, pattintott „p”-, „t” hangoztatásával.

3. AJAKTORNA, NYELVTORNA, SKÁLÁZÁS:

- pa-pa-pa-pa... pe-pe-pe-pe... pi-pi-pi-pi...
 - ta-ta-ta-ta... te-te-te-te... ti-ti-ti-ti...
- (Lovacsázzunk a nyelvünkkel!)

4. MONDJUNK SZAVAKAT LABDAGURÍTÁSSAL (HANGERŐ-SZABÁLYOZÁSSAL): olyan halkán vagy hangosan mondjátok, ahogy én mondom:

pipa, papa, póni, pingpong, Panni, Pötyi, patak, tipeg-topog, Tóni, tata, tojás, tank, talicska, tánc.

5. FINOMMOZGÁS + TAPS MONDÓKÁRA:

*Lementem a pincébe, vaját csipegetni,
utánam jött apám-anyám hátba veregetni,
nád közé bújtam, nádsípot fújtam,*

*az én sípom így szólt: dí-dá-dú,
te vagy az a nagy szájú*

(ujjcsipegetés)
(taps)
(utánzás,
ujjak apró mozgása)
(egyenletes
lüktetés, taps)

6. HÉT:

1. AGYTORNA:

- indiánszökkenés;
- keresztbe lendítés;
- pozitív pontok;
- egyensúlygombok.

2. LÉGZŐGYAKORLATOK:

- forró leves fújása;
- megsütöttük az ujjunkat, fújjuk meg;
- papírzacskó fújása, eldurantása.

3. AJAKTORNA, NYELVTORNA, SKÁLÁZÁS:

- ba-ba-ba... bá-bá-bá... be-be-be;
- bo-bo-bo... bú-bú-bú.

4. HANGFELISMERÉS, HANGDIFFERENCIÁLÁS:

Mondok „kígyó” és „vonat” hangokkal szavakat. Sziszegjetelek, ha kígyót hallotok, és utánozzátok a vonatot, ha „vonat”-hangot hallotok: szív, sík, szín, szén, sál, sár, síkos, szék, széna.

5. FINOMMOZGÁS ÉS EGYENLETES LÜKTETÉS TAPSSAL MONDÓKÁRA:

*Esik az eső, süt a nap,
Paprika Jancsi mosogat (ujjmozgással esőutánczás)
Hát az öreg mit csinál?
Hason fekszik, úgy pipál. – (egyenletes taps)*

7. HÉT:

1. AGYTORNA:

- keresztbe lendítés;
- indiánszökkenés;
- gondolkodósapka;
- elefánt.

2. LÉGZŐGYAKORLAT: orr- és szájlégzés differenciálás

- orron be – szájon ki;
- szájon be – szájon ki;
- orron be – szájon ki.

3. AJAKIZOM-ERŐSÍTÉS: *b* hangoztatása magánhangzó-kapcsolással

- ba-ba-ba... bo-bo-bo... bú-bú-bú.

4. „BOCI”-HANGGAL MONDJUNK SZAVAKAT:

baba, busz, béka, boci, bárány

5. RITMUSFEJLESZTÉS:

Egyenletes lüktetés tapssal, majd taps és térdütögetéssel váltakozva. Debrecenbe kéne menni... dallamára.

*Tehén mama bögi: múmú, hol bujkál a kicsi borjú?
A kis boci bámul bambán, itt legelgetek a pusztán.*

*Itt legelgetek a pusztán, egymagamban búsan, árván.
Bú-bú-bú-bú, bú-bú-bú-bú, ezért vagyok én szomorú.*

8. HÉT:

1. AGYTORNA:

- keresztbe lendítés;
- indiánszökkenés;
- elefánt;
- tengerészcsomó.

2. LÉGZŐGYAKORLAT:

- pingponglabda fújása a társnak ceruzából épített labirintusban oda-vissza;
- hengeres és szögletes ceruza gurítása erős fúvással.

3. AJAKTORNA, NYELVTORNA: „manócska”-játék

Mindenkinek van egy házikója – ez a fejed.

A háznak van ablaka – ez a szemed.

A háznak van kapuja – ez a szád.

Van rácsos kapuja – ez a fogsorod.

A házikóban lakik a manócska – ez a nyelved.

Csukd be az ablakot, nyisd ki az ablakot! Tárd ki a nagykaput, csukd be! Zárd be a rácsos kaput, nyisd ki a rácsos kaput! Szép napos idő van, kiszalad a manócska! Esik az eső, beszalad a manócska! Kikucskál jobbra-balra! Sepreget ide-oda! Körbe szalad jobbra-balra! Hintázzik előre-hátra! Lovacskázik! Furulyázzik!

9. HÉT:

1. AGYTORNA:

- keresztbe lendítés;
- indiánszökkenés;
- kobra;
- hintaló.

2. LÉGZŐGYAKORLATOK:

- forró leves fújása;
- papírforgó fújása.

3. LAZÍTÁS, LÉGZÉS HANYATT FEKVÉSSEN:

a kilégzés elnyújtásával „búvár”.

4. MUTATOK KÉPEKET. NEVEZZÉTEK MEG, MIT LÁTTOK!

Emeljétek fel a kezeteket, ha „kígyó”-hangot hallotok, tapsoljatok, ha „cica”-hangot (vagy cincogót).

- cipő, szőlő, szem, szánkó, száj, pereg, dísz, kocka, álarc, bicikli, kígyó.

5. NAGYMOZGÁS SZÖVEGMONDÁSSAL, MONDÓKÁRA:

Páros keresztfogás, szökdelve haladás.

*Levendula ágastul,
ugorj egyet párostul!
Azért adtam egyszer meggyet,
hogy velem is ugorj egyet!*

10. HÉT:

1. AGYTORNA:

- keresztbe lendítés;
- indiánszökkenés;
- vádlipumpa;
- lábfejhajtás.

2. LÉGZŐGYAKORLAT:

- harmonika törökülésben;
- haragos cica: „f”, „f”;
- búvár.

3. AJAKTORNA, NYELVTORNA:

- baba: oá-oá..., kismalac: ui-ui...;
- az oroszlán eszi a húst: nyelvünket a felső, majd az alsó ajkunkhoz harapjuk.

4. SKÁLÁZÁS:

mi-mi-mi... ni-ni-ni... mú-mú-mú...

5. KÉPVÁLOGATÁS:

maci, méz, málna, mókus, narancs, nád.

6. NAGYMOZGÁS: medvejárással éneklés

Mackó brummog, irgum-burgum... kezdetű dal.

11. HÉT:

1. AGYTORNA:

- keresztbe lendítés;
- indiánszökkenés;
- elefánt;
- tengerészcsomó.

2. LÉGZŐGYAKORLAT:

- szappanbuborék-fújás;
- harmonika törökülésben;

3. AJAKTORNA, NYELVTORNA, SKÁLÁZÁS: *r* hangoztatása magánhangzó-kapcsolással:

-ra-ra-ra... rá-rá-rá... re-re-re... ri-ri-ri.

4. MOTORKERÉKPÁR HANGJÁNAK UTÁNZÁSA:

r-r-r... r-r-r... r-r-r.

5. HANGFELISMERŐ JÁTÉK:

Alakítsatok ki székekből autót! Egy kosárba tegyetek képeket, takarjátok le, aki felismeri az *r* hangzós képet, beszállhat az autóba.

6. RITMUSGYAKORLAT: térdütögetéssel mondókára.

*Ritka búza, ritka árpa, ritka rozs,
Ritka kislány, aki takaros.*

12. HÉT:

1. AGYTORNA:

- keresztbe lendítés;
- indiánszökkenés;
- energiaásítás;
- hintaló.

2. LÉGZŐGYAKORLAT:

- Hosszú kilégzéssel magánhangzók ejtése:
- aaaa... áááá... eeee... éééé...;
 - lala... lala... lálá... lálá... lelele... lélélé.

3. AJAKTORNA, NYELVTORNA:

- Zizi felszedése nyelvhegygel tányérról.
- Gombócevés: mindkét oldalon rájuk meg nyelvünket.

4. MUTATOK KÉPEKET:

Kakas – utánozzuk a hangját! Keressetek olyan képeket, amelyekben a „kakas”-hang van. Tegyétek a mágneses táblára!
kutya, kígyó, kormos, katona, kút, kas, kosár (más képek is vannak közte!)

5. RITMUSGYAKORLAT: EGYENLETES LÜKTETÉS MONDÓKÁRA:

*Ötöt üt a toronyóra, bim, bam, bam.
Öreg kakas kiabál, harsány csőre be nem áll;
Kikerikí, kukorikí! Ébredjetek, hajnal van!*

13. HÉT:

1. AGYTORNA:

- keresztbe lendítés;
- indiánszökkenés;
- lábfejhajtás;
- energiaaásítás.

2. LÉGZŐGYAKORLATOK:

Hurkapálcára cérnával felfüggesztett pillangó/madár fúvása gyengébben és erősebben.

3. AJAKTORNA, NYELVTORNA:

- kiskutyá: vau, vau...;
- haragos cica: fff... fff...

4. NAGYMOZGÁS: egyenletes löktetéssel mondókára:

Kiugrott a gombóc a fazékból...

5. APRÓ ÁLLÓ EGYENESEKET RAJZOLJUNK SZÖVEGMONDÁSSAL (SZEM-KÉZ KOORDINÁCIÓ ÉS BESZÉD):

*Fű, fű, fű, szép zöld fű
Eredj ki, te zöldfűlű.*

6. LAZÍTÁS HANYATT FEKVÉSBEN

14. HÉT:

1. AGYTORNA:

- keresztbe lendítés;
- indiánszökkenés;
- elefánt;
- kobra.

2. LÉGZŐGYAKORLAT:

Csomagoljuk be a testünket, csomagoljunk be mindent, minden csomagban egy állat van, ezek hangját utánozva engedjük ki a levegőt. Ez egyben a már tanult hangok gyakorlására is szolgál.

3. MIMIKAI IZMOK ERŐSÍTÉSE:

Mosolygás, szemöldök váltakozó felhúzása, csodálkozó arc „ó”-hangoztatással.

4. NAGYMOZGÁSSAL KÍSÉRT SZÖVEGMONDÁS: szélfújta fák utánzása monodórával

Esik az eső: ujjmozgás, karok magastartásban;

fúj a szél: törzsdöntés;

nyírfa ága összeér: lassú karkörzés felfelé, fönt összeér az ujjunk;

újra össze, újra szét: lassú karkörzés lefelé;

rajta, rajta most elég: nyugodt állás, kiindulóhelyzet.

5. LAZÍTÁS HANYATT FEKVÉSBEN

15. HÉT:

1. AGYTORNA:

- keresztbe lendítés;
- indiánszökkenés;
- tengerészcsomó;
- egyensúlygombok.

2. LÉGZŐGYAKORLATOK:

- gyertya gyenge és erős fújással;
- távolítsd, illetve közelítsd a gyertyádat a szádhoz, a légmozgást mindig érezni kell az ujjon;
- készítsünk szájharmonikát: fésűre tekerjünk papírt, és húzgáljuk az ajkainkon jobbra-balra, közben addig fújunk, míg hangot nem ad.

3. MIMIKAI IZMOK ERŐSÍTÉSE:

fájdalmas, nevetős, csúfolódó arc.

4. AJAKTORNA, NYELVTORNA:

- pipázunk: hangos *p*;
- halacska: néma *p*;
- haragos cica: *f*.

5. NAGYMOZGÁS: LOVAGLÁS MONDÓKÁRA:

Pám-pám paripám
Tüzes a pipám

6. LAZÍTÁS HANYATT FEKVÉSBEN

16. HÉT:

1. AGYTORNA:

- keresztbe lendítés;
- indiánszökkenés;
- tengerészcsomó;
- egyensúlygombok.

2. LÉGZŐGYAKORLATOK:

Léggömbfújás, kezünkkel mutassuk a léggömb növekedését, majd kígyó- és vonathanggal engedjük le.

3. MONDOK SZAVAKAT, KERESSÉTEK MEG A MEGFELELŐ KÉPET!

Tegyétek a mágneses táblára a kígyó vagy a vonat képe alá!
szírom, szék, szén, sár, sín, sír, szivar

4. SZÖVEGMONDÁS NAGYMOZGÁSSAL: utánzó mozgás értelemszerűen

Szita, szita, sűrű szita...
Ma szítálok, holnap sütök.
Neked egy kis cipót sütök...
Megszírozom, megvajazom,
Mégis, mégis neked adom.

5. LAZÍTÁS HANYATT FEKVÉSBEN

17. HÉT:

1. AGYTORNA:

- keresztbe lendítés;
- indiánszökkenés;
- gondolkodó sapka;
- energiaásítás.

2. LÉGZŐGYAKORLAT:

- papírforgófújás;
- vízben bugyborékoltatás szívószállal.

3. AJAKTORNA, NYELVTORNA:

- kiskutya: vau, vau;
- cicalefetyelés, hapticzás.

4. MIMIKAI IZMOK ERŐSÍTÉSE:

mosolygós arc, vigyorgós arc, szemöldök- és homlokráncolás.

5. RITMUSTAPSOLÁS MONDÓKÁRA:

*Csiteri-csütöri csütörtök,
Dinnyét lopott az ördög.
Bugyogójába dugta,
Nem fért be a pokolba.
Öreg pásztor elfogta,
Móresre tanította.*

6. LAZÍTÁS HANYATT FEKVÉSBEN

18. HÉT:

1. AGYTORNA:

- keresztbe lendítés;
- indiánszökkenés;
- kobra;
- hintaló.

2. LÉGZŐGYAKORLAT:

- szájharmonika (fésű + papír);
- rakéta.

3. „MANÓCSKA”-JÁTÉK

4. NAGYMOZGÁS SZÖVEGMONDÁSSAL: keresztfogás és szökdelve haladás

*Hipp, hopp, haja hopp,
erre van a haja hopp,
erre ki, erre be
erre kanyarodjunk be.*

5. LAZÍTÁS HANYATT FEKVÉSBEN

19. HÉT:

1. AGYTORNA:

- keresztbe lendítés;
- indiánszökkenés;
- egyensúlygombok;
- nyakhimbálás.

2. LÉGZŐGYAKORLAT:

- Lazítás hanyatt fekvésben: fekdjjetek a hátatokra. Az egyik kezete-
ket tegyétek a hasatokra, másikat a mellkasotokra, orrotokon szívjá-
tok be a levegőt, szájatokon fújjátok ki.
- Beszédlégzés: szívjátok tele magatokat levegővel, lassan engedjétek
ki, és mondjátok a következő verset, mire a végére értek, fogyjon el a
levegő.

<i>Kicsi vagyok, székre állok,</i>	... újabb levegővétel
<i>Onnan egy nagyot kiáltok,</i>	... újabb levegővétel
<i>Hogy mindnyájan meghalljátok:</i>	... újabb levegővétel
<i>Boldog új évet kívánok!</i>	

3. AJAKTORNA:

- táncoló gyerekek: hipp, hopp...;
- kalapáló ember: kopp, kopp...;
- óra: tik-tak, tik-tak...

NYELVTORNA:

- hintáztatás, lovacska.

4. HANGERŐ-SZABÁLYOZÁS LABDÁVAL:

Gurítsd vissza, és olyan hangosan mondd, ahogyan én:

- hipp-hopp, kipp-kopp, tik-tak;
- havazik, hetedik, hull;
- kocog, kacag, kuncog;
- tekereg, tó, tű, tőr.

5. NAGYMOZGÁSSAL SZÖVEGMONDÁS MONDÓKÁRA:

Jár a toronyóra: tik-tak, tik-tak (*törzshajlítás jobbra-balra*).

A zsebóra azt kattogja: tiki-taki, tiki-taki (*fejbiccentés jobbra-balra*).

20. HÉT:

1. AGYTORNA:

- keresztbe lendítés;
- indiánszökkenés;
- gondolkodósapka;
- tengerészcsomó.

2. LÉGZŐGYAKORLAT:

- beszédleégzés;
- „testünk, a csomag” játék;
- minden gyerek valami hangját utánozva engedi ki a levegőt, a többieknek ki kell találni, mit utánozott.

3. AJAKTORNA, NYELVTORNA:

- nyusziszáj, puszidobás két ajakkal;
- húzd meg a bal füled, dugd ki a nyelved balra, ugyanez jobbra.

4. HANGVÁLOGATÁS:

Tedd a megfelelő házikóba a mágneses táblára a következő képeket:
egér, citrom, csacsi, csap, csákó.

5. MOZGÁS SZÖVEGMONDÁSSAL:

Baktat, kocog a csacsi

Diceg-döcög a kocsi (járás a szövegnek megfelelően)

21. HÉT:

1. AGYTORNA:

- keresztbe lendítés;
- indiánszökkenés;
- tengerészcsomó;
- egyensúlygombok.

2. LÉGZŐGYAKORLAT:

- bűvár;
- beszél-légzés: *Miért teve a teve?* ... (rövid légzés)
Mivel ez a neve! ... (rövid légzés)
Ha más neve volna
Már nem teve volna!

Ügyeljünk a helyes hanglejtésre is!

3. AJAKIZOM-ERŐSÍTÉS:

- sírós baba;
- mentőautó;
- pletykázó asszonyok.

4. NAGYMOZGÁSSAL KÍSÉRT SZÖVEGMONDÁS: mérlegutánzás

*Mérleg vagyok, billegek
két karomba súlyt teszek.
Óra vagyok, ketyegek
óvodába sietek.*

5. LAZÍTÁS HANYATT FEKVÉSBEN

22. HÉT:

1. AGYTORNA:

- keresztbe lendítés;
- indiánszökkenés;
- lábfejhajtás;
- energiaásítás.

2. LÉGZŐGYAKORLAT:

- szappanbuborék-fújás;
- beszédlégzés nagymozgással:

*Napsugaras nyárban
nyújtózik a nyárfa (nyújtózkodás)
Peti, Kati, Böske (kar leengedése)
Guggoljatok, csüccs le! (guggolás, leülés)*

3. HANGRINGATÁS:

mááááá má má má; maaaaa ma ma ma; meeeee me me me
+ o, ő, é, ú, ü, í.

4. RITMUSFEJLESZTÉS: magas magánhangzók gyakorlása, taps.

*Éjmélyből fölzengő
Csing-ling-ling száncsengő.
Száncsengő csing-ling-ling
Tél öblén távol ring.*

(Weöres S.: Száncsengő)

5. LAZÍTÁS HANYATT FEKVÉSBEN

23. HÉT:

1. AGYTORNA:

- keresztbe lendítés;
- indiánszökkenés;
- elefánt;
- kobra.

2. LÉGZŐGYAKORLAT:

- rakétajáték;
- szájharmonika.

3. AJAKTORNA, NYELVTORNA:

- gombócevés;
- lovacskázás;
- béka utánzása: kvák-kvák-kvák.
(*Cifra palota... dallamára*)

4. NAGYMOZGÁSSAL KÍSÉRT SZÖVEGMONDÁS:

Békaugrás mondókára.

Béka, béka, brek, brek, brek
Vasvillával kergetnek.

5. LAZÍTÁS HANYATT FEKVÉSBEN

24. HÉT:

1. AGYTORNA:

- keresztbe lendítés;
- indiánszökkenés;
- gondolkodó sapka;
- kitámasztás.

2. LÉGZŐGYAKORLAT:

- fújjunk tüzet;
- lihegjünk, mint a kiskutya;
- szájharmonika.

3. AJAKTORNA, NYELVTORNA: „manócska”-játék

4. NAGYMOZGÁSSAL KÍSÉRT SZÖVEGMONDÁS:
Sas utánzása karlengetéssel mondókára.

*Hess el sas, sastollas
Akkor vagy te hatalmas,
mikor libát lophatsz.*

25. HÉT:

1. AGYTORNA:

- keresztbe lendítés;
- indiánszökkenés;
- vádlipumpa;
- lábfelhajtás.

2. LÉGZŐGYAKORLAT:

- gyertyafúvás többszöri „p”-„t” pattintással.

3. AJAKTORNA, NYELVTORNA, SKÁLÁZÁS:

pa-pa... pá-pá... pe-pe... pi-pi...

4. NAGYMOZGÁSSAL KÍSÉRT SZÖVEGMONDÁS:

Álljatok körbe, és a labdát pattogtatva adjátok körbe a következő mondókára:

*Pattan a, röppen a pötytös labda,
Pannika, Bandika vígan dobja,
Kapd el hát!*

5. LAZÍTÁS HANYATT FEKVÉSBEN

26. HÉT:

1. AGYTORNA:

- keresztbe lendítés;
- indiánszökkenés;
- nyakhimbálás;
- hintaló.

2. LÉGZŐGYAKORLAT:

- ceruzából épített labirintusban pingponglabda fúvása egymásnak (páros játék);
- pipálás;
- halacska.

3. AJAKTORNA, NYELVTORNA:

- baba, papa, mama;
- pí-pí... pá-pá... valamelyik ismert dallamra.

4. NAGYMOZGÁSSAL KÍSÉRT SZÖVEGMONDÁS:

Lovagló mozdulatok mondókára, harántterpeszállás, előre-hátra billégés

Pám-pám, paripám, tüzes a pipám

5. LAZÍTÁS HANYATTFEKVÉSBEN

27. HÉT:

1. AGYTORNA:

- keresztbe lendítés;
- indiánszökkenés;
- kobra;
- bagoly.

2. LÉGZŐGYAKORLAT:

- hengeres és szögletes ceruza gurítása erős fúvással a társnak;
- szívószállal vízbe fúvás – bugyborékoltatás.

3. AJAKTORNA, NYELVTORNA:

hangutánzással: medve, lovacska, cica, kutya.

4. RITMUSGYAKORLAT: egyenletes lüktetés, ököllütögetéssel mondókára

*Bölcshölgy nagyapó, adsz-e tejet, nagyanyó?
Nem adhatok, mert nem jó, behullott a pondró.*

5. LAZÍTÁS HANYATT FEKVÉSSEN

28. HÉT:

1. AGYTORNA:

- keresztbe lendítés;
- indiánszökkenés;
- vádlipumpa;
- lábfejhajtás.

2. LÉGZŐGYAKORLAT: szövegmondással

Miért teve a teve? (rövid légzés)
Mivel ez a neve. (rövid légzés)
Ha más neve volna
Már nem teve volna?
(Ügyeljünk a helyes hanglejtésre is.)

3. AJAKTORNA, NYELVTORNA:

- harang hangjának utánzása: bimm-bamm, bimm-bamm;
- csengő hangjának utánzása: bimm-bimm-bimm.

4. HANGERŐ-SZABÁLYOZÁS:

Mondok szavakat, és gurítom a labdát, ugyanolyan halkan/hangosan „gurítsd vissza”, mint én!

- beteg, biceg, lehel, bömböl, csörög, mellé;
- tál, kád, csoszog, borul, szorul.

Mély hangok erősítése: a-á, o-ó, u-ú

*Kis orozslán, nagy orozslán,
hol rohangál, hol poroszkál.*

Magas hangok erősítése: i-í, ö-ő, ü-ű, e-é

*Éjmélyből fölzengő
csing-ling-ling, száncsengő.
Száncsengő, csing-ling-ling
Tél öblén távol ring.*

(Weöres S.: Száncsengő)

*Fecském, fecském, édes fecském
Vidd el az én leveleckém!
Vidd el, vidd el messze földre,
Tedd a rózsám kebelére!*

29. HÉT–30. HÉT:

Az év folyamán elsajátított, nagymozgással kísért szövegmondás és ritmusgyakorlatok mondókára.

Nagycsoport

1. HÉT:

1. AGYTORNA:

- keresztbe lendítés;
- indiánszökkenés;
- gondolkodósapka;
- bagoly.

2. LÉGZŐGYAKORLAT:

- Térdeljete le, kezeteget tegyétek csipőre, fújjunk tüzet gyengén, erősen.
- Megsütöttük az ujjunkat, fújjuk meg, hogy ne fájjon.

3. AJAKTORNA, NYELVTORNA:

- kutyaugatás: vau, vau;
- cicanyalakodás: kéztenyéren lefetyelés, bajusznyalás;
- cicahapcizás: kézháton erőteljes légmozgással.

4. SKÁLÁZÁS:

i-i-i-i-i-i-i; e-e-e-e-e-e-e; a-a-a-a-a-a; szi-szi-szi-szi; sza-sza-sza-sza...

Süssünk, süssünk valamit dallamára.

Süssünk, süssünk valamit,

Azt is megmondom, hogy mit!

Lisztből legyen kerekes,

Töltelékes, jó édes.

Sodorva, tekerve, tőróval bélelve,

Csiga-biga rétes,

Kerekes és édes.

Ügyeljünk a helyes ajakkerekítésre és ajakterpesztésre!

5. MUTATOK KÉPEKET!

- Utánozzátok a hangjukat, kezetekkel mutassátok a mozgásukat!
- kígyó: „sz” (karotok előre, hátra mozog);
 - fújja a szél a fákat: „s-s-s”.

6. NAGYMOZGÁSSAL KÍSÉRT ÉNEKLÉS:

Álljatok sorba, fogjátok meg egymás kezét, és tekeredjete be, ill. ki, mint a rétes.

Süssünk, süssünk valamit...

7. JÁTÉK:

- hívókép, kígyó: „sz”;
- az óvodapedagógusnál egy Nap képe, ha felkel a Nap, sziszegnek a kígyók, ha lenyugszik, alszanak.

8. MONDJUNK SZAVAKAT A KÍGYÓ HANGJÁVAL:

szín, szél, száll, szól, fejdísz, tolldísz, oroszlán

9. HOL HALLOD A KÍGYÓT, A SZÓ ELEJÉN, VÉGÉN VAGY KÖZBEN?

10. LAZÍTÁS

2. HÉT:

1. AGYTORNA:

- keresztbe lendítés;
- indiánszökkenés;
- elefánt;
- nyakhimbálás jobbra-balra, előre-hátra.

2. LÉGZŐGYAKORLAT:

- Papírszeletet tegyünk a szánk elé, fújjuk el, ill. szívjuk be a papírt.
- Rakétajáték: hajtsátok hátra a fejeteket, és fújjátok jó magasra a szalvétát (papír zsebkendőt, papírsíkot).

3. AJAKTORNA, NYELVTORNA, SKÁLÁZÁS:

- za-za-za-za... -zi-zí-zi-zí... -zsa-zsa-zsa-zsa... -zsi-zsi-zsi-zsi
- zsráf: felnyúl a fára – a nyelvet az orr felé mozgatni,
lehajol inni – lefelé az állunk felé mozgatjuk a nyelvet.

4. KÉPES KÁRTYÁK KIVÁLASZTÁSA:

„z-zs” gyakorlása: repülő, méhecske.
Utánozzuk a hangjukat és mozgásukat!

5. MONDOK SZAVAKAT A REPÜLŐ ÉS MÉHECSKE HANGJÁVAL, HA REPÜLŐT HALLOTOK, TAPSOLJATOK, HA MÉHECSKÉT, ZÜMMÖGJETEREK!

zár, zakatol, zsák, zseb, zúz, zizi, zsinór, Zsuzsi, zab, zúza, zsinog, zsi-
ráf.

6. TANULJUK MEG A *HÁTAMON A ZSÁKOM* CÍMŰ VERSET:

*Hátamon a zsákom,
Zsákomban a mákom,
Mákomban a rákom,
Kirágta a zsákom,
Kihullott a mákom,
Aki látja károm,
Szedje fel a mákom.*

3. HÉT:

1. AGYTORNA:

- keresztbe lendítés;
- indiánszökkenés;
- tengerészcsomó 1–2. ütem.

2. LÉGZŐGYAKORLAT:

Térdeljenek le, az ujjatok a gyertya: tegyék a szátok elé, és fújják a gyertyát; távolítsátok és közelítsétek; amikor távolodik, erősebben fúj-
játok, hogy távolabb is érezzétek az ujjatokon a levegő mozgását; ami-
kor közel van a szátokhoz, gyengén fújjátok!

3. LÉGZŐGYAKORLAT NAGYMOZGÁSSAL:

Testünkéből készítsünk csomagot; emelkedjünk fel, kezünket emeljük fel magastartásba, és közben szívjuk tele a tüdönket az *orrunkon* keresztül levegővel; most újra gömbölyödjünk össze, és engedjük ki a levegőt az eddig tanult hangok hangoztatásával: *kígyó, vonat, repülő, méhecske.*

4. AJAKTORNA:

ca-ca-ca-ca...; csa-csa-csa-csa...; ci-ci-ci-ci...; csi-csi-csi-csi...
Cirmos cica dallamára.

*Cirmos cica, haj!
Hová lett a vaj?
Ott látom a bajuszodon,
Most lesz neked jaj!*

5. KÉPESKÁRTYA-VÁLOGATÁS: HANGUTÁNZÁS FINOM MOZGÁSSAL

cica – hívjuk begörcbített ujjal;
csap – vízcsöpögés utáNZása ujjmozgással;
csibe – csörnyítés, -csukás ujjak mozgatásával.

6. TANULJUK MEG!

*Mondok kilenc állatot, c betű van benne,
mondjad velem hibátlanul, mintha könnyű lenne:
cápa, fécán, boci, paci, cinege meg katica
koca, cinke, pici maci, mondd utánam, Lacika.*

7. FINOMMOZGÁS KÍSÉRETÉBEN SZÖVEGMONDÁS:

Tóthfalusi István: *Soroló*
Jégcsap csepegő – vízcsepp utáNZása
füstifecske csevegő – csörnyítés, -zárás
csíga-bíga csoszogó – csoszogás
kicsi kacsa totyogó – totyogás

4. HÉT:

1. AGYTORNA:

- keresztbe lendítés;
- indiánszökkenés;
- lábfejhajtás;
- energiaásítás.

2. LÉGZŐGYAKORLAT:

- búvár;
- szappanbuborék-fújás.

3. AJAKTORNA, NYELVTORNA: *Kiskacsa fürdik* dallamára

- lalalalala... gagagagaga... lilililili... gigigigigi... lálálálálálá...
gágágágágá.
- Együnk gombócot, mindkét oldalon rágjuk meg a nyelvünket!

4. MUTATOK EGY KÉPET! MI VAN RAJTA?

Utánozzuk a hangját: liba – gá-gá.

5. HANGDOBÁLÁS LABDÁVAL:

Dobom a labdát, és olyan hangosan ismételd a szót, mint én: gereblye, gólya, gally, gomba, fog, rég, üveg.

6. A kettő vagy több szótagból álló szavakat tapsoljuk el szótagonként.

7. NAGYMOZGÁSSAL KÍSÉRT SZÖVEGMONDÁS: gólyajárás

*Hosszú lábú gólya bácsi,
mit akar kend vacsorázni?
Békacombot, brekeke,
ugye, bizony, jólesne!*

5. HÉT:

1. AGYTORNA:

- keresztbe lendítés;
- indiánszökkenés;
- vádlipumpa;
- gondolkodósapka.

2. LÉGZŐGYAKORLAT:

- pipa – halacska ... váltakozva;
- gyertya fújása erős pattintott „p”-, „t” hangoztatásával.
(Véletlenül se kapcsoljunk magánhangzót hozzá, pl.: pé!)

3. AJAKTORNA, NYELVTORNA: *Lipem-lopom a szőlőt* dallamára

- pa-pa-pa; pe-pe-pe; -pi-pi-pi;
- ta-ta-ta; te-te-te; -ti-ti-ti.
- Lovacskázzunk a nyelvünkkel!

4. MONDUNK SZAVAKAT!

A megfelelő képet tedd a vonat megfelelő kocsjába.

„Hol hallod?” játék: pipa, papa, póni, Panni, pötty, Tóni, tojás, tank, talicska.

5. TANULJUK MEG: a *Volt egy török, Mehemed* c. verset.

6. HÉT:

1. AGYTORNA:

- keresztbe lendítés;
- indiánszökkenés;
- pozitív pontok;
- egyensúlygombok.

2. LÉGZŐGYAKORLATOK: beszédleégzés

Kicsi vagyok, székre állok (rövid pótlevegő)
Onnét egy nagyot kiáltok (rövid pótlevegő)
hogymindnyájan meghalljátok: (rövid pótlevegő)
Boldog névnapot kívánok!

– Léggömbfújás – orron be, szájon ki.

3. AJAKTORNA, NYELVTORNA:

- farkas;
- malac;
- pletykázó asszonyok.

4. BESZÉDKÉSZSÉG FEJLESZTÉSE GESZTUSOK UTÁNZÁSÁVAL:

Weöres Sándor: *Fiúk, lányok – részlet*
Varrogat a Feri, Bözsi, jár a tű, a fonál – varrásutánzás
Kicsi Laci nézegeti – nézegetés
Ideáll, odaáll – ide-oda mutogatás kézzel
Főzöget a Feri, Bözsi, van ebéd tele tál – körkörös csuklómozgás
Kicsi Laci beleszagol – szaglászás
Ideáll, odaáll – ide-oda mutogatás kézzel

5. CSELEKVÉSEK MOZGÁSOS UTÁNZÁSA:

- mos – kezek összedörzsölése;
- teregetés – nyújtózkodás magas kötél felé;
- vasal – kéz csúsztatása asztal fölött;
- főz – körkörös csuklómozgás;
- varrás – tűfogás két ujjal és a cérna behúzása stb.

6. EMLÉKEZETFEJLESZTÉS GESZTUSJÁTÉKKAL

Találjátok ki, mit utánoztam?

7. NYELVTÖRŐ VERSIKE:

*Az ipafai papnak fapipája van,
de nem minden papi pipa fapipa,
csak az ipafai papi pipa fapipa.*

7. HÉT:

1. AGYTORNA:

- keresztbe lendítés;
- indiánszökkenés;
- elefánt;
- tengerészcsomó 1–2. fázis.

2. LÉGZŐGYAKORLAT:

- gyertyafújás;
- gyertyafújás távolítással, közelítéssel.

3. AJAKTORNA: terpesztés, kerekítés

- mentő;
- malac;
- sírós baba.

4. SKÁLÁZÁS:

- si-si-si..., szi-szi-szi..., zsi-zsi-zsi...

5. HÍVÓKÉP:

- kígyó-, repülő-, méhecskehangok mozgással.

6. HANGERŐSZABÁLYZÁS LABDÁVAL:

szív, víz, iszik, eszik, alszik, zizeg, izeg, mozog, zakatol, zseb, zsák, zsinég, zakó.

7. HOL HALLOD A KÍGYÓT?

Mit hallasz: kígyót vagy méhecskét? Emeld fel a kezed a kígyónál!

8. KAKUKKTOJÁSJÁTÉK

9. RAKJÁTOK IDŐRENDI SORRENDBE A *HÁTAMON* A *ZSÁKOM* KEZDETŰ VERS KÉPEIT!

8. HÉT:

1. AGYTORNA:

- keresztbe lendítés;
- indiánszökkenés;
- gondolkodósapka;
- pozitív pontok.

2. LÉGZŐGYAKORLAT: orr- és szájlégzés differenciálás

- orron be – orron ki;
- szájon be – szájon ki;
- orron be – szájon ki.

3. AJAKIZOM-ERŐSÍTÉS:

„b” hangoztatása magánhangzó kapcsolásával:
ba-ba-ba-ba; be-be-be-be; bó-bó-bó-bó; bú-bú-bú-bú.

4. „BOCI”-HANGGAL MONDJUNK SZAVAKAT:

baba, busz, béka, boci, bárány, bőrrönd, balta.

5. RITMUSFEJLESZTÉS:

Egyenletes löktetés tapssal, taps és térd, taps és kereszttérd
Debrecenbe kéne menni dallamára:

*Tehén mama bőgi, mú, mú,
hol bujkál a kicsi borjú?*

*A kis boci bámul bambán
itt legelgetek a pusztán.*

*Itt legelgetek a pusztán
egymagamban búsan, árván.*

*Bú, bú, bú, bú, bú, bú, bú, bú
ezért vagyok én szomorú.*

6. KÉT-HÁROM SZÓTAGOS SZAVAK TAPSOLÁSA:

e-szik, i-szik, al-szik, szil-va, ba-ba, bo-ci, te-ve

7. TAPSOLJÁTOK EL A NEVETEKET SZÓTAGOLVA!

9. HÉT:

1. AGYTORNA:

- keresztbe lendítés;
- indiánszökkenés;
- sárkányrepülő;
- kitámasztás.

2. LÉGZŐGYAKORLAT:

- ceruzából épített labirintusban pingponglabda fúvása;
- hengeres és szögletes ceruza fúvása társnak.

3. AJAKTORNA, NYELVTORNA: „manócska”-játék

4. MUTATOK KÉPEKET. NEVEZD MEG, MIT LÁTSZ!

Emeld fel a kezed, ha „kígyó”-hangot hallasz, és tapsolj, ha „cica”-hangot hallasz (vagy cincogót).
cipő, szőlő, szem, szánkó, száj, perec, dísz, kocka, álarc, bicikli, kígyó

5. NAGYMOZGÁSSAL KÍSÉRT SZÖVEGMONDÁS:

*Mackó, mackó, ugorjál!
Sűröggjél és forogjál,
Tartsd föl a mancsodat,
Tegyed szét a lábadat,
Ugorj ki!*

6. MONDJUK EL A HÁTAMON A ZSÁKOM MONDÓKÁT LÁNCSZERŰEN!

7. SZÓTAGOLJUK TAPSOLVA AZ IPAFAI PAPNAK KEZDETŰ NYELVTÖRŐ MONDÓKÁT!

10. HÉT:

1. AGYTORNA:

- keresztbe lendítés;
- indiánszökkenés;
- vádlipumpa;
- lábfejhajtás.

2. LÉGZŐGYAKORLAT:

- szájharmonika (fésű és papír);
- harmonika törökülésben.

3. AJAKTORNA, NYELVTORNA: *Én kis kertem kerteltem* dallamára

- „r” hangoztatása magánhangzó-kapcsolással;
- ra-ra-ra-ra-ra; rá-rá-rá-rá; re-re-re-re; ré-ré-ré-ré.

4. MOTORKERÉKPÁR HANGJÁNAK UTÁNZÁSA:

r-r-r-r... r-r-r-r... r-r-r-r.

5. TAPSOLJUNK EGYENLETESST A KÖVETKEZŐ MONDÓKÁRA:

*Répa, retek, mogyoró
Mind a három igen jó!
Korán reggel rózsakertben
Ritkán rikkant a rigó.*

6. TAPS ÉS KERESZTEZETT TÉRDÜTÖGETÉS AZ ELŐBBI MONDÓKÁRA.

7. NAGYMOZGÁSSAL KÍSÉRT SZÖVEGMONDÁS: páros keresztfogás, szökdelve haladás

*Pesten jártam iskolába
Térdig jártam a rózsában.
Hipp-hopp, csavarodj,
Te kis kutya, takarodj!*

11. HÉT:

1. AGYTORNA:

- keresztbe lendítés;
- indiánszökkenés;
- gondolkodósapka;
- energiaásítás.

2. LÉGZŐGYAKORLAT SZÖVEGMONDÁSSAL:

Napsugaras nyárban – levegővétel, felemelkedés,
nyújtózik a nyárfa karok: magastartásban
Peti, Kati, Böske, – levegő kifújása,
guggoljatok, csüccs le! és összegömbölyödés

3. AJAKTORNA, NYELVTORNA:

dugd ki a nyelved;
nyomd meg az orrod, emeld a nyelved az orrod felé;
nyomd meg az állad, nyújtsd a nyelved az állad felé;
nyisd nagyra a szád, szaladjon a manócska a padlásra, pincébe.

4. RITMIKUS SZÓPÁRGYAKORLATOK: tapsoljunk!

csillog-villog, ákom-bákom, inci-finci, csurran-csöppen, illeg-billeg,
éjjel-nappal, tárva-nyitva, jobbra-balra, girbe-gurba, lári-fári, dínom-
dánom, térül-fordul, nyakra-főre, mende-monda, imitt-amott.

5. TANULJUK MEG AZ EGY, MEGÉRETT A MEGGY... KEZDETŰ MONDÓKÁT!

Egy, megérett a meggy,
Kettő, csipkebokorvessző,
Három, várom a párom,
Négy, biz' oda nem mégy.
Öt, érik a tök.
Hat, hasad a pad.
Hét, kiflit süt a pék.
Nyolc, üres a polc.
Kilenc, kis Ferenc.
Tíz, tiszta tíz,
Ha nem tiszta, vidd vissza,
Ott a számár, megissza!

12. HÉT:

1. AGYTORNA:

- keresztbe lendítés;
- indiánszökkenés;
- kobra;
- hintaló.

2. LÉGZŐGYAKORLAT:

- léggömb;
- búvár;
- harmonika törökülésben.

3. AJAKTORNA, NYELVTORNA:

- zizi felszedése nyelvvel;
- gombócevés mindkét oldalon.

4. MUTATOK KÉPEKET, NEVEZZÜK MEG, UTÁNOZZUK A HANGJÁT!

kakas, béka

Keressetek olyan képeket, amelyeken a kakas hangját felismeritek! Tegyétek a mágnes táblára: kutya, kígyó, katona, kút, kas (más képek is vannak).

5. ÉNEKELJÉTEK A CIFRA PALOTA DALLAMÁRA:

Kvák-kvák-kvák-kvák-kvák, béka kiabál
kvák-kvák-kvák-kvák-kvák-kvák-kvák-kvák, áll a békabál.

6. SZÖVEGMONDÁS FINOM UJMOZGÁSSAL KÍSÉRVE:

A mutató- és középső ujjunkat függőlegesen támasszuk meg az asztalon, és lépegszünk vele tánc lépésben a *Cifra palota* dallamára. Felváltva mindkét kézzel. Lehet a békakiabálót is.

13. HÉT:

1. AGYTORNA:

- keresztbe lendítés;
- indiánszökkenés;
- egyensúlygombok;
- tengerészcsomó 1-2. fázis.

2. LÉGZŐGYAKORLAT:

- papírforgófújás;
- papírzacskófújás és eldurantás;
- „csomag” valamennyi eddig tanult hang gyakorlása.

3. AJAKTORNA:

- kiskutya;
- haragos cica;
- tehén mama;
- boci.

4. BESZÉD- ÉS ÉRTELEMFEJLESZTÉS:

Képeket mutatok. Nevezd meg!
Mondd meg, *mossuk* vagy *főzzük*?
leves, ruha, főzelék, zokni
Sütjük vagy *főzzük*?
leves, hús, sütemény, tea

5. MONDJUK EL AZ EGY, MEGÉRET A MEGGY... KEZDETŰ MONDÓKÁT LÁNCZERŰEN!

6. SZÖVEGMONDÁS FINOM UJJMOZGÁSSAL KÍSÉRVE:

Táncoltassuk meg mindkét kezünk mutató- és középső ujját az *Aki nem lép egyszerre...* kezdetű dalra. (Ha nem asztalnál ülünk, táncoltassuk a combunkon a térdünkig és vissza!)

*Aki nem lép egyszerre,
Nem kap rétest estére.
Pedig a rétes igen jó,
Katonának az való!*

14. HÉT:

1. AGYTORNA:

- keresztbe lendítés;
- indiánszökkenés;
- nyakhimbálás;
- elefánt.

2. LÉGZŐGYAKORLAT:

- igazi gyertya fújása;
- csak billenjen meg a láng;
- táncoljon a láng;
- harmonika (fésű + papír).

3. FESZÍTÉS, LAZÍTÁS ARCON:

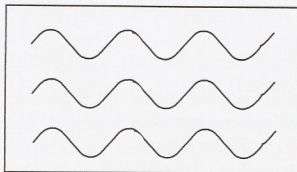
- szemöldök felrántása-elengedése;
- ajak erős csücsörítése-elengedése;
- orrlyuk tágítása-elengedése;
- orrlyuk szűkítése-elengedése.

4. BESZÉDKÉSZSÉG FEJLESZTÉSE GESZTUSOK UTÁNZÁSÁVAL:

Konyhában végezhető mozgások utánzása:
gyúrás, sodrás, ételkavargatás, mosogatás, törölgetés.

5. GRAFOMOTOROS FEJLESZTÉS: szövegmondás rajzolással egybekötve

Kis kacska fürdik... kezdetű dal hullámokban történő rajzolása.



*Kis kacska fürdik,
fekete tóban
anyjához készül,
Lengyelországba.*

6. RAKJUK IDŐRENDI SORRENDBE AZ „EGY NAPOM” CÍMŰ KÉPSORT!

Mesélj róla!

15. HÉT:

1. AGYTORNA:

- keresztbe lendítés;
- indiánszökkenés;
- sárkány;
- gondolkodósapka.

2. LÉGZŐGYAKORLAT:

Léggömbfújás – orr- és szájlégzés.

Kezünkkel mutassuk a léggömb növekedését, majd a „kígyó”- és a „vonat”-hanggal engedjük le.

3. AJAKTORNA, NYELVTORNA:

- pipázzunk – hangos „p”-hangoztatás;
- halacska – néma „p”;
- haragos cica – „f”.

4. RITMUSGYAKORLAT:

Szövegmondás tapssal és keresztezett térdütögetéssel mondókára:

*Pám-pám, paripám,
tüzes a pipám.*

5. GRAFOMOTOROS KÉSZSÉGFEJLESZTÉS:

Rajzoljuk meg a pipa füstjét hurrkolt hullámvonallal. Egy sor szöveg, egy sor hullámvonal, közben ne emeljük fel a ceruzát!

*Pám-pám, paripám,
tüzes a pipám*

6. TANULJUK MEG A *KIS BENCE* CÍMŰ VERSET!

*Egyszer volt egy kemence,
belebújt a kis Bence,
kormos volt a kemence,
fekete lett kis Bence.*

*Hazajött a mamája,
Nem ismert a fiára,
Becsukta a kemencét,
Jól elverte kis Bencét.*

16. HÉT:

1. AGYTORNA:

- keresztbe lendítés;
- indiánszökkenés;
- kobra;
- hintaló.

2. LÉGZŐGYAKORLAT:

- forró leves fújása;
- papírforgófújás;
- szappanbuborék-fújás.

3. AJAKTORNA, NYELVTORNA: „manócska”-játék

4. NEVEZZÉTEK MEG A KÉPEN LÁTHATÓ TÁRGYAKAT:

egyed, egér, elefánt, csengő, telefon.

5. HOL HALLOD AZ „E”-T?

6. PÁROS JÁTÉK MONDÓKÁRA:

Üssétek össze a párokkal a tenyereteket, másik ütemre tapsoljatok a következő mondókára:

*Egy hegy megy,
Szembe jön egy másik hegy,
Én is hegy
Te is hegy*

Nekiünk ugyan egyre megy. (Ezt a sort együtt mondják és tapsolják.)

7. ESZPERENTE: rengeteg *e*-vel szerzett nyelv

csokoládé: gyerekek kedvenc eledele

dob: feneke verve zeneszer, mellyel nem szerzel verebet

ébredtőóra: szerkezet, mely reggel csengetve felkelt

éléskamra: egerek kedvenc helye

ikrek: ketten lettek egyszerre

kályha: mellette melegedsz telente

repülőgép: kerekre szerelt fedeles szerkezet, mely fellegek felett berregve lebeg s vele sebesen mehetsz
állatkert: ketrecek, melyben ezer ... leleselkedve hever

17. HÉT:

1. AGYTORNA:

- keresztbe lendítés;
- indiánszökkenés;
- tengerészcsomó;
- egyensúlygombok.

2. LÉGZŐGYAKORLAT:

- orr- és szájlégzés differenciálása;
- orron be – orron ki; szájon be – szájon ki;
- orron be – szájon ki; szájon be – orron ki;
- orron-szájon be – szájon ki.

3. MIMIKAI IZMOK FEJLESZTÉSE:

- homlokráncolás;
- egyik, majd másik szemöldök felhúzása, majd elejtése;
- ajakcsücsörítés erőteljesen, majd elejtése;
- ajakbiggyesztés alsó, ill. felső ajakkal;
- ajakhúzóztatás jobbra-balra.

4. HANGUTÁNZÁS EGYENSÚLYÉRZÉK- ÉS FIGYELEMFEJLESZTÉSSEL:

- sántakutya-játék hangutánzással;
- békaugrás hangutánzással;
- púpos hátú cica utánzása (csak a talp és a tenyér van a földön, és nem mozdul).

5. RITMUSÉRZÉK FEJLESZTÉSE: *Süssünk, süssünk valamit* dallamára

*Hétfőn kezdem a hetet,
kedden kedvem, de remek,
szerdán reggel felkelek,
csütörtökön nevetek.*

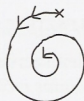
(Először tapsolva, majd váltakozva kéz, láb, taps és ütögetés.)

*Pénteken sem heverek,
szombaton sem fekhetek,
vasárnap leheverek,
befejezem a hetet.*

6. GRAFOMOTOROS FEJLESZTÉS: csigavonal

*Tekeredik a kígyó,
Rétes akar lenni.
(Bentről kifelé)*

*Tekeredik a rétes,
Kígyó akar lenni.
(Kintről befelé)*



7. MONDOK NEKTEK TALÁLÓS KÉRDÉSEKET!

a) Legyet, szúnyogcombot eszem,
de a gólyát nem szívlelem! (béka)

b) Szeretem a meleget,
és a pólyás gyereket! (gólya)

Ha kitaláltatok, utánozzátok a hangját. Rajzoljátok le! Meséljetek róla!

18. HÉT:

1. AGYTORNA:

- keresztbe lendítés;
- indiánszökkenés;
- elefánt;
- hintaló.

2. LÉGZŐGYAKORLAT:

- papírforgófújás;
- szappanbuborék-fújás.

3. AJAKTORNA, NYELVTORNA:

- mentőautó;
- pletykázó asszonyok;
- kismalac.

4. MIMIKAI IZMOK ERŐSÍTÉSE:

- mosolygós arc;
- sírós arc;
- csodálkozó arc.

5. BESZÉDKÉSZSÉG FEJLESZTÉSE GESZTUSOK UTÁNZÁSÁVAL:

A vers szövegét értelemszerűen mutogassuk el!

Ténagy Sándor: *Bolondos móka*

Hétfőn egy szem makkot leltem,

Kedden délben földbe tettem,

Szerdán este vödört vettem,

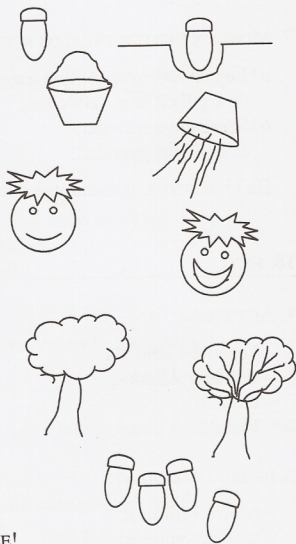
Csütörtökön megöntöztem,

Pénteken csak nézegettem,

Szombaton már büszkélkedtem,
s akár hiszed
akár nem,

Vasárnap az én tölgyfámnál,
annak mind a tíz ágáról,

száz szem makkot leszedtem.



6. MINDEN MONDATOT RAJZOLJUNK LE!

19. HÉT:

1. AGYTORNA:

- keresztbe lendítés;
- indiánszökkenés;
- egyensúlygombok;
- nyakhimbálás.

2. LÉGZÓGYAKORLAT:

- harmonika (fésű + papír);
- rakéta (szalvétával takarjuk le az arcunkat, és fújjuk föl minél magasabbra).

3. AJAKTORNA, NYELVTORNA:

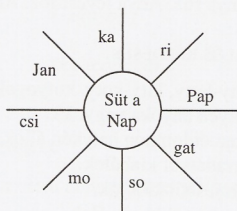
- táncoló gyerekek: hipp-hopp;
- kalapáló ember: kipp-kopp;
- óra: tik-tak.

4. RITMUSGYAKORLAT MONDÓKÁRA: tapsoljunk minden szótagra!

E-sik az e-ső, süt a Nap,
Pap-ri-ka Jan-csi mo-so-gat
Hát az ö-reg mit csi-nál,
ha-son fek-szik, úgy pi-pál.

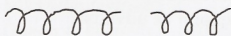
5. GRAFOMOTOROS KÉSZSÉGFEJLESZTÉS:

Rajzoljuk le az előző mondókát!
E-sik az e-ső,



hát az ö-reg mit csi-nál,

ha-son fek-szik, úgy pi-pál.



20. HÉT:

1. AGYTORNA:

- keresztbe lendítés;
- indiánszökkenés;
- vádlipumpa;
- kitémasztás.

2. LÉGZŐGYAKORLAT:

- ceruza labirintusban;
- pingponglabda fújása, páros játék.

3. AJAKTORNA, NYELVTORNA:

- nyusziszáj;
- adj puszit;
- húzd meg a bal füled, dugd ki a nyelved balra, ugyanez jobbra;
- nyomd meg az orrod, dugd ki a nyelved előre és fel;
- nyomd meg az állad és dugd ki a nyelved előre és le.

4. EMLÉKEZETFEJLESZTÉS GESZTUSJÁTÉKKAL:

Találjátok ki, mit utánoztam? A cselekvést mondatokban fogalmazzátek meg!

5. MONDATBŐVÍTÉS:

Mondok egy szót, és mindig egyre bővülő mondatokat mondjanak.
Pl. Anya főz. Anya levest főz. Anya bablevest főz.

6. TALÁLÓS KÉRDÉSEK:

- a) Kity-koty, kity-koty, kotyogok
milyen anyóka vagyok? (tyúk)
- b) Szemétdombon hetykén állok,
virradatkor kiabálok. (kakas)
- c) A tojásból kibújok,
és azonnal kapirgálok. (csibe)

Utánozzuk a hangjukat! Meséljünk róluk! Rajzoljátok baromfiudvart!
Milyen baromfit tudtok még ezen kívül rajzolni az udvarba?

21. HÉT:

1. AGYTORNA:

- keresztbe lendítés;
- indiánszökkenés;
- gondolkodósapka;
- energiaásítás.

2. LÉGZŐGYAKORLAT:

- bűvár: vegyél mély levegőt, és tartsd bent;
- harmonika: légzés törökülésben, fogd meg a füled, dülj jobbra és balra egyenes háttal, emelt fejjel, a könyököddel érintsd meg magad mellett a talajt.

3. MIMIKAI IZMOK FEJLESZTÉSE HANGADÁSSAL:

- fájdalmas arc: jaj, jaj, jaj...;
- csodálkozó arc: ó, ó, ó...;
- mosolygós: hm, hm...;
- nevetős: hi-hi-hi... ha-ha-ha... he-he-he...

4. MESÉLD EL EGY NAPODAT, MIT CSINÁLSZ EGÉSZ NAP!

5. RAKD IDŐRENDI SORRENDBE AZ „EGY NAPOM” CÍMŰ KÉPSORT!

6. KOMPLEX FEJLESZTÉS TALÁLÓS KÉRDÉSSSEL:

- a) A füledbe zizegek
meg is csíplek, ha lehet. (szúnyog)
- b) Pöttyes hátam, hártvás szárnyam,
levéltetűt eszem bátran. (katicabogár)

Ha kitaláltatok, meséljetek róluk!

7. NAGYMOZGÁSSAL KÍSÉRT SZÖVEGMONDÁS:

Játsszuk el a *Katalinka, szállj el...* kezdetű népi gyermekjátékot!

*Katalinka, szállj el!
Jönnek a törökök!
Sós kútba tesznek,
Onnan is kivesznek,*

*Kerék alá tesznek,
Onnan is kivesznek,
Imhol jönnek a törökök,
Mindjárt agyonlőnek!*

22. HÉT:

1. AGYTORNA:

- keresztbe lendítés;
- indiánszökkenés;
- lábfejhajtás;
- energiaásítás.

2. LÉGZŐGYAKORLAT: Beszédlégzés nagymozgással

Napsugaras nyárban nyújtózik a nyárfa (nyújtózkodás)
Kati, Peti, Böske (a karok leengedése)
Guggoljatok, csüccs le! (leguggolás, összegömbölyödés)

3. AJAKTORNA:

- sírós baba;
- csacsi;
- kismalac;
- farkas.

4. HELYVÁLTOZTATÓ MOZGÁS, KOORDINÁCIÓS ÉS RITMUSGYAKORLÁS:

– sánta verebek: ugráljunk körbe a termen, és énekeljük az
Ugráljunk, mint a verebek, rajta gyerekek!

5. MESÉLJÜK EL A TÖRÖK ÉS A TEHENEK CÍMŰ MESÉT, ÉS RAKJUK IDŐRENDBE A KÉPEKET! (mágneses táblára)

6. VIZUALITÁS KIZÁRÁSÁVAL TÖRTÉNŐ MOZGÁS: kinezetikus észlelés fejlesztése

- a) Cukott szemmel mozgás utánzása, majd nyitott szemmel ismételjük meg.
- b) Rajzoljunk a gyermek hátára egyszerű ábrát, és azt ismerje fel!

23. HÉT:

1. AGYTORNA:

- keresztbe lendítés;
- indiánszökkenés;
- elefánt;
- kobra.

2. LÉGZŐGYAKORLAT:

- fújjunk tüzet;
- lihegjünk, mint a kiskutya.

3. AJAKTORNA, NYELVTORNA:

- gombócevés;
- lovacskázás;
- békautánzás: kvák-kvák...

4. RITMUSGYAKORLAT:

- ritmustaps a *Cifra palota* dallamára;
- béka utánzása: kvák, kvák, kvák...

5. GRAFOMOTOROS FEJLESZTÉS MONDÓKÁRA:

Kapurajz, ne emeljük fel a ceruzát!



Túl, túl, messze túl

mi van a hegyen messze túl?

6. MONDJUK EL AZ EGY, MEGÉRETT A MEGGY... KEZDETŰ MONDÓKÁT LÁNCSZERŰEN, MAJD LÁNCSZERŰEN VISSZAFELÉ.

24. HÉT:

1. AGYTORNA:

- keresztbe lendítés;
- indiánszökkenés;
- lábfejhajtás;
- sárkányrepülő.

2. LÉGZŐGYAKORLAT:

Készítsünk csomagot a testünkéből; orron lélegezzünk be, kilégzés hangoztatással: kígyó, vonat, repülő, méhecske, medvemorgás.

3. AJAKTORNA, NYELVTORNA, SKÁLÁZÁS:

Virágéknél ég a világ dallamára

ó-ó-ó-ó-ó, ö-ö-ö-ö-ö, ú-ú-ú-ú-ú, ü-ü-ü-ü-ü

4. AZ -Ó, -Ö, -Ú, -Ü HANGOK DIFFERENCIÁLÁSÁRA:

Nevezétek meg, mit láttok a képen!

- öv, öt, ősz, őz, nő, eső, kör, vödör, ör, tőr, véső, sör, körző;
- üt, kesztyű, fűt, gyűszű, ül, ürge, üveg, tű, gyűrű;
- ló, gomb, tó, ponty;
- hús, úr, túr, nyúl.

5. EGY SZÓN BELÜLI DIFFERENCIÁLÁS:

töltőtoll, óvónő, hócipő, mozgólépcső.

6. MONDJÁTOK EL, MI A KÜLÖNBSÉG A KÖVETKEZŐ SZAVAK KÖZÖTT?

ló – lő, gomb – gömb, ont – önt, tó – tő, korom – köröm,
hús – hűs, úr – úr, gyúr – gyűr, túr – tűr, gyúl-gyүүл, begyújt – begyűjt.

7. RITMIKUS SOROK ÍRÁSA MONDÓKÁRA:

Levette a bögrécskáját,

Elővette pálcikáját

Kisértált a kapun át,

Kergette a karikát.

U

|

∩

o

U|∩o ... U|∩o

25. HÉT:

1. AGYTORNA:

- keresztbe lendítés;
- indiánszökkenés;
- elefánt;
- nyakhimbálás.

2. LÉGZŐGYAKORLAT:

Léggömb fújása: kezünkkel mutassuk a léggömb növekedését, hangutánzással engedjük le!

3. AJAKTORNA, NYELVTORNA:

- táncoló gyerekek: hipp-hopp;
- kalapács: kipp-kopp;
- óra: tik-tak;
- lovacska;
- nyelvhintáztatás.

4. TÉRI TÁJÉKOZÓDÁS FEJLESZTÉSE JÁTÉKOSAN:

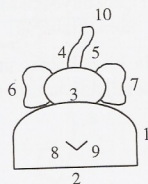
a) Dobjuk a labdát magasra fel, fel, fel...
dobjuk a földre le, le, le...

b) Tedd a babzsákot a párod elé, mögé... kérdezzük meg, hová tette, és egész mondatokban válaszoljon!

5. JÁTÉKOS VERSIKE RAJZOLÁSSAL A PONT, PONT, VESSZŐCSKE MINTÁJÁRA:

1. Ez a kupac
2. lesz a háta,
3. rajta feje,
4. s ormány-
5. kája
6. két nagy füle

7. ide még,
8. itt a
9. farka
10. ezzel kész.



26. HÉT:

1. AGYTORNA:

- keresztbe lendítés;
- indiánszökkenés;
- vádlipumpa;
- kitámasztás.

2. LÉGZŐGYAKORLAT:

- hengeres és szögletes ceruza fújása asztalon;
- pipálás;
- lovacska.

3. AJAKTORNA, NYELVTORNA: „manócska”-játék

4. TÉRI ORIENTÁCIÓ FEJLESZTÉSE TESTSÉMA SZERINT:

Kézfogas felnőttel: köszöntés, bemutatkozás. Melyik kezdeddel fogtál kezet? Emeld fel a bal kezed! Érintsd meg a bal kezdeddel a bal füled, bal térded stb. Ugyanez jobbra. Ha már biztosan végzik az azonos oldali gyakorlatot, végeztessük keresztezve!

5. TALÁLÓS KÉRDÉSEK:

- a) Házad, kerítésed őrzöm,
csaholok, ha vendéged jön. (kutya)
- b) Kocsit, hintót, ekét húzok,
hátamra ülsz és vágatok. (ló)
- c) Csökönnyösen meg-megálllok,
iá-iá, kiabálok. (csacsi)

Ha kitaláltatok, utánozzátok a hangját. Meséljete róluk, ha tudtok, mondjatok verset, mondókát! Rajzoljátok le őket!

27. HÉT:

1. AGYTORNA:

- keresztbe lendítés;
- indiánszökkenés;
- tengerészcsomó, 1-2. fázis;
- pozitív pontok.

2. LÉGZŐGYAKORLATOK:

Feküdjetek a hátatokra, tegyétek a kezetekeket a hasatokra és a mellkasotokra. Szívjátok tele magatokat levegővel és nagyon lassan engedjétek ki! Közben számoljatok. Az a legügyesebb, aki a legtovább tud számolni.

3. MIMIKAI IZMOK ERŐSÍTÉSE TÜKÖR ELŐTT

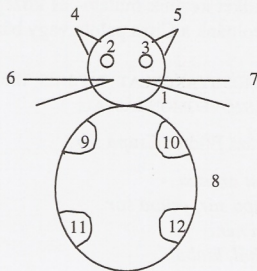
4. VIZUÁLIS MEMÓRIA FEJLESZTÉSE:

Egyszerű testmozgást bemutatás után emlékezetből kell „lemásolni, lemozogni”. Mondd meg, mit utánoztunk! (Ez lehet állatok mozgása vagy emberi cselekvés.)

5. JÁTÉKOS VERS ÉS RAJZ A PONT, PONT, VESSZŐCSKE MINTÁJÁRA:

Macska

1. Ugri-bugri
2. tarka
3. macska
4. itt a
5. füle
6. ott a
7. bajsza
8. doromboló hasikája
9. rajta
10. a négy
11. lábacs-
12. kája.



28. HÉT:

1. AGYTORNA:

- keresztbe lendítés;
- indiánszökkenés;
- hintaló;
- elefánt.

2. LÉGZŐGYAKORLAT:

- hurkapálcikáról lelégatott pillangó röptetése fújással;
- szappanbuborék-fújás.

3. AJAKTORNA, NYELVTORNA:

- pipa: hangos „p”;
- halacska: néma „p”;
- traktor: erőteljes „t”.

4. TÉRI TÁJÉKOZÓDÁS FEJLESZTÉSE JÁTÉKOSAN:

Építsünk meg egy kutyaházat. Egy gyerek járjon rajta körbe, és kérdezze meg a többiektől, hol van most. Aki ügyesen válaszol, az lesz a kutya (előtte, mögötte, jobbra, balra).

5. FINOMMOTORIKA FEJLESZTÉSE ÉNEKKEL:

Mindkét kezünk mutató- és középső ujjával lépegensünk előre, mintha táncolnánk a Cifra palota vagy bármely gyermekdal dallamára.

6. RITMUSGYAKORLAT TAPS ÉS TÉRDÜTÖGETÉSSSEL, EGYENLETES LÜKTE-TÉS SZÖVEGMONDÁSSAL:

Darázs Endre: *Csupa sár*

*Most az utca
Csupa sár, csupa sár
Sári néni
kiabál, kiabál.*

*Hallod-e,
Te macska, te macska,
Vigyázzál
A talpra, talpadra.*

7. UGYANEZ A VERS RITMUSTAPSSAL.

29–30. HÉT:

A legtöbb nagymozgással kísért szövegmondás szabadban is végezhető, vagy a találós kérdések és a ritmusgyakorlatok többsége is. Ezeket ismétljük vagy az eddigiek mintájára az óvodapedagógus is találhat ki.

Agytorna-gyakorlatok

GONDOLKODÓ SAPKA:

Fogd meg a füled úgy, hogy a hüvelykujjad legyen elől, a többi hátul. Finoman gyűrögesd fentről haladva, mintha ki akarnád simítani a hurokot.

KERESZTBE LENDÍTÉS:

Emeljétek a kezeteket oldalsó középtartásba, a bal lábatokat lendítsétek a jobb kezetekhez, majd a jobb lábatokat a bal kezetekhez.

ELEFÁNT:

Terpeszállás, emeld fel a kezedet oldalt rézsútos magastartásba, a fejedet fektesd a válladra, mutatóujjad felfelé mutat. Rajzolj a kezeddal magad előtt egy nagy nyolcast, a szemeddel kísérd az ujjad mozgását. Mindkét kézzel végezd el!

TENGERÉSZCSOMÓ:

1. Egy-kettő ütem.

A bal bokádat tedd a jobb térdedre, fogd meg a jobb kezeddal a bal bokádat, bal kezeddal a bal talpadat. Majd csináld meg a másik oldalra is, így ülj egy percig, és lélegezz mélyeket.

2. Tedd le mind a két lábadat, a kezedből az ujjaid összeérintésével formálj kupolát és tartsd a tested előtt. Lélegezz mélyeket, fontos, hogy egyenes tartással ülj!

VÁDLIPUMPA:

Fogj meg magad előtt egy kis széket, állj haránt terpeszállásba. Elöl lévő lábadat hajlítsd be, a hátul lévőket nyújtsd ki, a sarkad legyen felfelé emelve. Dőlj előre, fújd ki a levegőt, a sarkad nyomd a földhöz. Amikor kielegeztél, emeld fel a sarkad és vegyél mély lélegzetet, mindkét lábaddal végezd a gyakorlatot legalább háromszor.

INDIÁNSZÖKDELÉS:

Ellentétes kar-, lábemeléssel szökdelés.

LÁBFEJHAIJTÁS:

Tedd át az egyik lábadat a másik térdeden, a lábfejedet fel-le mozgasd, közben masszírozd a vádli és a bokád.

BAGOLY:

Fordulj a jobb vállad felé, és nézz át rajta, a bal kezeddal közben masszírozd a válladat. Majd cseréld a testtartást. Ezután ejtsd le a vállad a melledre, és lélegezz mélyeket, lazulj el. Kezdd előlről a gyakorlatot!

KOBRA:

Feküdj hasra, a lábad zárd össze, a kezed nyújtsd előre. Mint a kígyó, emeld fel a fejed és a felsőtested. A többi testrészed lazán a földön marad.

HINTALÓ:

Ülj le felhúzott lábakkal, a kezeddal támaszkodj a tested mögött, a fenekeden hintázz körbe-körbe.

NYAKHIMBÁLÁS:

Húzd fel mindkét vállad, és fejeddel biccents előre, hátra, jobbra, balra. Lélegezz mélyeket.

ENERGIAÁSÍTÁS:

Mutató- és középső ujjaiddal támaszd meg az arccsontodat. Ásíts nagyokat, közben masszírozd az izmokat.

POZITÍV PONTOK:

A szemöldököd és a hajad közötti részen a szemed fölött finoman simogasd.

EGYENSÚLYGOMBOK:

Ülj egyenesen, két ujjadat tedd a füled mögött a koponyád alatti mélyedésbe. A másik kezedet tedd a köldöködre. Lassan feltöltödsz energiával, egy perc után tedd a másik füled mögé az ujjad.

A gyakorlatok sok más gyakorlattal együtt dr. Paul E. Dennison és Gail E. Dennison *Észkapcsoló agytorna* című könyvében található.

Felhasznált irodalom

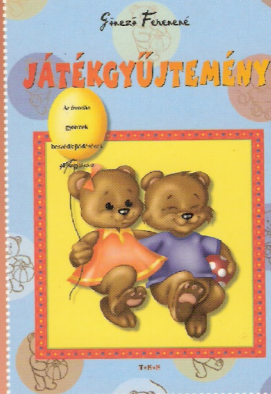
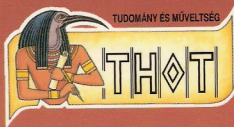
Murayné Szy Éva: *Játékos beszédnevelés*

Dr. Gosy Mária: *Beszédészlelés, beszédmegértés az óvodában*

Dr. Paul E. Dennison: *Észkapcsoló agytorna*

Tartalom

Beszédfejlesztés és anyanyelvi nevelés lehetőségei és javítási területei	3
Kiscsoport	5
Középső csoport	21
Nagycsoport	45
Agytorna-gyakorlatok	76
Felhasznált irodalom	78



ISBN 963 9371 71 8



9 789639 137171 2

Tóth Könyvkereskedés és Kiadó Kft. 4034 Debrecen, Huszár Gál u. 31–33.
Tel.: (06 52) 450-861; (06 52) 450-862 · (06 30) 9358-569
E-mail: tkk@tkk.hu · www.tkk.hu