|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | Nova pot 9  1351 Brezovica  01 36 51 233  www.vrtci-brezovica.si |  |

**NAZIV AKTIVNOSTI: MOČ ZA UMIRJANJE**

|  |  |
| --- | --- |
| **področje aktivnosti po kurikulumu** | GIBANJE |
| **starost otrok** | 1-3 |
| **strokovni delavki** | Polona Šušteršič, Katja Mavec |
| **namen aktivnosti** | Otrok pridobi občutek pritiska na sklepe in obsklepne strukture, izboljša usklajevanje gibanja različnih delov telesa, omogoča boljše zavedanje telesa, izboljša motorično načrtovanje in pozitivno vpliva na umirjanje ter koncentracijo. |
| **potreben material** | * Vrv (debelejša) * Polna škatla (napolnjena s časopisnim papirjem ali drugim težjim materialom) lahko tudi druge težje stvari, ki jih otrok lahko potiska ali vleče. |
| **opis aktivnosti**  **(navodilo za aktivnosti)** | Vrv pritrdite (zavežete) na trden del pohištva, lahko le en konec vrvi ali oba (če je možno). Otrok se usede na podlago, da bolje drsi (lahko je to ruta, krpa,…) in se vleče do konca vrvi in nazaj (če je to mogoče).  Vrv naj bo čim debelejša.  \*Lahko postavite »pravilo«, da je dostop do nečesa (sobe, igrač, mize,…) mogoč le s pomočjo vrvi. Otrokom bo zabavno in večkrat bodo uporabljali to vrsto gibanja.  Težko škatlo otrok potiska pred seboj. Lahko jo uporabi namesto vozička ali prenašanja – predmete naloži na vrh škatle in jih potiska po stanovanju. Pod škatlo date lahko blago, da ne opraskate tal.  Alternativa – okoli škatle zavežete vrv, da jo otrok lahko vleče.  Poudarek je na tem, da je škatla težka. |
| **morebitne fotografije dejavnosti iz interneta (navedite še vir)** | Boys pulling and pushing boxes Royalty Free Vector Image  Proprioceptive Activities for Kids - Spectrum Sense For Moms  <https://www.vectorstock.com/royalty-free-vector/boys-pulling-and-pushing-boxes-vector-7682275>  <https://www.spectrumsenseformoms.com/2019/03/25/proprioceptive-activities-for-kids/> |
| **Misel, komentar vzgojiteljice** | V skupini smo prakticirali tovrstne dejavnosti in otrokom so bile zelo všeč. Hitro je bil opazen napredek v koordinaciji telesa, otroci so se zabavali in se pri tem tudi umirili. Pri dejavnostih so dolgo vztrajali, povečala se jim je koncentracija. |