



únia
materských
centier

materské centrá

občasnik Únie materských centier www.materskecentra.sk ročník XIV. č. 1 Apríl 2019 ISSN 1338-3531



Pohyb a hra = Pohybko

Pohyb je pre každé dieťa prirodzený a zároveň aj nevyhnutný. Deti disponujú obrovským množstvom energie, ktorú potrebujú zo seba dostať von, majú túžbu hýbať sa, ktorá je rovnako prirodzená ako túžba spoznávať nové veci.

V rodinnom centre Obláčik, v bratislavskej mestskej časti Lamač, sa preto snažíme spájať pohyb s objavovaním iných hier v rámci kurzu s názvom „Pohybko“.

Aké sú to teda hry? Volajú sa psychomotorické hry. Od bežných hier sa odlišujú najmä použitím netradičných pomôcok, ale aj tým, že tu niet víťazov ani porazených. Víťazmi sú všetci, ktorí sa týchto hier zúčastnia. V pozícii lektorky zabezpečujem priebeh psychomotorických hier pre deti od 4 – do 6 rokov v rozsahu 45 minút. Na začiatku každej hodiny si vytvoríme tzv. komunitný kruh, ktorého cieľom je spoznať svojich kamarátov a povedať si, čo nás dnes čaká. Každú hru dostatočne vysvetlíme a vhodnou motiváciou realizujeme. Samotný pojem psychomotorika je vedený ako forma pohybovej aktivity, ktorá je zameraná na prežívanie pohybu. Vedie k poznávaniu vlastného tela, okolitého sveta a k zážitkom pohybových aktivít. Hry v psychomotorike delíme podľa rôznych kritérií, napr. podľa použitého náradia a náčinia alebo podľa oblasti vnímania: telesná schéma, rovnováha, priestorová orientácia, hmatové vnímanie, optické vníma-



nie, akustické vnímanie. Základným princípom psychomotoriky je teda využívanie jednoduchých herných činností, činností s náradím a náčiním, kontaktných prvkov a prvkov pohybovej muzikoterapie, vrátane relaxačných techník.

Pri realizácii psychomotorických hier a cvičení počas nášho kurzu „Pohybko“ používame štandardné náčinie, ktoré máme k dispozícii (lopty, švihadlá, kolký, žienky, padák, lano, balóny a podobne), ale aj veci bežnej dennej potreby (kuchynský riad - hubky, uzávery od PET fliaš, noviny, štipce na bielizeň...), ktoré sa deťom veľmi páčia. Práve tie im umožnia ľahšie zvládať pohybové činnosti, ktoré sa budú následne vyskytovať aj v ich každodennom živote.

Ak chcete deťom otvoriť dvere k pohybu, spojte to s objavovaním nového a urobte to spolu s nimi. My sa o to v Obláčiku už snažíme.:

Martina Luptáková



Hravo s fotografiou

Rodinné centrum Obláčik iniciovalo už v r. 2016 prosperné viacgeneračné prepojenie, ktoré veľmi spontánne vyústilo do organizovania amatérskej súťaže v digitálnej fotografii Lamačský fotomaratón. Spojili sme sily s agilnými seniormi z Fotoklubu pri Jednote dôchodcov Slovenska v Lamači a podarilo sa nám vytvoriť silný pocit vzájomnej komunitnej spolupatričnosti, utužiť vzťahy a vytvoriť priestor na rozvoj originálnych tvorivých aktivít.

Realizovali sme už tri ročníky fotografickej súťaže, v ktorej počas troch dní fotia tri generácie účastníkov zábery na tri vypísané témy. Následne sa koná vernisáž a výstava ocenených diel v priestoroch miestneho kina. Avšak účastníkom sa venujeme počas celého roka formou drobných podujatí, kde prebieha tvorivý dialóg, ktorý znamená obohatenie o nadhľad a skúsenosti. Dospelým účastníkom tohto projektu sme v minulom roku priniesli besedy s fotografmi a zorganizovali fotogenickú vychádzku po uličkách Starého mesta v Bratislave, s odborným výkladom turistickej sprievodkyne. Pre detských účastníkov fotosúťaže, vo veku od 6 do 10 rokov, sme v spolupráci so Stredoeurópskym domom

fotografie zase 23. novembra 2018 zrealizovali workshop. Skupinka chlapcov a dievčat sa hrou formou dozvedela niečo z histórie vzniku fenoménu fotografie, následne si prakticky vyskúšali svoje zručnosti v interiéri veľkej herne. Na záver si deti mohli osobne ohmatať zážrak menom camera obscura. Vznikli mnohé efektívne a unikátne zábery, ktoré účastníci kurzu odprezentovali aj svojim rodičom. Niektorí z nich od úžasu až onemeli: bolo to pre nich objavné a podnetné uvedomiť si, čo dokážu šikovné a vnímavé deti pri správnom odbornom vedení. Kto vie? Možno to pomôže naštartovať ich rozvoj práve v oblasti digitálnej fotografie, resp. minimálne to podporí ich vytváranie zručností v tejto oblasti.

Projekt Lamačského fotomaratónu je živou snahou o založenie tradície amatérskej fotosúťaže v digitálnej fotografii a s potešením môžem uviesť, že bude pokračovať aj v r. 2019 svojím štvrtým ročníkom, a to v dňoch 30. - 31. augusta 2019. Podarilo sa nám získať finančnú podporu zo Zamestnaneckého grantu Nadácie ZSE a teda opäť budeme vedieť materiálovo zabezpečiť nielen fotosúťaž, ale aj sprievodné podujatia pre vekovo rôznorodú skupinu nadšencov fotografie. Viac informácií hľadajte na www.oblacik.sk/fotomaraton/

Zuzana Brnoliaková

