

# Rozvoj motorických zručností u detí prípravného ročníka



**Mgr. Martina Kurejová Melocíková**  
**Špeciálny pedagóg CŠPP**

# Prečo je fyzický pohyb u detí taký dôležitý?

- Fyzický pohyb u detí má pozitívny vplyv na ich zdravie a pozitívne účinky na funkčnosť centrálnej nervovej sústavy.
- Prostredníctvom cielených cvikov rozvíjame hrubú a jemnú motoriku, koordináciu a rovnováhu detí, v dôsledku čoho sa zvyšuje ich koncentrácia, zmierňuje sa ich vnútorný nepokoj, hyperaktivita, zmierňujú sa ťažkosti pri písaní, čítaní, či opisovaní textu. Zlepšuje sa taktiež priestorová orientácia i organizačné schopnosti.



**Jednou z aktivít špeciálno-pedagogickej činnosti, ktorú realizujem pravidelne počas celého školského roka s deťmi prípravného ročníka, je skupinová aktivita s názvom Rozvíjanie motorických zručností.**

**U detí je táto aktivita veľmi obľúbená, robia veľké pokroky v zlepšovaní úrovne hrubej a jemnej motoriky, rovnováhy a koordinácii celého tela. Ukážky z niektorých cvičení si môžete pozrieť v tejto prezentácii.**

**Jednotlivými cvikmi precvičujeme a zlepšujeme hrubú motoriku a rovnováhu, stimulujeme vestibulárny aparát (udržiavanie rovnováhy v pokoji a pohybe) a propriocepciu (uvedomovanie si vlastného tela). Cviky aktivizujú celú CNS.**











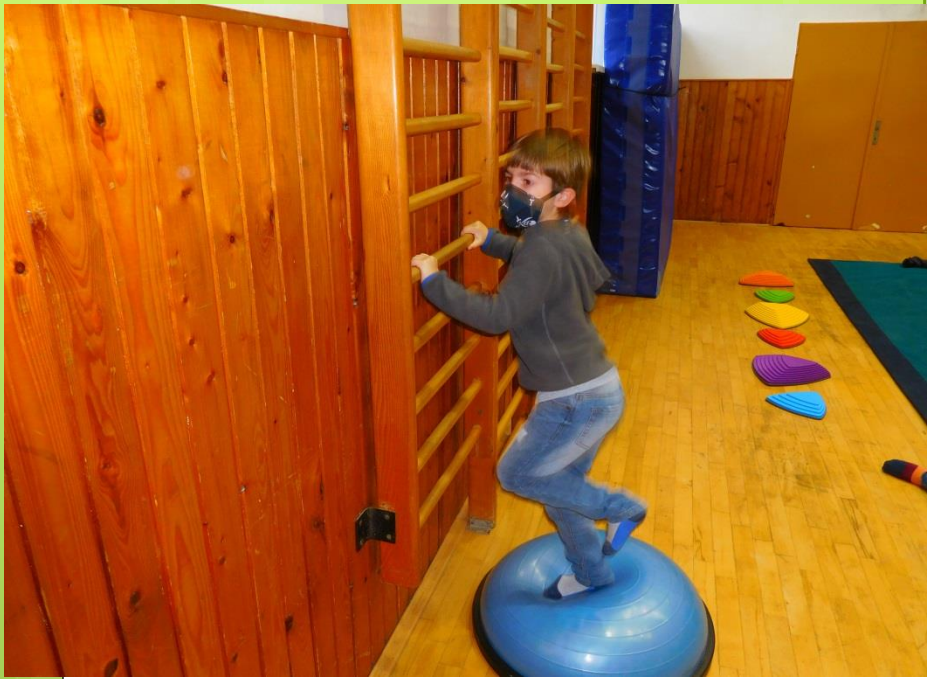




























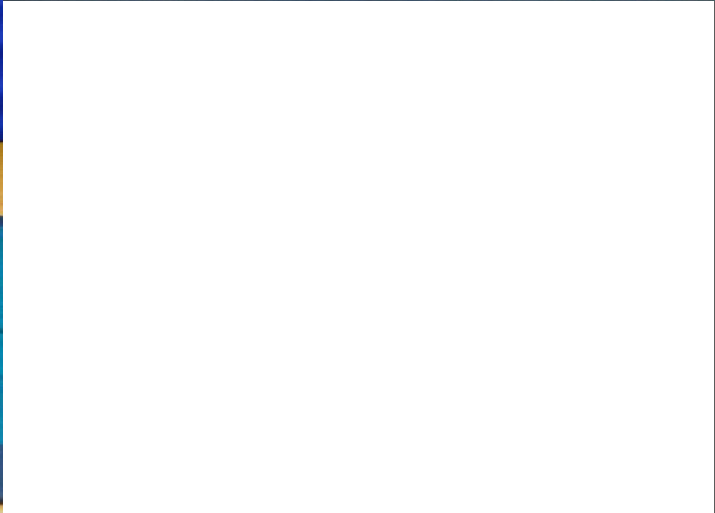


**Ďakujem pani učiteľkám a asistentkám za pomoc pri realizovaní cvičení.**















**Už teraz sa teším na naše ďalšie spoločné cvičenia.**

**Vaša teta Maťa**

