

Vizsgálati lap

Vizsgálat időpontja:

Idő:

Gyermek neve:

Születési dátuma:

Kora:

Iskola/Óvoda:

Osztály:

Iskola/Ovi jellege:

Lakcím (gyerektől):

Ir.szám:

Telefonszám:

Szülők neve (gyerektől):

Anya:

Apa:

Családi helyzet (kik vagytok, laktok együtt, állatok?):

Testvérek:

Barátok név szerint:

Legkedvesebb elfoglaltság, tantárgy, játék:

Legkevésbé szeretett elfoglaltság, tantárgy:

Mit dolgozik:

Anya:

Apa:

Ki kéri a vizsgálatot (szülő):

Mi a gyerek problémája:

Mi a szülők problémája:

Mi az intézmény problémája:

Fejlesztés a múltban, jelenleg, sikeresség:

Sportok, különórák, sikerek, kudarcok:

Időbeli tájékozottság:

Évszakok:

Hét napjai:

Hónapok:

Napszakok:

Mai dátum:

NAGYMOZGÁSOK

Fejemelés ^{5x/8x/10x}

Háton: Ritmus, Kond, Ny, Assz, Egy.mozg., Számol, Ív, Száj nyit, Kapaszkodik

Feküdj a hátadra! Emeld meg a fejed x-szer úgy, hogy a vállad és a karod is mozdulhat kicsit! Nézd meg a lábfejedet!

Hason: Ri, Kond/Fáradtság, Ny, Koppan

Feküdj a hasadra, homlokod tedd le a földre, kezéd tedd a tested mellé, emeld fel csak a fejed x-szer, hogy közben szinte megnézd a plafont!

Fejfordítások háton

Háton, kéz test mellé, lassan fordítsd egyik oldalra! Füleddel a padlót próbáld érinteni! Váll földön! (bim-bam)

lassan: Függetlenedés fej váll! A, Ny

gyorsabban: ellentétes gyors váltás, Fo, A, Ri, Fű, Labirynth ingerelhető túl/alul

Gurulás: Fo, Tér, Irányba tartja-e (törzstónus, visszacsúszik)? Nyújtott kar, láb? Visszahúzza?

Hátadra fekédj! Láb + kar nyújt! Mintha palacsinta lennél. Gurulj át a szőnyeg túloldalára!

Felülés ^{5x/8x/10x}: Ko/Fárad, Ri, A, Fo, Kényszertartás, Száj, Kapaszkodik, Kitámaszt, Fej lemarad

Feküdj a hátadra és, ülj fel 5x/8x/10x egymás után, ahogy csak tudsz! Ø tarkón! Øjav. +1x keresztezett vállfogással!

Sülthal ^{20mp/30mp}: Ko, A, Feszítettség, Idő: __, Hajlított kar / láb, Térd lent marad (0pont), Kényszertart, Fej

Feküdj hasra, homlokodon támaszd meg a fejed, karod nyújtsd előre füled mellé, lábad nyújtva. Mondom „most”, emeld karod, lábad fejed, addig tartsd míg bírod, én számolom!

Kistigris: Ri, A, Fo, Fej vezeti? Kéz /Láb lemarad? Ell. oldal? Értelemből korrigál? Hát irányába fordul?

Feküdj hasra, fejed fordítsd egyik irányba, tedd le az arcod, Mese! *Mutatni /segíteni* lehet (Fejénél térdelek)

Kúszás: X, Assz.!, Ko (fárad, nehézkes, vonszolja=nyújtott láb – javítható?), Has emel

Mutatni lehet, ha nem tudja: állva karmozdulat. Szőnyeg végén fekédj hasra! Tudsz úgy kúszni, mint a katonák? Így mennek előre a karjukkal. A katonák a lábukkal is segítenek, hol egyik, hol másik oldalon behajlítják. (Mutat, ha nem megy)

Mászás: Ri, A, Fo, X (kéz+láb egyszerre ér le), Összetartott fej+törzs+csípő mozgás, Térd befelé fordul

Spontán először! Négykézláb ettől eddig! Két térdeden, két kezeden!

gyors Csont kutyus elveszik előled

lassú Öreg kutya

háttal

Kitámasztási reakció térdelőállásban: Egyensúly, Megtámasztási reakció B / J / előre. Gyors? Biztos? (Ø, gyenge, hajlítva)

Térdelj föl velem szemben, két kéz test mellé. Vállnál kibillentem. *Javítható* ismétléssel.

Törzstónus: Ko, E, Törzs előre az ell. irányba jó, de túlkompenzál? Eldől magától? Kimozdíthatatlan?

Megpróbállak eltolni, ne hagyd magad, feszítsd meg a törzsed! *Próbáld rajtam* először! Vállsz. terpesz, fűfogás, könyök test mellett!

Járások

1 **Hátrafelé:** Ri, E (+széles/keskeny), T (iránytartás, hátranézés), Ø érti, Talp csúsztat, „Kapaszkodás”

Kérlek, hátrafelé gyere ide hozzám! (Ha nem érti, hogy hátrafelé, feljegyezzük.)

2 **Spontán járás:** X (kar+láb), keskeny/széles alap, A,

Köszönöm, most menj vissza a helyedre! *Nem megmutatható!* (afázia?)

Lábujjhegyen járás: E, Ri, Tónus (feszített törzs/kar), Tempó, Automatizáció, Koordináció, Lábfejemelésmagassága, Lépések nagysága, Fej megtartása

Mutatni! Magas lábujjhegyen, aprókat lépegetve gyere át hozzám, testedet, karodat, kézfejedet feszítsd erősen, próbálj előre nézni!

Sarkon járás: E, Ny, Kt+Em v laza, Ri, A, Lábfej magasság, Siet-e, Széles/keskeny alap, Előre dől-e: , Öcsípőre

Külső talpélen: Fű, Fo, Kt, Ny, A, Em (fej, kéz, arcizmok), Belső talpél emeltsége, Nagylábujj, Egyenes/görbe lábtartás, Előre dől törzs: ____, Nehézkes, Lúdtalpas, Ø csípőre

Guggoló járás (törpejáras): E, Ri, Tónus, X, Ko, A, Kéztámasz földön, Halad-e, Fej/törzs tartás, Telitalp/előtalp, Nehézkes-e, Hány lépés: ____

Gyere ide törpejárasban!

Pókjáras (e): Ri, X (Gestalt minta, egyszerre érnek le a végtagok), Fo (akadozó), Ko (könnyed/nehézkes), Tónus, Képes-e?, Csípő magassága, Kéz vagy ököl támasz, Hány lépés: ____, Csak alaphelyzet megtartása?

Kérlek, menj el pókjárasbana falig és vissza rákjárasban! Nem szoktuk mutatni!

Rákjáras (h): Ri, X (Gestalt minta, egyszerre érnek le a végtagok), Fo (akadozó), Ko (könnyed/nehézkes), Tónus, Képes-e?, Csípő magassága, Kéz vagy ököl támasz, Hány lépés: ____, Csak alaphelyzet megtartása?

Nyusziugrás: Ri, Fo, E, Váltakozva ér le kéz+láb, Hányat ugrott: ____, Fáradékony-e, Telitalp-e, Magasan tartja-e fenekét, 2kar és 2láb szimmetria + ütemeltolás automatizmusa

Nyusziizokdelést kérek! Megmutatni lehet!

Sánta róka (J + B): Ri, E, Fo, Ko, Képes-e, Kéz földön egyszerre/váltva, Lábát emeli?, Hányat ugrik: ____

Megmutatható! Sánta rókát kérek! Olyan, mint a nyuszi, csak egyik lábát felemeli, mert fáj!

Szökdelés páros lábon

Helyben: Ri, Fo, E,

Helyben ugrálj folyamatosan!

Haladva: R, Fo, E

Kicsiket ugorj ponttól pontig! Ált. *megmutatjuk*

Terpesz-zár helyben: R, Fo, E.m (kar), Helyes-e (levegőben zár? nehéz váltani? akadozó? lassú? nem ütemre vált?)

Megmutatható! Javítható!

Terpesz-kereszt helyben (Ø Ki, Kö, Na): Ri, Fo, E, Összeszervezett? Váltott láb? Törzs elfordul? Terpesz kimarad?

Megmutatni! Elöl kereszt + hátul kereszt

Előtalp
Telitalp
Helyben marad
Billeg
Vádli feszessége
Rugalmasság
2Láb összetart
Kimerülés
Nehézkes/Könnyed
Test összehangoltsága (kar segít, felsőtest segít/laza)
Törzs helyzete:
Has „dobás”
Lábfej csapódik
Hány db:___

Egylábás szökdelések

Helyben ^{5x / 10x / 20x} **B láb:** R, E, Fo db:___

J láb: R, E, Fo db:___

Haladva: B láb:___

J láb:___

Egy lábon haladva aprókat ugrálj kezdőponttól végpontig! *Megmutatható!*

Babzsák átugrással: T, E, Fo, Ri Mozgás tervezése / szervezése, Automatizmus

Ugorj a babzsákok közé két / egy lábbal! *Megmutatható!* 40-50 cm egyenletes távolság

babzsák

Két láb T, E, Fo, Ri

Bal láb T, E, Fo, Ri

Jobb láb T, E, Fo, Ri

Spontán futás ^{végponttól végpontig} E, Ko, X (végtagok), Repülő fázis, súlypont emelkedés, Fékezés, Fordulás és visszaindulás, Rugalmasság

2 láb különbség
Előtalp
Telitalp
Helyben marad
Billeg
Vádli feszessége
Rugalmasság
2Láb összetart
Kimerülés
Nehézkes/Könnyed
Test összehangoltsága
(kar segít, felsőtest segít/laza)
Törzs helyzete:
Has „dobás”
Lábfej csapódik
Erőadagolás
Hány db:___

EGYENSÚLY

a) Statikus egyensúly (előveszem a kötelet)

Kötélen járás

vékony kötél 6 m

Nyitott szemmel: Ri, Fo, E, A, Nem tyúklépés, Kötél mellé lép, Inog, Elesik, Siet

Kötélen járást kérek, mint a cirkuszban, **tyúklépésben!** Szabad a kezddel segíteni az egyensúlyozásban! **Megmutatható!**

Csukott szemmel: Ri, Fo, E, A, Nem tyúklépés, Kötél mellé lép, Inog, Elesik, Siet, Nyitott szem

Egy lábas egyensúly ^{15mp /20 mp én számolok} Kar segít, Bizonytalan fej, törzs kontroll

Állj meg az egyik lábadon (majd a másik lábadon)

Jobb mp: ____

Bal mp: ____

Végtag egyensúly: Fej, törzs kontroll, Lassú/gyors/kapkod? Megáll? Másik kéz egyensúlyoz? Látás kontroll erőssége? Melyik kéz? Átveszi?

Pincér pohár: (K) Vidd a tálcán a poharat!

Pincér pohár kötélen (Kö) Vidd a tálcán a poharat a kötélen tyúklépésben Fű, R

Ping-pong labda egyensúlyozás helyben (N) Tartsd meg a ping-pong labdát az ütőn 1 helyben

Fej egyensúly K/Kö/Na **Megmutatható!**

(K) Babzsák fejre, járás, leguggolás, felállás

(Kö) Falap/könyv fejre, járás, leguggolás, felállás

(Na) Falap fejre, járás kötél mentén, guggolás, leülés, felállás a végén

Három komponens együtt: Ügyes, Fej/törzs kontroll, Túl lassú/gyors, Megáll, Leejt, Újraépíti?

Babzsák (K) /Falap (Kö, Na) fejre, tyúklépésben séta kötélen, kezében tálca!

vékony kötél
pohár
tálca
ping-pong ütő és
labda
babzsák
falap/könyv

b) Átmeneti egyensúly

Cikk-cakk ugrás előre kötél felett Ri, Fo, Egyensúly+Rugalmasság!, Két láb együtt, Dinamika, Duplázás

Szökdelj végig a kötél váltott oldalán cikk-cakk ugrásban! **Megmutatjuk!**

Kötélen járás forgással: Kötélen marad? Kezdő forgásirány: cw/acw Mindkét irány megy? Elszédül? Teljesítmény változik? **(Elteszem a kötelet)**

Úgy menj végig forogva a kötélen, hogy az végig a talpad alatt legyen! Mindkét irányba! **Megmutatni!**

Irányváltásos futás E, Fo, Gyorsan fut-e, Kanyarodni-e, Támaszkodik-e, Irányt megjegyezte,

Kérlek jegyezd meg, merre kell futni és fuss arra, amerre mondom! Lehelyezek középre egy babzsákot. Fuss el a babzsákig, majd vissza! Fuss át a másik oldalra! Fuss középre a babzsákhoz, majd vissza a túloldalra! Fuss vissza a kiinduló ponthoz! Megjegyezted? Ha igen, akkor fuss még egyszer végig gyorsan, anélkül, hogy a falnak támaszkodnál! **Ha elsőre nem jegyezte meg, még egyszer végigjártassuk.**

c) Egyensúly gyakorlatok forgó mozgással/Dinamikus

Futás 360° fordulatokkal: E, T, Iránytartás, Lassú

Fuss előre és mikor tapsot hallasz, végezz egy teljes fordulatot és fuss tovább! **Megmutatni!**

Labda elkapás E elveszti, T bizonytalan, Fél, Elkapás kézzel v mellkashoz öleléssel

Gyakorlás: alsó kétkezes átdobás szembe. Állj nekem háttal/szemben! A labdát oda fogom neked dobni úgy, hogy amikor azt mondom „Most!”, akkor megfordulsz és elkapod a labdát!

Háttal (Ki)

Szembe (Kö, Na)

(Fogás-Kapaszkodás-Egyenes tartás vonal - Mozgás átéltsége)

Helyben forgás, mindkét irányba B / J kb.10x: Kecsesség, Koordináltság, Szédülékenység, Bizarr/merev helyzetű végtagok v fej, Szereti-e, Széles terpesz, Körbejárás, Billegés, Elesés, Bizonytalan, Szem nyitott v csukott, Nystagmus (szemtekerezgés)

Forogjál, mintha táncban forognál saját magad körül! (Utána megnézem a szemét)

Szülő: szeret-e hintázni, túlérzékeny v érzéketlen, szokott-e forogni

Bukfenc (K) előre (Kö, Na) **hátra** is, ha tud: A, Kéz támasz, Gördülékeny, Felül/Elfekszik

TÉRISMERET ÉS ALAPMOZGÁSOK

Testséma^{mutasd meg} (K) szemöldök, szempilla, homlok, áll, váll, könyök, csukló, hónalj, köldök, derék, comb, térd, boka, sarok, lábfej, lábszár (Na) halánték, tarkó, lapocka, gerinc, csípő, kulcscsont, Achilles, szív

Ujjismeret:^{nevezd meg} h, m, k, gy, k

babzsák

Névutórendszer: tedd a babzsákot

magad elé mögé fölé alá... hol van?

plüssfigura elé mögé alá fölé közé hol van?

plüss figura

Jobb-bal tájékozódás

Saját testen:^{Emeld fel a jobb kezed!}

Szobában: (K,Kö)^{Hozzád képest merre van a...?} (Na)^{Máshoz képest merre van a.....?}

Idegen testen:^{Vizsgálónak melyik a jobb keze szembe állva?}

Szerialitás:

Emeld fel a Jobb kezéd, fogd meg a Jobb kezeddél a Bal füled! Tedd le!^{Emeld fel a Bal kezéd, fogd meg vele a Jobb térdedet!}
Tedd le!^{(egy érintés) Most nehezítünk!}

Emeld fel a Jobb kezéd!^{Sorrendben mondom, hogy mit érints meg vele!} Bal szem, Jobb boka^{(két érintés)!} Tedd le!

U.a. Bal kézzel – Bal váll, Jobb comb!

Még nehezítünk: 3 érintés^(kül. oldalak)

Csillagjárás:

(K) Állj anya elé, csukott szemmel menj el az ablakig, majd vissza anyához!^{Most menj el a szekrényig, majd vissza anyához!}

(Kö) Most menj el az asztalig, majd onnan át az ablakhoz és vissza anyához!

(Na) Legalább 3 tereptárgy

Lejárás és emlékezet

(K) Állj meg középen! Próbáld megjegyezni, amit most fogsz csinálni! Csukd be a szemed! Lépj egyet jobbra!^{Majd egyet hátra!} Majd egyet balra!^{Majd egyet előre!} Nyisd ki a szemed, ismételd meg emlékezetből!

(Kö) u.a.....Lépj kettőt jobbra!^{Majd egyet hátra!} Majd kettőt balra!^{Majd egyet előre!} Nyisd ki, ismételd emlékezetből!

(Na) u.a.....Lépj kettőt jobbra!^{Majd háromat hátra!} Majd négyet balra!^{Majd egyet előre!} Nyisd ki, ism.!

Reciprok innerváció

KERESZTEZŐ MOZGÁSOK

Váltott kézfej: Ri, Fo, Fű, Csak szimmetrikus mozgás /Váltja is, Kar együttmozog, Csak egy kezét nyit-csuk szemkontroll mellett, Nem ritmusos

Szemben áll! „Két kezedet emeld előre hajlított könyöktartásban, és csinálj velem! Tenyerek előre néznek! Egyik kezünket becsukjuk, másikat ugyanakkor nyitjuk, és váltjuk!”
Lassú ritmus, együtt, gyorsulhat – majd gyerek egyedül.

Supplatio-pronatio: Ri, Fo, Fű, Együtt mozog a két kar, Vállból mozog (kar nyújt v hajlít), Könyök oldalra emelkedik, Egyik kart mozgatja szemkontrollal

Szemben, beállítjuk! „Két könyököt tedd lazán hajlítva az oldalad mellé, egyik tenyered felfelé néz, másik lefelé. Most egyszerre vált a két kéz és alkar. És vált. És vált.”
Egyenletes ritmus. „Most egyedül csinálj!”

Test középvonal átlépők

Térdérintéses járás (K) + (Kö) taps: Ri, Fo, Azonos oldalon üt, Értelemről korrigál, Átcsúszik azonos oldalra, Nehézkes indulás, Fordulás után azonosba csúszik, Teljes automatizmus

Állj meg velem szemben! Nézz engem, még ne mozdulj! Az egyik keziddel járás közben az ellenoldali térdedet érintsd meg és utána ugyanezt a másik oldalra is csinálj!” Végén megfordulás! **Megmutatjuk!**

Sarokérintéses járás (K) + (Kö) Taps: Ri, Fo, E, Azonos oldal végig, Elején azonos korrigál, Átcsúszik, Hol azonos hol kereszt, Hol elől hol hátul, Abbahagyja

Szemben! V mellé/elé. „Előbb megmutatom, addig te ne mozdulj! Az egyik keziddel járás közben hátul az ellenoldali sarkadat/bokádat/lábadat érinted meg, majd a másik keziddel teszed ugyanezt, és így jársz!” Végponttól végpontig. (Korlátozott látáskontroll) **Megmutatjuk!**

2 térd + 2 sarok ütés (K) + (Kö) Taps

3 térd + 3 sarok (Na): Asszimmetria megvan? Folyamatában automatizálódik –
értelem **Megmutatni!**

Ellenoldali végtagmozgás

Indián járás: Ri, Fo, Azonos oldal, Értelemmel korrigál, Szétesik v azonos oldalra csúszik, Fordulás után azonos

Megmutatni! 4-6 lépés! „Előbb nézd meg, aztán csinálj utánam! Az egyik oldali lábammal lépek térdemelésre és közben a másik oldali karomat lendítem magasra!” Végponttól végpontig! Ne szökdeléssel!

Indián szökdelés: Ri, Fo, Automatikus v Most tanulta?, Átcsúszik azonosba

Azonosból keresztbe

Azonosból keresztbe emelés: E, Azonnali? Könnyed? Latenciaidő? Feszített végtag? Test hanyag tartása? Láb hátra emel?

Szemben! **Megmutat!** „Addig te ne mozdulj, utána csinálhatod, de mondanod nem kell! 3x egymás után előre/oldalra/kézről+lábaldalt emeljük azonos oldalon a kezét és a lábat, majd rögtön utána 3x egyik oldali kezét és ellentétes oldali lábat!”

Előre (K)

Oldalra (K)

Síktöréssel (Kö) Ri, Fű, Fo

Keresztből keresztbe síktörés váltakozva (Na): Ri, Fo, Fű, Latenciaidő, Mozgásszervezés, Sík elcsúszás

„Először emeld az egyik karod előre és az ell. oldali lábadat oldalra 3x, majd a lábad emeld előre és a kezéd oldalra ellentétesen 3x!”

SZERIALITÁS

Megmutatom! 3x először én! Kis szünetek. „Mutatok egy mozgássort, ha befejeztem, te mutasd ugyanezt, ameddig nem mondom, hogy elég!”

(K) B térd alatt taps, J térd alatt taps, fent taps, lent taps

(Kö) B térd alatt taps, hátul taps, J térd alatt taps, hátul taps, fent taps, lent taps

(N) B térd alatt 1 taps, hátul 1 taps, J térd alatt 2 taps, hátul 1 taps, fent 1 taps, lent 2 taps

RITMUS

1. Ritmus tapsolás

Mérő folytatása: Elkezdtek egy ütemben tapsolni, te is tapsolj velem, majd folytasd ugyanilyen ütemben egyedül tovább! **Felgyorsul?**

Egy ütem visszaadása Tapsolok neked egy ütemet, tapsold vissza! Ismételni kell? RTM Emlékezet? Szerialitás? Szükséges verbális megerősítés?

(K) Tá-ti-ti

Ti-ti-tá

Ti-ti-tá-ti-ti

(Kö) Tá-ti-ti-tá-szün

Ti-ti-ti-tá-szün

Tá-ti-ti-tá-szün-ti-ti-ti-tá-szün

(N) Szin-kó-pa-ti-ti-tá

Szin-kó-pa-tá-szün

Szin-kó-pa-ti-ti-tá-Szin-kó-pa-tá-szün

2. Beszédrítmus Ismert mondóka, vers

3. Beszédrítmus mozgással kísérve: Lépés, taps Ugyanerre a mondókára lépegessél vagy mozogj bárhogy, csak a vers ütemére legyen!
Lehet példát megmutatni, lépegetés vagy bonyolultabb mozdulatsor. Összhangban a szóbeli + mozgásos ritmus?

4. Mozgás és beszéd együttes szervezése: mondja+végzi! Elcsúszik: mozgás v beszéd?

Megmutatom 3x! Állva végigvárjon, utána mozdulhat meg! Hozzá **ütemesen mondom** a mozgáselemeket! „Mutatom és mondom a következő feladatot és tőled is azt kérem, hogy mutasd és mondjad egyszerre! Figyeld meg jól, ha befejeztem, te jössz!”

(K) **Lép-zár-taps** (tá-tá-tá): Sz, Fo

Ugrik-ugrik-lép (tá-tá-táá): Sz, Fo

(Kö) **Lép-zár-taps-ugrik** (tá-tá-tá-tá): Sz, Fo

Lép-zár-lép-zár-ugrik-ugrik (tá-tá-tá-tá-tá-tá): Sz, Fo

(Na) **Lép-zár-ugrik-fordul** (180°) egy lábon fordul és a szabadon maradó láb indít, dinamikusan (tá-tá-tá-tá) Sz, Fo, Billen

Lép – zár és taps – lép – zár és taps – szün – ugrik – ugrik (tá-tá-tá-tá-tá-tá) Sz, Fo

(tapsot csak mutatom, szünt mut+mond vagy csak mondom)

FELSŐ ÉS ALSÓ VÉGTAG FÜGGETLEN VEZÉRLÉSE ÉS ÖSSZERENDEZÉSE

Helyben járás + elől taps (K) Ri, Fü, Fo

Helyben járás + elől-hátul taps (K) Ri, Fü, Fo

Helyben járás + guriga, fordítással (K, Kö) Ri, Fü, Fo, Nagyobb meg tudja-e fordítani, Latenciaidő

Ugrálás páros lábon, minden másodikra taps (Kö, Na) Ri, Fo, Fü, Lassan, Gyors de megakad

Terpesz-zár ugrás tapssal (Kö, Na) *Megmutatom!* Nem megy, Lassan, Tud-e gyorsítani?

Pipa-spicc gurigával, fordítással (Kö) E, Ri, Fo, Fü

Mondom és mutatom! Külön láb és kéz munkát előbb, utána együtt, majd váltás

Terpesz-zár ugrás függőleges vállboxolással (Na) R, Fo, Fü

Mondom, mutatom, külön előbb, majd együtt! „Terpesz-zár ugrást kérek, közben vállboxolást! Egyik karomat behajlítva megérintem a vállam, a másikat kinyújtom a combom mellett, majd ugrással csere!”

Harántterpesz karlendítéssel mélytartásból oldalsó középtartásba (Na) Külön megy?

Mutatom, mondom! „Harántterpesz ugrásokat kérek váltott lábbal, közben a karjaidat emeld oldalra, majd vissza!”

Harántterpesz vízszintes vállboxolással (Na) Külön megy? Irányelhúzóadás?

Harántterpesz ugrásokat kérek váltott lábbal, közben a vízszintes karjaid egyikét behajlítod, másik nyújtva, majd csere!

- **Független vezérlés és összerendezés + TÉR (babzsákok közé tenni u.a.)**

Terpesz-zár szökdelés babzsákok között (K)

babzsák

Ugrálás páros lábon + minden másodikra taps babzsákok között (Kö)

Terpesz-zár tapssal babzsákok között (Kö)

Terpesz-zár-függőleges vállboxolással babzsákok között (Na)

FINOMMOTORIKA

a) Kéz Alakképzés, Külön vezérlés, Erős nyomás, Sorozatképzés, Vizuális kontroll, Egy kezet használ

Gyűrűképzés (K, Kö) Egyenként ujjak sorba oda-vissza, laza szétszedhető gyűrűket képezek

Csipeszképzés (K, Kö)

Gyűrű és csipesz gyors váltása (Na) sorozatban oda-vissza Váltva, minden érintést új ujjon

b) Szem

ceruza

Követő szemmozgás fixált fejjel + convergencia *Megmutatni!* Szemeddel kövesd a ceruzát, fejed ne mozgassd! Horizontális-függőleges-ferde. Látásra legnagyobb felületen mozgatjuk.

Labirint szemmozgás Ceruzát fixen függőlegesen tartom, gyerek a fejét mozgatja vízszintesen, szemével fixál a ceruzára

Fixálás forgás közben (balett) Értelemmel összehangolja

maci

Magam mellé állítom: „Csak engem nézz!” nem engedem mozdulni, magyarázom: „Kinézek a polcon egy kismackót, testemmel elkezdek elfordulni, már szinte az egész testemmel átfordultam, de a mackót még mindig nézem, most, amikor már nem bírom tovább nézni, átkapom a fejem, megint nézem a mackót és a testemmel befordulok és megint egyenesen állok a mackó előtt” Még 2x ugyanarra, 3x ell. irányba.

TÖBB KOMPONENSŰ: MOZGÁS ÉS BESZÉD FELADAT

Instrukció gyerektől függ, amit tud! De a mozgás és a kognitív feladat egymással ell. irányú legyen, pl. vissza számolás!

(K) Térdráütéses járás + mondóka

Térdráütéses járás + számolás 10-től vissza

(Kö) 2 térd és 2 boka ráütéses járás + mondóka

2 térd és 2 boka ráütéses járás + visszafelé számolás 10, 20 stb.-tól

(Na) 2 térd, 2 boka ráütéses járás + páros számok

2 térd, 2 boka ráütéses járás + 3-mas szorzó

2 térd, 2 boka, 2 indián + visszafelé számolás / hónapok felsorolása visszafelé stb.

DOMINANCIA (Keresztezett? Kialakulatlan v. kevert?)

Szem: Távcső nézd meg a xy-t! : Fényképezőgép: Palack mit látsz benne? :

Vízpisztoly célzás Labdát kezébe adok, emelje fel! *Megmutatom*, milyen nálunk a célzás! Kilépek az egyik lábammal, felemelem az egyik kezemet és az egyik szememmel a pisztoly célzócsövét és a céllabdát egy vonalba állítom, ha kell, a másik szememet befogom. Amikor úgy látom, hogy vonalban vannak, meghúzom a ravaszt! *Csere, mondom* az utasítást!

Kéz: Mindent elé teszek nyakkendővonalban

°Labdázás, labda vezetés (2 kezes, 1 kezes, alsó, felső, elkap – Mellkashoz szorít? Bravúros? 2 tenyér?) T

°Labda célzás (terpesz-gól) , labdapasszolás, talppal megállítás

°Ping-pong gurítva, terpeszülésben reakció gyorsaság: Ri, Fo, célzás kézzel kis kapuba

◦ Szerszámhasználat ^{kalapács, szög, fogó} Célszerűség?

◦ Gyertyaalítás : tedd be a gyertyát a tartóba, gyútsd meg, (ha meri, ha nem, mutatom a mozdulatot). Pofozzuk, fölé tesszük az ujjunk, elolthatjuk benyálazott ujjal.

◦ Olló - ha nem biztos a dominancia

◦ Írás / rajz T, betűkötés: rajzolsz nekem egy embert?

Gesztusok: ◦ Integetés ◦ Fenyegetés: ◦ Homloksimítás ◦ Madár etetés: ◦ Sózás

Száj: Artikulációs izmok megfigyelése Nyitva Nyáladzik Nyelv helyzete: Orrhangzósság Zárt szájjal beszél

ÉRTÉKELÉS

1. Tengely:
 - a. Képesség
 - b. Készség
 - c. Automatizmus
2. Koordináltság
 - a. A gyerek az úr, vagy a mozgás viszi őt?
 - b. Megvan a minta/Gestalt?
 - c. Minősége (nehézkés, csúnya, széteső, kimerül v. könnyed, harmónikus, kecses, szép):
Létrejött-e egy belső kép, megfelelteti-e a külső képnek, célszerűségnek
3. Éretlenségre utaló jelek: kényszerzartartások, együttmozgások, függetlenedés elmaradása, párhuzamos végtagok együttmozgásának hiánya (ugrás), két kéz együttmozgással érettebb manipuláció, mint csak az egyik végtaggal (kétkezes)
4. Kondicionális háttér, meglévő mozgáskultúra, veleszületett/adottságok
5. Pszichés tényezők: motiváció, feladattudat, figyelem, anya-gyerek kapcsolat, változó teljesítmény, kompenzációs technikák, eltérések a vizsgált területek között, terhelhető

Pontozás:

0. nem képes
1. képes, de csak 1-1 mozdulatra, és/vagy erős segítséggel
 2. képes, de igen sok problémával
 3. készség, erős problémákkal
 4. kifejezett készség, nem automatikus, fáradékony, nehézkes stb.
 5. szép és automatikus

Jelölések

A= aszimmetria a két testfél működése között szimmetrikus gyakorlatoknál

E= egyensúlyi probléma

E.m= együttmozgás

Fo= probléma a mozgás folyamatosságában

Fü= függetlenedés (pl. fej – váll/testfél)

Ko= kondicionális probléma

Kt= kényszerzartartás

Ri= ritmusérzék

Ru= rugalmasság

Sz= szerialitás

T= termégitelés, térfelhasználás

X= keresztzettség