

Segédanyag szerzője	Kövecses Judit
Az iskola neve	Székesfehérvári Munkácsy Mihály Általános Iskola
Szitakötő folyóirat lapszáma	55. szám
Kapcsolódó cikk	Molnár Dóri: Egymás előtt (1. oldal)
Évfolyam	2-3. osztály
Tantárgy	erkölcsstan
Téma	Ilyen vagyok
Tananyag	Társaim – ők és én
Tantárgyi koncentráció	testnevelés (mozgásos játék)

## Tükörjáték

### **A játék leírása:**

A „Tükörjáték” a mozgáskordinációt és a kooperációs készséget fejleszti játékosan.

A pár tagjai egymással szemben állnak, legalább 1 méter távolságot tartva.

A pár egyike az irányító, aki elmozdulhat, fintoroghat, gesztikulálhat.

A társa feladata, hogy utánozza a párját, mintha ő lenne a tükör. Mindezt a lehető legpontosabban, szinte vele együtt végezve az összes mozdulatot (ha az irányító bal kézzel mozdult, akkor a szemben lévő a jobb kezével teszi ugyanezt stb.).

A fokozatosság elvét betartva előbb lassú kézmozdulatokat tükrözzünk, később gyorsabbakat, majd akár az egész testre kiterjedő mozdulatsorokat is.

Egy idő után érdemes „szerepet” cserélni, aki eddig irányított, ő legyen az utánzó.

A mozgásos feladat akkor a legjobb, amikor már kívülről nem lehet egyértelműen megállapítani ki az irányító, és ki a követő.

A foglalkozás feltétele a megfelelő koncentrált légkör kialakítása, a résztvevők nem beszélhetnek.

Amennyiben indokolt, halk zenét (főleg meditációs jellegűt) be lehet kapcsolni.

A játékvezetés során figyeljünk a koncentrált légkör megteremtésére, valamint a figyelem fenntartására.

### **A játék lezárása:**

- A játék közös beszélgetéssel, az átélt élmények, tapasztalatok megbeszélésével zárul.

### **Feldolgozást segítő kérdések:**

- Hogy érezted magad a játék közben?
- Hogyan tudtál együttműködni a társaddal?
- Milyen volt folyamatosan figyelni?