

Téma: *Jarní prázdniny se Sluníčkovou náladou*

Datum realizace: 8.- 12.3.2021

Návrhy činností

Jarní prázdniny jsou tady! A čím jiným než přírodou se pro tvoření, hru a zpívání na jarní prázdniny inspirovat?

Cvičení pro zdravé tělo, aneb ve zdravém těle, zdravý duch

- Pokud máte možnost, nechte rozproudit krev pomocí rychlé hudby, kterou si můžete doma pustit třeba z rádia nebo z PC. Tančete spolu, jak se říká, jako by se nikdo nedíval. :D
- Následuje cvičení k protažení a posílení svalů v těle

POZDRAV SLUNCI - Súrja namaskár			Vyhotovili: Marie Vaňková cvičitel jógy III. třídy	
začínáme pravou nohou				
				
Nádech rozzaříme ruce dlaně dopředu otevřeme hrudník	1 - Výdech spojíme ruce před hrudníkem	2 - Nádech vzpačíme ruce	Rozpojíme ruce následuje rovný hluboký předklon	3 - Výdech ruce na zem vedle chodidel kolena napnutá
				
4 - Nádech zanožit pravou nohu koleno na podložce	5 - Výdech - Hora zanožit levou nohu hýždě zvednout ke stropu pohled k pupku	6 - Nádech - Píďalka kolena na podložku hrudník posunujeme nad zemí - pánev k podložce	7 - Kobra dokončíme nádech (bhudžanga ásana) nártý na zemi	
				
8 - Výdech Hora hýždě ke stropu pohled k pupku	9 - Nádech pravou nohu dopředu	10 - Výdech přitáhnout levou nohu trup je vyvššen	11 - Nádech ruce nahoru (pohled vzhůru)	
			Cvičení podporuje koncentraci a zklidňuje mysl, podporuje činnost mozku. Povzbuzuje krevní oběh, pomáhá léčit chronická onemocnění krku. Protahuje a posiluje svalstvo paží, nohou, zad. Zvyšuje pohyblivost páteře a působí proti poškození meziobratlových plotének.	
12 - Výdech ruce před hrudníkem	Nádech rozpačíme ruce dlaně dopředu	Uvolníme krk kroužíme přední obloučky	Tlak stehna na břicho povzbuzuje trávicí systém, působí na vnitřní orgány a brániční dech.	
Při druhém opakování začínáme levou nohou / Opakujeme vícekrát				

- Cviky se sluníčkem (sluníčko = míček)

Předávání sluníčka z jedné ruky do druhé. Sed turecký, ruce rozpažené. K předání dochází při vzpažení s nataženýma rukama nad hlavou. 8x opakujeme z levé ruky do pravé a naopak.

Posílání sluníčka. Sed rozkročný, v jedné ruce míček a posíláme od pravé nohy pravou rukou k levé noze. Odtud levou rukou posíláme zpět. 8x opakujeme.

Kutálení sluníčka. Sed rozkročný, míček držíme obouruč a pomalými pohyby koulíme, co nejdále to jde a zpět do sedu. Opakujeme 8x.

- Další možnost jak rozproudit krev je pomocí běhu. Najděte si chvilku a proběhněte se třeba v okolí řeky Moravy nebo v Kunovském lese. Vyberte si trasu, která vás přivede ke krásám přírody, kde si budete moci protáhnout svaly, ztišit se a relaxovat (není nic krásnějšího než zaposlouchat se na chvilku do zvuků přírody).
- Relaxace po cvičení slouží ke zklidnění organismu a koncentraci pro následující činnosti. Možnosti relaxace: v tureckém sedu – hluboké dýchání do břišní dutiny, v leže na podložce nebo koberci s poslechem relaxační hudby, nahrávek zvuků z přírody

<https://www.youtube.com/watch?v=d0tU18Ybcvk>

- Ztvárnění motýlího tance – pomalé, rozvážené pohyby při poslechu vážné hudby

<https://www.youtube.com/watch?v=QHl6wYCwlcQ>

- Návštěva dětského hřiště v Kunovském lese – hra na honěnou Sluníčko a mráček

Výtvarné a pracovní chvílky

- Kresba obrázku pro maminku k svátku MDŽ – Obrázek pro radost k svátku (kresba pastelkami, fixami, voskovkami) – kontrola správného úchopu tužky
- Anebo Tulipány k MDŽ – postup na <https://living.iprima.cz/jak-na-to/DIY-darek-mdz>
- Výroba tiskátka z brambory – děti špejlí nebo párátkem předkreslí květinu do rozpůlené brambory, dospělý pomocí menšího nožíku okrájí části brambory tak, aby zůstala předkreslená květinu (na druhou polovinu brambory mohou děti nakreslit strom)
- Tisk bramborovými tiskátký - „Rozkvetlá jarní louka“ - Tiskátko je možno namočit do barvy, jestli doma barvy máte, zkuste tiskátko namočit do koření – třeba červená paprika, kurkuma, muškátový oříšek, skořice (přidejte trochu vody nebo kapku oleje)
- Dokreslení detailů rybiček (šupiny, oči) pastelkami, fixami,... - vystřížení rybiček

Hudební chvílka

- Křesťanská píseň – Bezva, bezvadně <https://youtu.be/ldSzRxTgpIY>

- Poslech alba Hradišťan – Studánko Rubínko

https://www.youtube.com/watch?v=p--vVblEcwQ&list=OLAK5uy_I0vnlv4zFyoEDXwq9DDrzi7I4xJcozuQ

- Návčik 4. písně Na svatého Řehoře z alba Studánko Rubínko
- Hra na tělo v rytmu písní – vytleskání rytmu, pleskání do stehů, dupnutí na první dobu, aj.

Rozumové činnosti

- Práce s kalendářem – prohlížení kalendáře, který mají děti doma k dispozici
- Správné oblékání při proměnách jarního počasí – dát si raději vrstvu (mikinu nebo tričko s dlouhým rukávem) navíc a místo tlusté bundy obléknout tenčí přechodnou, dle potřeby můžeme vrstvu svléknout, abychom se zbytečně nepřehřivali, popřípadě zase obléknout
- Rozhovory o proměnách počasí, o možnostech poznávání přírody – prohlížení květů a hmyzu pomocí lupy, zachycení jara pomocí fotoaparátu, prohlížení fotek na PC
- Uvědomění si střídání ročních období, co k danému období patří viz PL – odstříhnete podle přerušované čáry, zamíchejte, nechte děti přiřadit a povídejte si o jednotlivém obrázku (jaro + důvod přiřazení daného obrázku - co na něm je, proč to patří do jara)
- Při vycházkách v přírodě – hledání kočiček – květů vrby jívy, prvních jarních kvítků
- Mezinárodní den žen připadá na pondělí 8.3.2021 – děti popřejí všem ženám v domácnosti k svátku
- „Na svatého Řehoře, čáp letí přes moře, žába hubu otevře, líný sedlák, který neoře.“ - již podle prastaré pranostiky naši předci věděli, že jaro přichází ruku v ruce s přilétajícími čápy – více na <https://www.birdlife.cz/jaro-oziva-s-navratem-capu-zapojte-se-do-sledovani-hnizd/>
- Pohádka z „Chaloupky na Vršku“ <https://www.youtube.com/watch?v=l9gl7HsJyBU>

Logopedická chvílka

- Fonační cvičení – Indián, ovečka, sova, dáreček, auto, míč, husa
- Cvičení rtů – Kapřík, sluníčko, pusinka, píšťalka, ptáček, jahoda, jablíčko
- Jazyková chvílka – Počítání zoubků jazykem, bonbon, jehla, voláme na kočičku, cvrček, traktor

Literární činnosti

- Návčik básně: **Vyhouplo se slunce z mraků** (Vlastimil Maršíček)

Vyhouplo se slunce z mraků,
pohladilo křídla ptáků -

a zahrada, pole sad
začaly se zelenat.

Kvetou zase sedmikrásky,
potok zjara zpívá si,
rozběhne se z kopce k nim -
já ho ale předhoním.

- Četba z knihy od Josefa Čapka
„Povídání o pejskovi a kočičce“ - „Jak si pejsek s kočičkou dělali dort“
- Rozhovor o příběhu pejska a kočičky – chování postav, důsledky
- Po přečtení příběhu možnost shlédnutí pohádky na <https://www.youtube.com/watch?v=Ph0hzjLMbJw>

Předmatematické činnosti

- „Rybaření“ - Ne každý má možnost vzít děti na ryby, vystřížené a ozdobené rybičky děti zkusí pomocí brčka vytáhnout z misky ven – „vyloví je“ (nasátí brčkem, zadržení dechu – přenesení rybičky z misky, puštění rybičky) – spočítáme, kolik rybiček jsme zvládli „vylovit“
- Pomáhání mamince s chytáním snídaně – počet hrníčků, talířů
- Hra s pravidly Člověče ,nezlob se

Aktivity pro PC, tablet nebo mobil

- Alíkovi hry – Hravé učení na <https://www.hraveuceni.cz/> (spustit v prohlížeči)

Pracovní listy a omalovánky

- Oblečení dle počasí -Vystřížení čtverečků, přiřazení do správného sloupce
- PL Příchod jara – Diktát, orientace na obrázku
- PL Čáp a kočárek – Najdi sedm rozdílů
- PL Čáp a komín – Dokresli cihly na komíně
- PL Kos a sněženka – Nácvič šikmé čáry
- Omalovánka Sluníčko
- Omalovánka Sluneční paprsky

Jak si pejsek s kočičkou dělali k svátku dort

Pejsek měl mít zítra svátek a kočička narozeniny.

Děti to věděly a chtěly pejska a kočičku nějak k svátku a k narozeninám překvapiti. Přemýšlely, co by pejskovi a kočičce daly nebo udělaly; pak si vzpomněly a řekly:

"Víte co, děti? Uděláme pejskovi a kočičce k svátku dort!"

Jak řekly, tak udělaly. Vzaly si na to formičku a uplácaly pejskovi a kočičce z písku krásný dort; navrch daly pět pěkně bílých kamínků, to byly jako mandle, a dort byl jako opravdivý.

Donesly ho kočičce a pejskovi. "Tu máte, přinesly jsme vám k svátku a k narozeninám dort. Je moc dobrý; můžete si ho celý sníst."

Pejsek s kočičkou si dort vzali, dělali nad ním "Ňamňamňam, ten je dobrý, ten se vám povedl," a dělali, jako by ho jedli. "Děkujeme vám," řekli dětem, "takovýhle dort jsme jakživi nejedli." Děti z toho měly radost a šly domů.

"Škoda, že pejskové a kočičky písek nejedí," řekl pejsek kočičce, když děti odešly, "takový krásný dort, to bych si na něm nějak pochutnal! Jestlipak víš, že jsem nad ním dostal náramnou chuť na nějaký opravdický dort. Ale musel by být opravdický, povídám!"

"Také jsem dostala chuť na opravdivý dort," řekla kočička. "Víš co, však když mám zítra narozeniny a ty svátek, měli bychom si nějaký dort udělat! Jenomže nevím, jak se takový dort dělá."

"To nic není," řekl pejsek, "to je lehké, to já vím, jak se takový pravý dort dělá! To se do takového dortu dá všechno, co je k jídlu nejlepší, všechno, co nejraději jíš, a pak je ten dort nejlepší. Když tam dáš takových nejlepších jídel pět, tak je pětkrát dobrý, když jich tam dáš deset, tak je potom desetkrát dobrý. Ale my si jich tam dáme sto a budeme mít stokrát dobrý dort!"

"To je pravda," řekla kočička, "uděláme si takový nejlepší dort."

Pejsek a kočička si vzali zástěry a pustili se do vaření.

Vzali mouku, mlíčko a vajíčko a míchali to dohromady. "Dort musí být sladký," řekla kočička a nasypala do toho cukr. "A trochu slaný taky," řekl pejsek a dal tam sůl. "A teď tam dáme máslo a zavařeninu," řekla kočička. "Zavařeninu tu ne, tu já nerad," povídal pejsek, "dáme tam místo zavařeniny syreček, ten já tuze rád." Tak tam dali několik syrečků. "Mně se zdá, že je málo mastný," řekla kočička, "musíme tam dát několik špekových kůží." - "A oříšky, abychom nezapomněli," řekl pejsek a nasypal tam kornout oříšků. "Oříšky jsou dobré," schválila to kočička, "ale měla by tam jistě také přijít okurka," a dala tam okurku. "A kosti," svolal pejsek, "musíme tam přece dát nějaké kosti!" Tak do toho dortu dali hodně kostí. "A přece nějakou myš, myši já tak tuze ráda!" vzpomněla si kočička a dala do dortu čtyři myši. "Tak, a teď několik buřtů hodně pepřovatých, to je něco pro mne," řekl pejsek a dal tam několik buřtů. "A teď to hlavní!" povíдалa kočička, "přece šlehanou smetanu tam musíme dát!" Dali tam plný hrnec smetany. "A trochu cibule," řekl pejsek a dal tam cibuli. "A čokoládu," řekla kočička a přidala do toho čokoládu. "A omáčku!" napadlo pejskovi, i dali tam omáčku.

Tak do toho svého dortu, dávali a míchali všechno možné, dali tam i česnek a pepř a namíchali tam sádlo i bonbóny, škvarky a skořici, krupičnou kaši a tvaroh, perník a ocet, kakao a zelí, jedlou hlavu z husy a hrozinky, inu všechno možné do toho dortu dali, jen chleba tam nedali, protože pejskové a kočičky chleba zrovna tuze moc rádi nejedí.

Když to všechno smíchali a rozmíchali, byl z toho dort tak veliký jako kolo u vozu. "Panečku, to bude veliký dort, to se nějak najíme!" chválili si to, "a teď to dáme péci."

Dali dort péci a těšili se na to, až bude upečený. Kouřilo se z toho, bublalo to, prskalo a syčelo, škvířilo se to, syčelo to a šla z toho pára, smažilo se to, a připalovalo, kypělo to a přetévalo, a čmoudilo to, jako kdyby se staré hadry pářily.

Když se jim dort zdál dost upečený, dali ho před dveře, aby vychladl. "Víš co," řekla kočička pejskovi, "a když byly ty děti tak hodné, že nám přinesly ten svůj dort, tak myje zas pozveme na ten náš dort."

"Tak pojď," řekl pejsek, "půjdeme ty děti pozvat."

Vzali se za ručičky a šli ty děti pozvat. Děti byly v zahrádce před domem a hrály si tam s kuličkami. Pejsek s kočičkou je pozvali na dort a chvíli si s nimi pohráli s kuličkami a potom ještě s míčem a trochu s kostkami.

Ale zatím šel kolem toho dortu jeden zlý pes, a jak ten dort vychládal, zavonělo mu to do nosu všelijak. "Ha ha hař," pomyslnil si ten zlý pes, "tady mně to nějak voní, to bude asi něco na můj zub!"

Čichal, čichal, čichal, až se toho pejskova a kočiččina dortu dočichal. "Ha ha!" řekl, když se toho dortu dočichal, "tady to je, to si dám!"

A tak se ten zlý pes pustil do toho dortu. Hltal a hltal, až mu v očích slzy stály, jak byl ten dort uvnitř ještě horký, hltal, až se při tom několikrát zakuckal, hltal a hltal, až ho celý dohltal. Pak na to vypil ještě celou konev vody a odvalil se pryč.

Když si pejsek a kočička s dětmi dost pohráli, vzpomněli si na ten dort. Tak se vzali všichni za ruce a šli se podívat, jestli už ten dort dost vychladl. "Panečku, to si, děti, pochutnáte," řekli pejsek s kočičkou, "to ani nevíte, co jsme tam všeho dobrého dali!"

Došli: dívají se a - co to? - dort je pryč! "Jemine," řekli pejsek s kočičkou, "dort je pryč, někdo nám jej vzal!" Dívají se a dívají, a vida! tamhle pod keřem leží veliký zlý pes a tuze heká. Moc se tím dortem přejedl a teď je mu špatně. Ukručně ho bolí v břiše. "To to bolí, to to bolí!" nařikal ten zlý pes, "to jsem si dal, co ono to bylo v tom dortu všechno namícháno, že z toho mám takové ukručánské bolení!"

"Heč, to máš z toho," řekl pejsek, "měls toho nechat, když dort nebyl tvůj!"

"Víš, pejsku, já si z toho nic nedělám, že nám ten zlý pes snědl ten dort," řekla kočička, "třeba by nám po tom našem dortu také bylo špatně a svátek a narozeniny bychom měli zkažené."

"To je pravda," řekl pejsek, "jen ať nařiká a heká, ten zlý pes, patří mu to, ale já mám hlad, tuze bych jedl, ať je to co je! Ale my doma docela nic k jídlu nemáme, všechno jsme dali do toho dortu. A já na svůj svátek bych přece jen nechtěl mít hlad."

"Nic si z toho nedělejte, pejsku a kočičko," řekly děti, "pojdte k nám a my vám dáme od našeho oběda."

Tak šel pejsek s kočičkou k dětem k obědu. "Pojďte, děti, jíst!" volala na ně už maminka, a děti řekly: "Maminko, tady ten pejsek má svátek a kočička narozeniny, musíme jim také něco k obědu dát." Tak dali kočičce a pejskovi od oběda; dali jim polívečku a bylo také masíčko a bramborové knedlíčky. A ještě kousek koláče od včerejška někde pro ně maminka vyšťárala.


Kočičce a pejskovi to tuze chutnalo. Poděkovali dětem za oběd a šli spokojeně domů. "To jsme se na náš svátek a na naše narozeniny poměli!" libovali si. "Takový dobrý oběd! A ani trošičku nás po něm břicho nebolí."

Došli domů a ten veliký zlý pes tam ještě v houští hekal a naříkal. Oni šli po tom dobrém obědě spát, a libovali si, jak se jim ten svátek a narozeniny přece jen nakonec vydařily.

A ten zlý pes po tom jejich dortu hekal a naříkal v tom houští ještě celých čtrnáct dní.



Fonační cvičení

INDIÁN		Nádech nosem, dlouhý indiánský pokřik
OVEČKA		Nádech nosem, výdech ústy na slabiku: BÉÉÉÉ / přerušovaně: BÉ BÉ BÉ
SOVA		Nádech nosem, výdech ústy na slabiku: HÚÚÚ / přerušovaně: HÚ HÚ HÚ
DÁREČEK		Nádech nosem, dívíme se JÉÉ / JEJEJE / JEJDA JEJDA
AUTO		Nádech nosem, opakuj několikrát za sebou: Á-É-Í-Ó-Ú AUTO UŽ JE TU (můžeme zeslabovat nebo zesilovat)
MÍČ		Úsměv, zuby na sebe, nádech nosem, výdech ústy – napodobujeme unikající vzduch pichnutého míče – CCCCCC
HUSA		Úsměv, zuby na sebe, nádech nosem, výdech ústy – husa syčí SSSSS

Cvičíme rty

KAPŘÍK



Špulíme rty do kroužku, rty se lehce dotýkají a oddalují

SLUNÍČKO



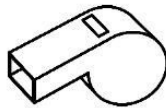
Skousnout rty, střídavě se usmívat a špulit rty, zuby není vidět

PUSINKA



Špulíme rty a pošleme pusinku

PÍŠŤALKA



Stáhnout rty a lehce foukat – pískat

PTÁČEK



Napodobujeme ptáčka – děláme pípípípíp

JAHODA

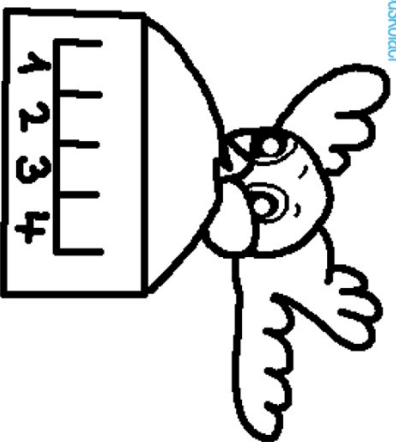


Otevíráme pusu, jako když jíme malé jahody

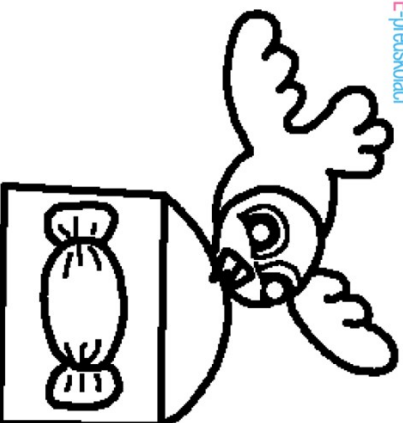
JABLÍČKO



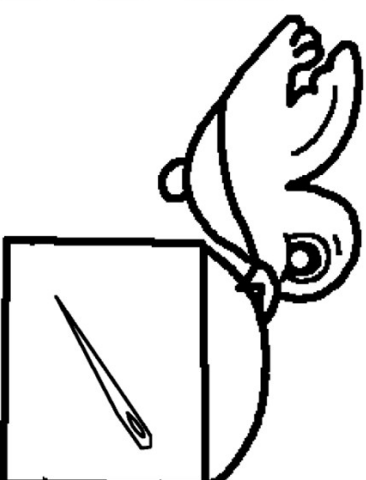
Otevíráme pusu, jako když jíme jablíčko



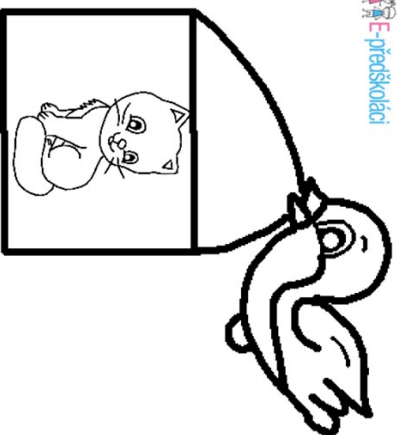
Počítání zoubků: Počítání zubů pomocí jazyka se zavřenými ústy (jazyk se postupně dotýká jednotlivých zubů).



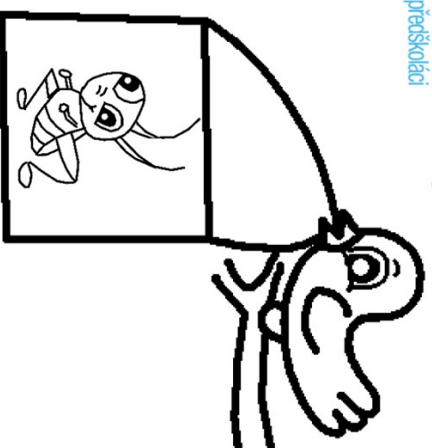
Bombom: Špička jazyka se dotýká středu za dolními řezáky, střed jazyka se opírá o tvrdé patro, jazyk se od tvrdého patra prudce oddáří, mlaskneme.



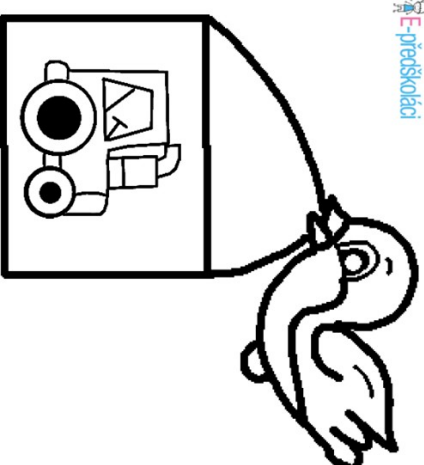
Jehla: Jazyk je volně položený na dolním rtu, poté se napne, mímě se vysune z úst a vytvoří špičku. Vrať se do výchozího postavení.



Voláme na koťátku: Dát zuby na sebe, naplnit ústa, špička jazyka směřuje k hornímu patru, šeptem lehce vyslovovat „TTT“, ozve se „ČČČ“.



Cvrček: Dát zuby k sobě, usmát se a šeptem a lehce vyslovovat TTT (ozve se CCC). Špička jazyka je za dolními řezáky.



Traktor: Vyslovovat TD, nejprve pomalu (traktor jede do kopce) a poté rychleji (traktor jede z kopce).

PODZIM



ZIMA

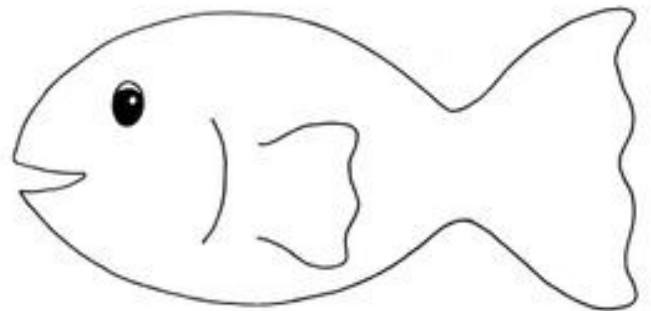
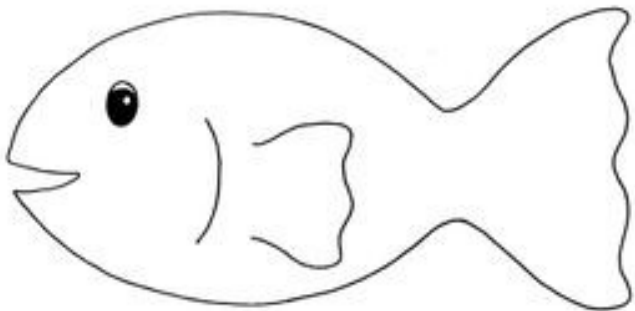
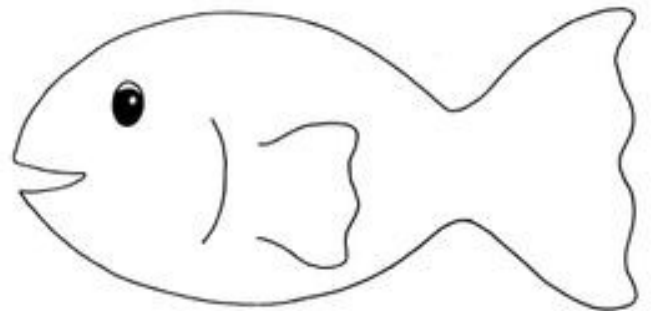
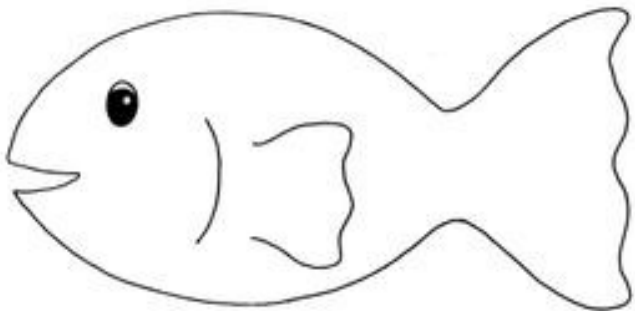
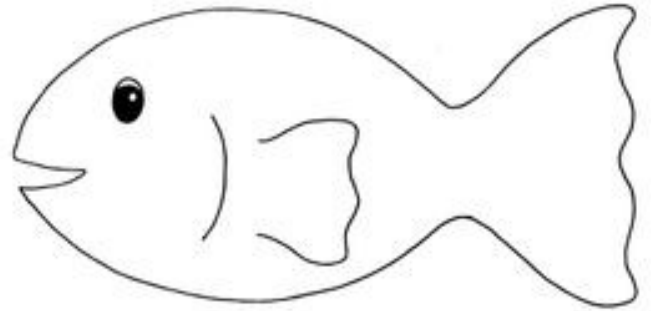
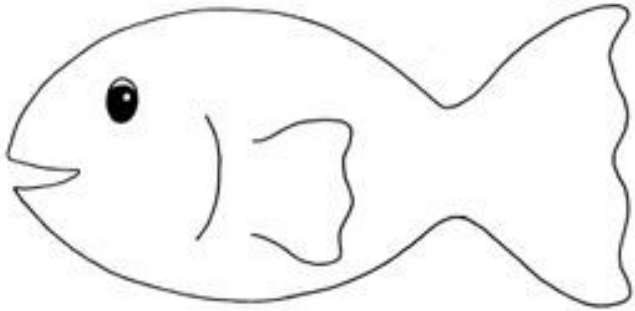
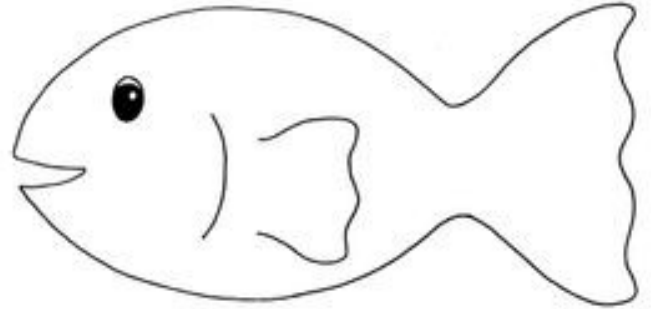
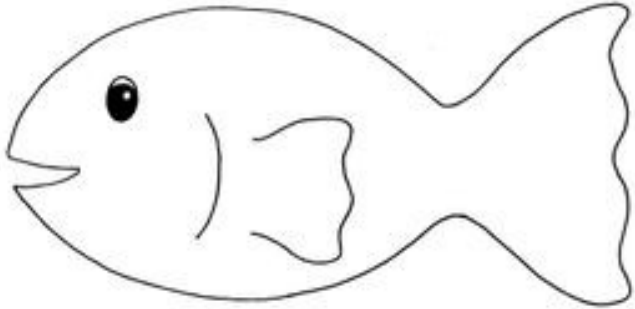
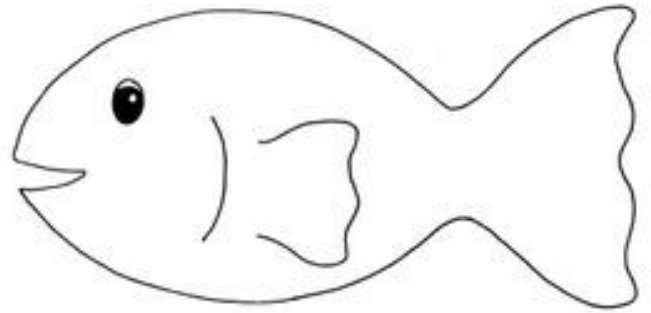
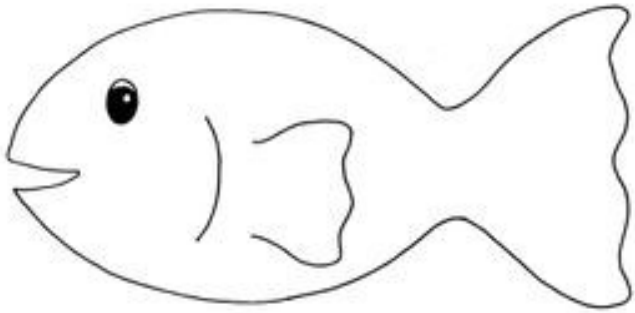


JARO



LÉTO








PRŠÍ

SVÍTÍ SLUNÍČKO

SNĚŽÍ

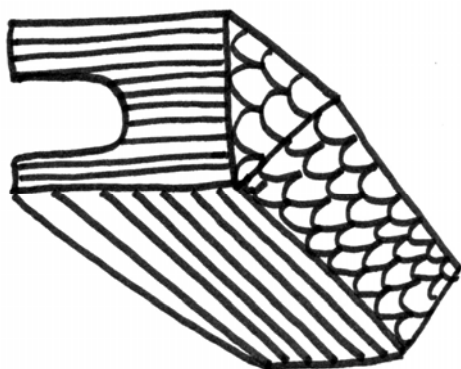
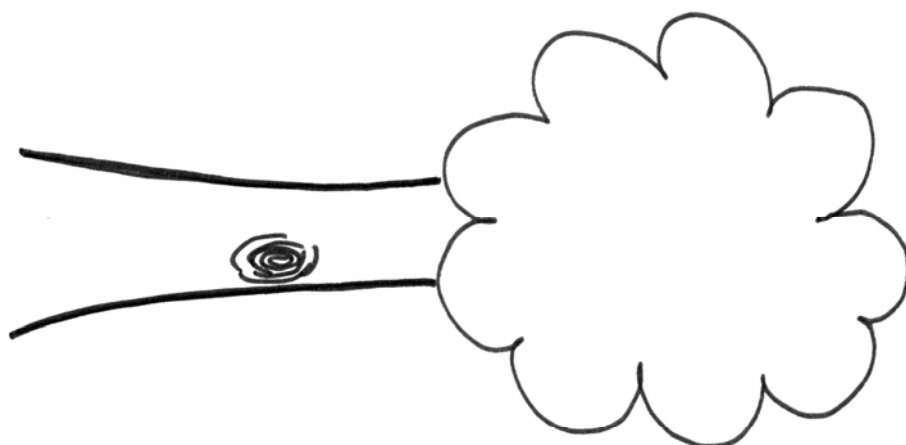


Téma: Březen 1t - Příklad jara - Diktát

Úkol: Namaluj obrázky podle „diktátu“ (podle toho, jak ti řekne maminka).

© Veronika Baudyšová, Ing. Arch. Zdeněk Baudyš

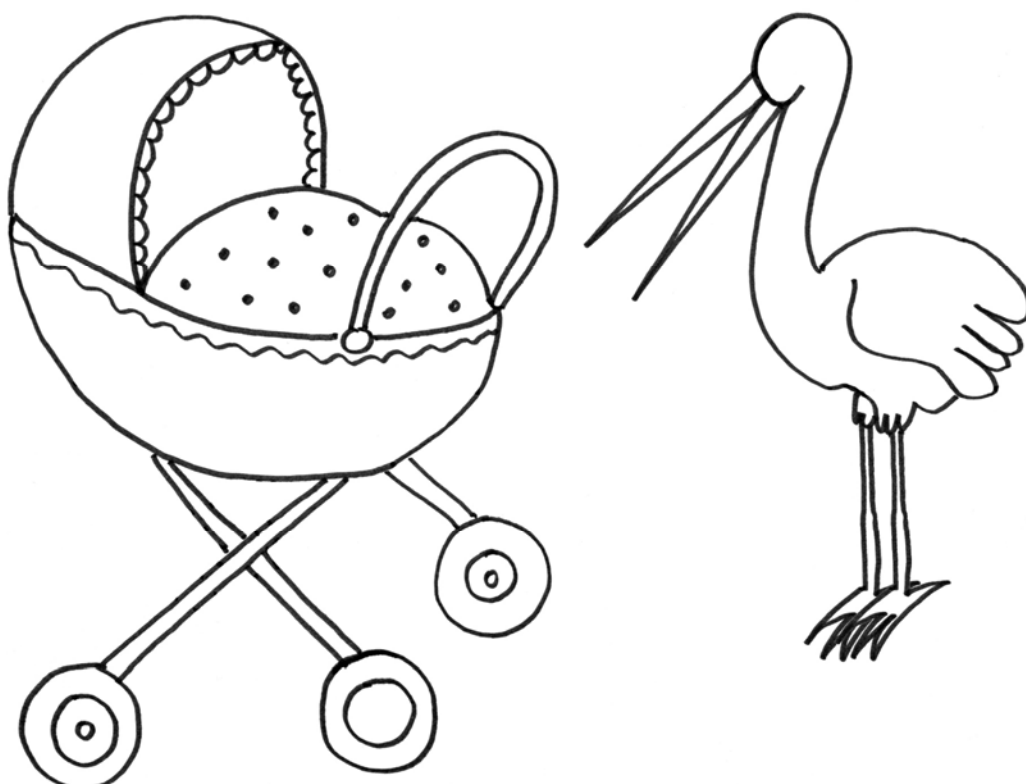
- Květ na strom
- Sněženu vlevo od stromu
- Pejska vpravo od boudy
- Ptáčka nad psí boudu
- Sluníčko do levého rohu obrázku
- Trávu pod strom



Téma: Březen 1t - Příklad jara - Kočárek

Úkol: Najdi 7 rozdílů. Řekni, ve které písničce jede čáp v kočáře (Na jaře, na jaře, čáp jede...).

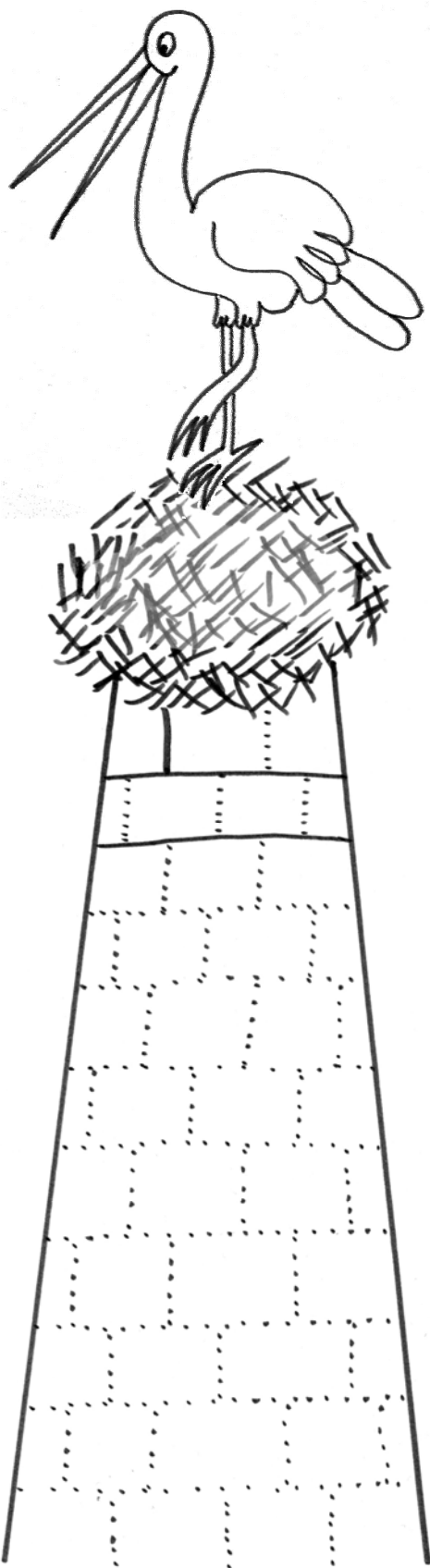
© Veronika Baudyšová, Ing. Arch. Zdeněk Baudyš



Téma: Březen 3t - Přílet ptáků - Čáp

Úkol: Který pták sedí na komíně? Komín dokresli podle vytečkovaných čar.

© Veronika Baudyšová, Ing. Arch. Zdeněk Baudyš

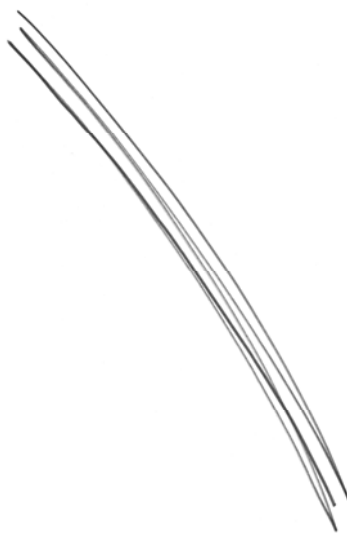


Téma: Březen 3t - Přílet ptáků - Kos

Úkol: Lítej jako kos (ke sněžence a zpátky ke kosovi - čáry).

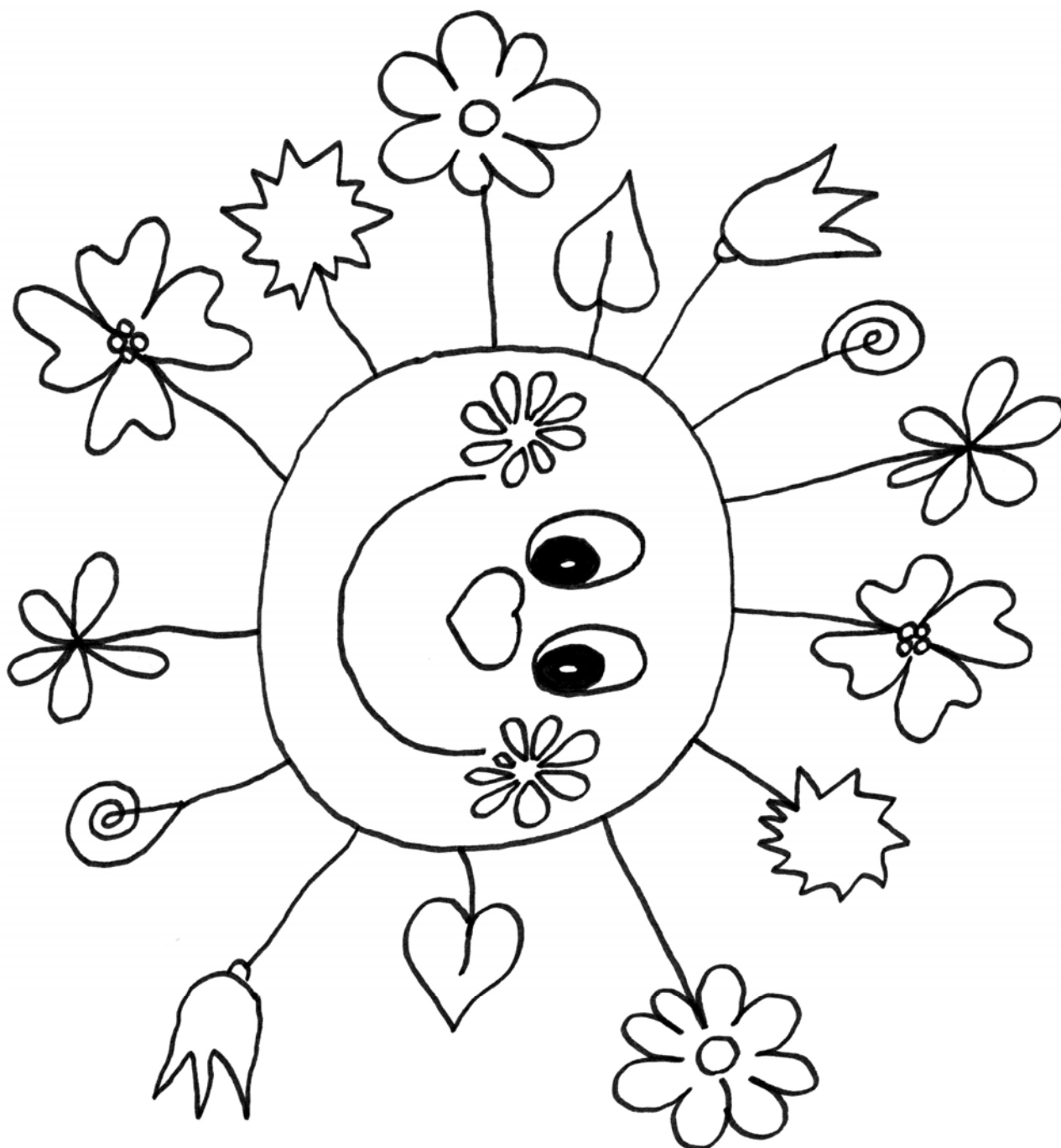
Říkej u toho básničku „Táta včera venku, našel první sněženku ...“

© Veronika Baudyšová, Ing. Arch. Zdeněk Baudyš





Téma: Březen 2t - Květiny na jaře - Sluníčko
© Tereza Bartošová



Téma: Březen 1t - Příklad jara - Sluneční paprsky
© Veronika Baudyšová, Ing. Arch. Zdeněk Baudyš

