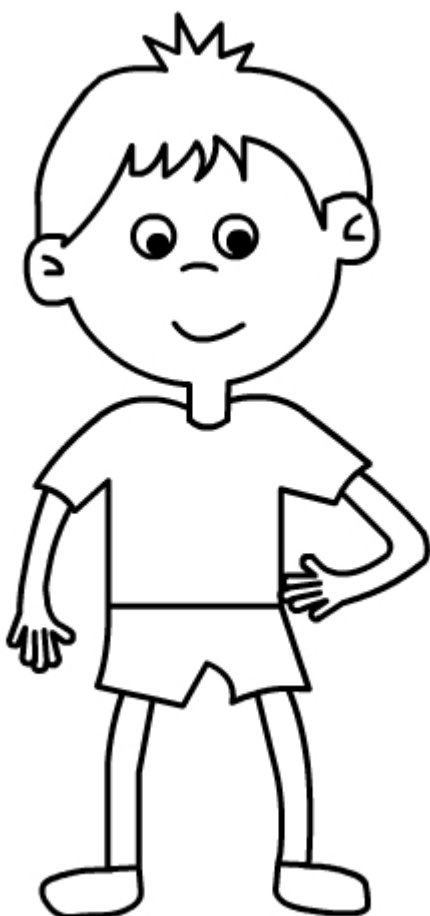


Téma: Tělo plné zdraví

- Popsat všechny části těla a stavbu těla, aby děti věděly, že se naše tělo skládá z orgánů, svalů, kostí a pokrývá ho kůže.
- Popsat obličej. Vyjmenovat naše smysly a spojit k nim části těla, které k nim patří.
- Říct si s dětmi co našemu tělu prospívá a co naopak ne.
- Vyjmenovat některé potraviny, které jsou zdravé a nezdravé.

Popis postavy



Děti mohou popsat obrázek nebo popíšu sebe. Začít popisovat od hlavy dolů. Procvičují si tím i řečové schopnosti a rozvíjejí si slovní zásobu.

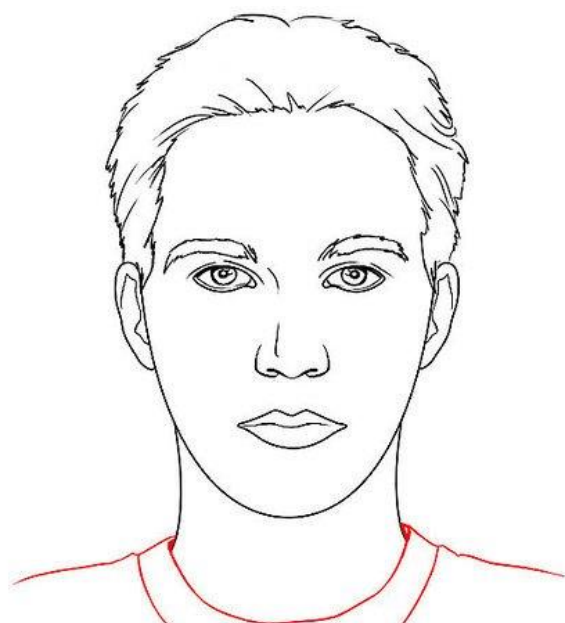
Děti mohou spočítat prsty na rukách i na nohách. Říct kolik máme očí, uší, rukou.

Můžete si s dětmi říct základní orgány (srdce, plíce, žaludek, mozek) a k čemu tyto orgány slouží. Ukázat jim obrázek například v encyklopedii nebo na internetu.

Popis obličeje a naše smysly

Děti mohou popsat obrázek nebo svůj obličej. Můžete se jich ptát ať vám ukážou, kde mají nos, pusku, uši atd. Děti vám mohou říct jakou barvu mají vaše oči, vlasy. Mohou se podívat na sebe do zrcadla a popsat svou barvu očí a vlasů.

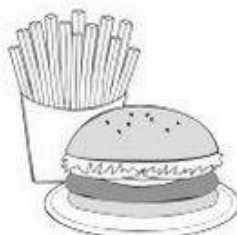
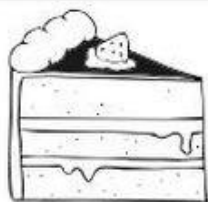
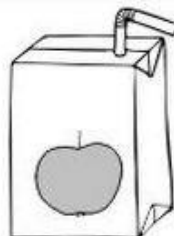
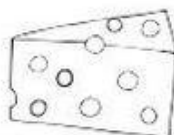
Seznamte děti se smysly. Zde dávám pracovní list, u kterého si děti můžou znalosti o našich smyslech osvojit.



Zdravé a nezdravé potraviny

Zde můžete s dětmi vyplnit tento pracovní list. Buď mohou děti jen popisovat co vidí a určit, co je zdravé a co ne a nebo postupovat podle pokynů na pracovním listu. Obrázky si nakonec mohou všechny vybarvit a procvičit si správné držení tužky.

NĚKTERÁ JÍDLA JSOU ZDRAVÁ A NAŠEMU BŘÍŠKU SE LÍBÍ, KDYŽ JE JÍME. JINÁ JÍDLA JSOU SICE DOBRÁ, ALE NAŠEMU BŘÍŠKU A ZOUBKŮM SE MOC NELÍBÍ. TAHLE NEZDRAVÁ JÍDLA BYCHOM MĚLI JÍST JEN VELMI MÁLO.
Z KAŽDÉ DVOJICE JÍDEL VYBARVI TO ZDRAVĚJŠÍ.



Nápady pro Aničku 

Pohybové chvílky

Překážková dráha

Pokud máte doma prostor nebo můžete využít venkovní prostor. Tak vytvořte s dětmi jednoduchou překážkovou dráhu. Například děti mohou podlézat stůl, židle, slalom mezi kelímky, přeskok snožmo nízké překážky, hod míčem na cíl, válení sudů.



Cvičení s říkankou



Pohybové hry

„Bublina“ – tato hra je u dětí velmi oblíbená

28

Bublina

Děti, velká novina,
přiletěla bublina.
Bublina se natahuje,
přitom pěkně poletuje.
Podívejte, děti,
jak bublina letí.
Přiletěla nad náš dům,
udělala prásk a bum.



1

Děti, velká novina,
přiletěla bublina.

(stojíme v kruhu co nejbliž u sebe, držíme se za ruce)



2

Bublina se natahuje,
přitom pěkně poletuje.

(pomalu roztahujeme kruh, držíme se za ruce, co nejdál od sebe)

Cvičení s hudbou

Známá písnička „Hlava, ramena“. Děti ji mají moc rádi a vždy se u ní hezky vyřádí.

Odkaz: <https://www.youtube.com/watch?v=h0XcdGIKTIY>

Dětská jóga

Můžete si s dětmi zacvičit i jógu u které se děti krásně protáhnou a zrelaxují.

Odkaz: <https://www.youtube.com/watch?v=qmiuH6Jnr4o>

Grafomotorická cvičení

- **Kresba obličeje**

Na papír předkreslit dětem kruh a děti jen kruh obtahují, při tomto pohybu si děti uvolní zápěstí. Poté děti mohou zkusit kruh nakreslit samy.

Dále mohou do kruhu (obličeje) nakreslit pusu, nos a oči.

- **Kresba postavy**

Děti mohou nakreslit maminku, tatínka, kamaráda. Můžete kreslit s dětmi, aby měli představu, jak má postava přibližně vypadat. Dbát na to, aby měla postava vše z čeho se skládá.

Řečové schopnosti

- **Nácvik říkanky s ukazováním**

„To jsou oči, to jsou uši,

(ukázat na oči a na uši)

za kytičkami se točí.

(otáčet hlavou doprava a doleva)

To je pusa, to je nos,

(ukázat na pusu a na nos)

kdo to neví ten je kos.

(prstem pohrozit „ty,ty,ty“)

To jsou ruce, to jsou nožky,

(zamávat rukama, zamávat nohama)

zadupeme do podložky.“

(zadupat)

Procvičování smyslů – Kimovy hry

Čich – Připravíme si například různé koření, ovoce, zeleninu. Nejdřív necháme děti vše očichat a seznámíme je s každou potravinou. Poté děti zavřou oči a musejí uhádnout podle čichu, která potravina to je.

Zrak – Připravíme na stůl například čtyři předměty. Děti mají čas si je prohlédnout a zapamatovat. Po nějaké chvilce předměty zakryjeme a děti vyjmenují, které předměty se na stole nacházejí.

Hmat – Do nějaké tašky dáme různé předměty a děti předměty poznávají podle hmatu.

Chuť – Připravíme si zase různé potraviny, klidně ty samé, které děti poznávaly podle čichu. Tentokrát je děti rozeznávají podle své chuti.

Sluch – Dětem pustíme přiložený odkaz a děti poznávají o které zvíře se jedná. Nebo si s dětmi můžete zahrát na schovávanou, kdy se vy schováte a děti vás hledají například podle tlesknutí.

Odkaz: <https://www.youtube.com/watch?v=QnuzTxmmW8Y>

Pracovní činnost

- **Výroba slunce**

Sluníčko děti vyrobí z obtisků svých dlaní. Buď použijí děti barvy a nebo si mohou zkusit ruku obkreslit a poté vybarvit.



- Všechny výrobky a činnosti můžete nafotit a opět zaslat na emailovou adresu. Jsme rádi za každou zpětnou vazbu. Budeme se těšit, a hlavně se moc těšíme na osobní setkání. 😊

