

Náměty na domácí práce s dětmi

soubor námětů č. 3

téma: KDYŽ PADÁ LISTÍ / Rostu zdravě

- prstová cvičení – postupné zavírání prstů do pěstičky a otvírání dlaně do natažených prstů, šroubování uzávěru PET lahve, hraní prsty na desku stolu jako „hra na piáno“
- procvičujeme kotoul vpřed s dopomocí
- hra na sochy – na signál zastavit a chvíli se nehýbat (pohotová reakce, ovládání těla)
- učíme se pohybem vyjádřit reprodukovanou hudbu – tanec dle fantazie
- gymnastika mluvidel – špulení rtů, nafukování do tváře, jazykem hladit zoubky, olizování rtů
- procvičování grafomotoriky – „Vaříme zeleninovou polévku“ (viz pracovní list č. 1)
- povídáme si o zdravé výživě, co prospívá našemu zdraví, co jsou vitamíny
- opakujeme poznatky o zelenině a ovoci
- jestli máte doma modelínu, některé ovoce nebo zeleninu zkuste vymodelovat
- povídáme si o očkování, jak předcházet úrazům, jak to chodí u lékaře, proč si čistíme zuby apod. – děti mluví o vlastní zkušenosti – vedeme děti, aby mluvily celou větou
- opakujeme si s dětmi hygienické návyky
- hledáme s dětmi vysvětlení k přísloví „Čistota půl zdraví“
- vedeme děti k samostatnosti během dne
- učíme se vázat uzlíky na provázku
- podporujeme u dětí přirozený pohyb – chůze v terénu, běh, kopaná
- při procházce máme daný cíl a hledáme cestu, jak dojít na určené místo, procvičujeme paměť – popis cesty, kudy jsme šli, co jsme viděli atd.
- procvičujeme různé druhy lezení, např. jako pejsek (ne po kolenou!), rak (pozpátku), krab (do strany)
- upevňujeme techniku stříhání a lepení, např. „Talíř zdravého jídla“ – na papír děti nakreslí talíř (kruh) a do něho nalepí vystřižené jídlo z letáku ze supermarketu (obrázky pak rádi v MŠ vystavíme)
- pojmenovávání a ukázání částí těla v rytmu říkanky:

Hlava, ramena, kolena, palce, kolena, palce, kolena, palce.

Hlava, ramena, kolena, palce, oči, uši, pusa, nos.

Říkáme nejprve pomalu a pak můžeme zrychlit.

Přejeme vám hodně zábavy, radosti a společných zážitků při plnění nových úkolů.

(Pracovní list číslo 1 k tomuto souboru námětů naleznete na následující stránce.)

Vaříme polévku. Nakrájej zeleninu – bramboru, cibuli a mrkev. Zeleninu dej do hrnce (čáry), přidej koření a sůl (tečky) a vše pořádně zamíchej (spirála).

