

MA	SU	2019	3	5
----	----	------	---	---

PLÁN VÝCHOVY A PÉČE

Dětská skupina MACEŠKA
školní rok 2023/2024

Cesta pro rodinu, z. ú.
www.cestaprorodinu.cz

Obsah

JAK TO U NÁS CHODÍ	3
ADAPTACE (ZVYKÁNÍ):	3
CÍLE VÝCHOVY A PÉČE V JEDNOTLIVÝCH OBLASTECH ROZVOJE	4
ROZVOJ SEBEOBSLUHY A SAMOSTATNOSTI:	4
ROZVOJ SOCIÁLNÍCH DOVEDNOSTÍ:.....	4
ROZVOJ HRUBÉ MOTORIKY:	4
ROZVOJ JEMNÉ MOTORIKY:.....	4
ROZVOJ GRAFOMOTORIKY A KRESBY:	4
ROZVOJ ZRAKOVÉHO VNÍMÁNÍ:	4
ROZVOJ ŘEČI:.....	4
ROZVOJ SLUCHOVÉHO VNÍMÁNÍ A PAMĚTI:	4
ROZVOJ MATEMATICKÝCH PŘEDSTAV:	4
ROZVOJ ROZUMOVÝCH SCHOPNOSTÍ:.....	4
ROZVRH DNE	6
ZDRAVÝ ŠKOLNÍ ROK 2023/24	7
PROVÁZET NÁS BUDE OVOCE A ZELENINA A KAŽDÝM ROČNÍM OBDOBÍM ZVÍŘÁTKO.....	7
PODZIMEM NÁS DOPROVODÍ JEŽEK	7
ZÁŘÍ S JABLÍČKY	7
HRUŠKOVÝ ŘÍJEN	7
CITRÓNOVÝ LISTOPAD.....	8
ZIMOU NÁS PROVEDE MEDVĚD	9
POMERANČOVÝ PROSINEC	9
LEDEN S BANÁNEM	9
ÚNOR S PAPRIKOU	10
JARO PROSKÁČEME SE ZAJÍČKEM	11
MRKVOVÝ BŘEZEN	11
DUBEN KEDLUBEN	11
RAJČÁTKOVÝ KVĚTEN.....	12
LÉTEM S NÁMI POLETÍ ČÁP.....	13
OKURKOVÝ ČERVEN.....	13
PRÁZDNINY PLNÉ OVOCE A ZELENINY	13

Jak to u nás chodí

Při poskytování péče respektujeme **individualitu** dítěte, jeho schopnosti i momentální náladu. Snažíme se využít každou situaci k navození dobré pohody, námětu poznávání a všestrannému rozvoji.

Během **volné hry** bereme ohled na vlastní volbu každého dítěte, jak a s čím si chce hrát. Jsme připraveni dítě, v této jeho aktivitě podpořit a nabídnout mu další navazující činnosti.

K dobré pohodě je potřeba zajistit dětem **pocit bezpečí a sounáležitosti**. K tomu velmi přispívá vstřícný a individuální přístup ke každému dítěti i jeho rodině, uspokojení základních biologických potřeb, dodržování pravidelného denního režimu i využití rituálů a opakujících se činností, které dětem usnadňují časoprostorovou orientaci i socializaci. **Opakování** společných činností, říkanek, písniček je pro nejmenší děti velmi důležité - snadněji se učí a přijímají nové činnosti, nové členy skupiny, přináší jim to pocit jistoty, pomáhá jim to uvědomit si samy sebe, že něco zvládají, že se mohou přidat k ostatním, že někam patří. Toto je potřeba si uvědomit, především vzhledem k nízkému věku dětí v Macešce (většinou 2-4 roky), a také vzhledem k měnícímu se kolektivu.

Společně organizované činnosti jsou nejen předem plánované a navozené, ale také improvizované, kdy využíváme momentální nálady a chuti dětí zabývat se nějakou, v danou chvíli vzniklou aktivitou, nápadem. Organizovaný program pro děti je motivovaný **měsíčními tématy**. Toto téma propojuje společné i individuální aktivity, vede k novým možnostem poznávání sebe, okolí, vztahů i pojmů. Toto téma se odráží ve výtvarných, hudebních, řečových i pohybových aktivitách.

V případě docházky **dítěte se specifickými potřebami** vychází náš přístup vždy z podrobné informovanosti od rodičů, respektujeme jejich požadavky a možnosti dítěte. Případného asistenta zajišťují rodiče po dohodě s námi. Docházku dítěte se specifickými potřebami vždy dobře zvažujeme a dítě přijímáme do kolektivu jen tehdy, jsme-li ve shodě, že to společně zvládneme. V takovém případě jsme připraveni spolupracovat s dalšími odborníky, aby se dítěti dostalo potřebné péče.

Naším cílem je kvalitní všestranná péče o děti a vstřícná spolupráce s rodinou.

Adaptace (zvykání):

Snažíme se dětem i rodičům maximálně pomoci v nácviku odloučení. Dbáme na co nejmenší projevy separační úzkosti, která je u dětí normální a pochopitelná. Vychází z vývojové fáze každého dítěte. Závisí na jeho povahových rysech i na přístupu rodičů. Ve spolupráci s rodiči se maximálně snažíme najít pro všechny přijatelnou cestu k zvyknutí si na pobyt ve skupině a na odloučení.

Vzhledem k našim zkušenostem volíme nejraději, po dohodě s rodiči, pomalý nástup. Dítě přijde napoprvé jen do oběda, až to vypadá dobře a ideálně když chce samo, přidáme oběd a stejně tak postupujeme i při přidání spaní. Snažíme se dítě motivovat, aby se těšilo na oběd v kolektivu a pak i na spaní.

Umožňujeme dětem nosit si s sebou oblíbenou hračku nebo plyšáka apod. Někdy také může pomoci fotka usmívajících se rodičů (většinou mamky) ☺.

Cíle výchovy a péče v jednotlivých oblastech rozvoje

Rozvoj sebeobsluhy a samostatnosti

- zuje si boty, svlékne se, oblékne si kalhoty a s pomocí tričko, ohlásí potřebu, navlékne si spodní prádlo, umyje si ruce, nají se lžící, napichuje na vidličku, pije z hrnečku

Rozvoj sociálních dovedností

- bez potíží se odloučí od rodičů, umí počkat na ostatní, střídá se ve hře, půjčí hračku, snaží se používat slůvka prosím, děkuji, promiň, umí se zapojit do společných činností a rituálů, umí se rozdělit

Rozvoj hrubé motoriky

- střídá nohy po schodech nahoru, s držením sejde schody dolů, bezpečně se pohybuje v terénu, zvládá chůzi po obrubníku, vede koloběžku a zkouší na ní jet, střídá nohy na odstrkovadle, hodí míčkem daným směrem, sedí na patách, sedí v sedu zkříženém, stojí na jedné noze, poskočí po špičkách, seskočí sounož z 30 cm, s pomocí zkouší udělat kotrmelec, vyleze kus po žebřině

Rozvoj jemné motoriky

- postaví 5 kostek na sebe, navlékne 3 velké korále, zasune 3 tvary do správného otvoru, válí žížalu z modelíny, utrhne kus kapesníčku a muchlá ho do kuličky, umí správně uchopit nůžky, zkouší stříhat rozepne zip

Rozvoj grafomotoriky a kresby

- dokáže správně držet a vést pastelku, kreslí kruhové čmáranice, kreslí krátké vertikální čáry, vybarví plasticky vymezenou plochu, zkouší vybarvovat omalovánky

Rozvoj zrakového vnímání

- dokáže třídít předměty podle barvy, podle tvaru - stejné ke stejnému, rozpozná známou věc, zvíře, tvar mezi dalšími na obrázku, snaží se skládat puzzle

Rozvoj řeči

- rozumí pokynům, tvoří věty o třech slovech, učí se používat zájmeno já, ty, my, umí odpovědět, zeptat se, snaží se napodobit správnou artikulaci při zpěvu i v řeči

Rozvoj sluchového vnímání a paměti

- otáčí se za zvukem, rozpozná známé zvuky a pojmenuje je, rozpoznává známé písně podle melodie, pamatuje si jednoduché říkanky a písničky, naslouchá čtenému slovu, umí odpovědět na otázky týkající se přečteného

Rozvoj matematických představ

- pozná množství dva, rozliší kruh, roztřídí kostky a koule, pojmenuje počet prstů na jedné ruce, rozlišuje větší - menší, nahoře - dole, plný - prázdný, nad - pod, vepředu - vzadu

Rozvoj rozumových schopností:

- pojmenuje alespoň dvě základní barvy, učí se rozlišovat a pojmenovat další
- učí se napodobit vzorec
- ukáže a pojmenuje základní části lidského těla
- pozná a pojmenuje některá domácí, volně žijící i cizokrajná zvířata, učí se názvy mláďat
- učí se rozdělit a pojmenovat ovoce a zeleninu
- třídí předměty a pojmy do skupin podle sounáležitosti
- chápe časové pojmy – ráno, odpoledne, večer; učí se názvy dnů v týdnu, jména ročních období

- učí se chápat dějovou posloupnost
- orientuje se v základních emocích – smutek, radost, zlost, strach, láska
- rozumí co je rodina, pojmenuje její členy, učí se rozlišovat pojmy: muž, žena, holka, kluk, máma, táta, babi, děda, dítě, dospělý, mladý, starý
- seznamuje se s lidskými činnostmi, povoláními, ekologií – učí se rozlišovat a třídit odpad
- orientuje se v základních pojmech o přírodě – strom, kytky, tráva, zvíře, noc, den, slunce, mrak, počasí

Rozvrh dne

7:00 - 8:30

- volná hra s využitím různých hraček, skládanek, stavebnic, leporel a didaktických pomůcek, individuální i společné výtvarné aktivity – modelování, kreslení, malování, lepení, stříhání

8:30 - 9:00

- uvítací kroužek na koberci, přivítání, seznámení, opakování jmen, povídání
- cvičení se zaměřením na správné držení těla, rozvoj hrubé motoriky a rozumových schopností, posílení a protažení jednotlivých svalových skupin, využití prvků jógy pro děti, masážních míčků, šátků, stuh, balančních kamenů, motivačních říkanek a písniček, tanečky, dětské pohybové hry, motorické dráhy s využitím padáku, gumy, tunelu, lavičky

9:00 – 9:30

- hygiena a svačina

9:30 – 10:00

- společné aktivity zaměřené na rozvoj rozumových schopností a dalších dovedností
- zpívání u piana nebo s kytarou s využitím obrázků, hry na tělo, rytmických nástrojů
- v létě brzký odchod ven (zpívání na zahradě...)

10:00 – 11:00

- pobyt a aktivity venku, na zahradě, na pískovišti, procházka parkem, městem, návštěva dopravního hřiště, různých prolézaček v našem okolí, návštěva knihovny, koncerty ZUŠ

11:00 – 12:00

- hygiena, příprava na oběd s říkankou, oběd, hygiena, příprava na odpočinek

12:00 – 14:00

- „peřinkový“ rituál před spaním, čtení pohádky, tichý zpěv ukolébavky, spánek (stane-li se, že některé dítě neusne, může vstát a věnovat se klidovým činnostem u stolečku)

14:00 – 14:30

- hygiena, převlékání, svačina

14:30 - 16:30

- volná nebo organizovaná hra, motorická dráha, hudebně-pohybová chvílka, individuální výtvarné činnosti
- aktivity v dolní herně – hra v kuličkovém bazénku, cvičení na balóněch, jízda na odstrkovadlech, lezení po žebřině, trampolína
- pobyt na zahradě s využitím pomůcek jako látkový tunel, balanční chodníček, obruče, létací talíře, křídly, bublifuk, hra na pískovišti, zalévání, sprchování

ZDRAVÝ ŠKOLNÍ ROK 2023/24

Provázet nás bude ovoce a zelenina a každým ročním obdobím zvířátko.

Podzimem nás doprovodí ježek

Září s jablíčky (návrhy aktivit):

- **povídání a seznamování mezi dětmi, s dětmi a s rodiči**, nastavení pravidel v Macešce, postupný nácvik režimu dne, vše děláme stále stejně, používáme kreslený rozvrh dne, dbáme na opakování situací, her, říkanek, jmen pro snazší adaptaci dětí
- **povídání** o změnách počasí, co se děje s přírodou, jaké zraje **ovoce**, jakou barvu mohou mít jablíčka, kde rostou, kdo se živí jablíčky, kdo může bydlet v jablíčku, čím se živí ježci, proč jsou jablka a další ovoce zdravá...
- **procházky** do přírody, pozorování zahrad (kde všude rostou jablka, máte doma, u babičky jabloň..., jaké další plody můžeme vidět, sběr jeřabin, přírodnin...)
- **pobyt na zahradě** - pískoviště, zalévání, hrabání, bublifuk
- **hudebně pohybové aktivity** s říkankami, se zpěvem, s kytarou nebo pianem, s využitím **hry na tělo** či rytmických nástrojů, píseň „Já mám koně“ (když já jim dám jablíčko, poskočí si maličko...) „Měla babka čtyři jabka“ - využít písně k počítání jablek – miska se 4 jablky
- cvičení, **organizovaný běh a poskoky** s provázky, stuhami, šátky
- **pohybová hra** „Myšičko, myš!“ (opatrný postup při fyzickém kontaktu mezi dětmi, i mezi dětmi a dospělým), **kimovka** s ovocem, **schovávaná** s jablíčkem
- nácvik tanečku „Měl jsem myšku tanečnici“ - důraz na výraznou artikulaci pro motivaci dětí k nápodobě správné **výslovnosti**, uvolnění mluvidel, výrazná, pomalejší rytmizace pro snadnější naučení tanečku
- hledání předmětů - kostek, korálků – třídění **barev a tvarů**, následná stavba, **navlékání**, provlékání provázku
- **lepení** jeřabin, zrníček (do tvaru jablka), lepení natrhaných papírků do jablíčka s červíkem
- **vybarvování** jablka podle předlohy, jablíčkové **obtisky** červenou barvou
- **čmárání** pastelkou a pokusy o **kruhové** čmáranice - klubíčka, jablíčka **červenou** pastelkou s využitím **říkanky**: „Jabličko se kutálí“
- **strouhání** jablek na struhadle (mrkvovojablečný salátek)
- **čtení** a povídání nad knížkou Jiřího Suchého „Veselá zahrádka“
- **ukolébavka** „Hvězda“ (B. Smetana)

Hruškový říjen (návrhy aktivit):

- **povídání** o přítomných dětech, opakování jmen, o podzimu - červená barva listů se mění na žlutou, zelená na žlutou u hrušek, kde spinká, čím se živí ježek, veverka a další zvířátka, jak se připravují na zimu, využití leporel, fotek...
- **procházky** po okolí - hledání zahrad s hrušněmi, sběr pěkných barevných listů, **kaštanů**, zkusit najít žízalu, pouštění draka

- **hudebně pohybové aktivity** na koberci se žlutými stuhami, šátky, zpěv, piano, kytara, rytmické nástroje, hra na tělo
- **pohybová hra „Na ježka“**, kimovka a schovávaná s jablíčky a hruškami
- **cvičení a masáže** s „bodlinkovými“ míčky, **ukazovací říkanka „Foukej, foukej větříčku“** - počítáme do dvou
- **třídění a rozlišování** žlutých, červených, zelených kuliček, korálků, pastelek...a jejich následné použití podle nápadů dětí (zelenožlutá hruška – **společná výtvarná práce** na velký papír)
- čmárání a **kresba** žlutého kruhu, klubíčka, sluníčka s opakováním říkanky „Sluníčko se kutálí...“ - využití trojúhelníkových voskovek pro správný úchop, nácvik držení běžné pastelky
- **obtiskování** listí, výroba kaštanových ježků, **zapichování** ovocných špízů do hrušky (hruškový ježek)
- **vybarvování hrušky** prstovými, temperovými barvami, pastelkami s využitím básně „Vezmi žlutou tužku, namaluj mi hrušku“ - důraz na výrazné pohyby úst, pro motivaci dětí k nápodobě správné výslovnosti a uvolnění mluvidel
- **modelování** žížaly z plastelíny „Válím, válím žížalu“
- **mixování** hruškového-jablečného smoothie – rozlišování vůní jablka a hrušky
- návštěva **knihovny** a výběr knížky o ovoci
- **čtení** „Včelí medvídci“
- **ukolébavka** „Princi můj maličký“ (Mozart)

Citrónový listopad (návrhy aktivit):

- **povídání** o větru, o dešti, o změnách barev v přírodě, o teplém oblečení, o předcházení nemocem, je někdo z kamarádů nemocný, listí hnědne, zvířátka se schovávají, lidé si vaří **čaj s citrónkem a medem**, kde jsou včelky v zimě, jak vzniká med, využít knížku „Včelí medvídci od jara do zimy“
- učíme se poznat **hnědou** barvu, opakujeme **žlutou** a **červenou**, hledáme hnědé listí, necháme shnít jablko, hrušku, citrón, banán
- **počítání** - rozlišujeme množství 1, 2, 3 kaštiny, knoflíky, citróny
- **běhání** venku do kopce a z kopce, šustění listím, využití větrného počasí ke **hrám s padákem**, pouštění draka, pomalá chůze do kaluží a pozorování šlápůt
- **cvičení** na molitanových kostkách, protažení páteře, sed na patách, běh vpřed, vzad, po čtyřech, skákání a přelézání překážek - využití písni „Kočka leze dírou“, „Skákal pes“, slalom mezi citróny
- **hod** kaštanem do kyblíku, rozhazování a sbírání žlutých, červených, zelených kuliček s opakováním barev
- **hudebně pohybové hrátky**, běh okolo kruhu s využitím pomalé a rychlé hry na piano, **pohybová hra „Na čaroděje“** - proměna ve zvířátka
- **zpívání** s pianem, kytarou, xylofonem a různými rytmickými nástroji (vařečky, hrnce, kelímky, lžičky a skleničky) **písně** „Tři citrónky“, „Listopad, listopad“ - důraz na výrazné pohyby úst, pro motivaci dětí k nápodobě správné výslovnosti a uvolnění mluvidel
- **lepení** knoflíků, listí (listové strašidýlko, hmatový chodníček...)
- **vyrábění** prasátka z citrónu
- **modelování, válení a vykrajování modelíny** (ovocný košík, miska – ovoce z modelíny...), opakování barev a tvarů
- mačkání **citrónové šťávy**, ochutnávka, výroba citronády – pojem kyselý x sladký, sušení citrónové kůry, vnímání vůně
- **čtení** a prohlížení knížky „Haló, haló, paní kočko“ - povídání o obrázcích v této knížce, kterou ilustroval oceňovaný výtvarník Ľuboslav Paľo

- **v knihovně** půjčit něco o medu, o citrónech, zdraví
- **čtení** „Pohádkový dědeček“
- **ukolébavka** „Ho, ho watanay“ (Žalman)

Zimou nás provede medvěd

Pomerančový prosinec (návrhy aktivit):

- **povídání** o Vánocích, o tradičním jídle a zdraví prospěšnosti, o sněhu a zimních sportech (fotky, kuchařka, listování, které jídlo máme rádi, jakou barvu mají pomeranče, kde rostou, proč nám chutnají, proč je dobré běhat, lyžovat, hýbat se, co dělá medvěd a další zvířátka v zimě...)
- **venkovní aktivity** podle počasí – stavba sněhuláka, oranžový nos z pomerančové kůry, mrkve, tvarování koulí různých velikostí, hod na cíl, nabírání lopatou, rozšlapávání, chůze ve stopách...
- nácvik **písně** „Jaro, léto, podzim, zima to je celý rok“
- **zpívání koled** a zimních písniček „Ježíšku, panáčku“, „Půjdem spolu do Betléma! „Mik, Miku“, „Rolničky“ - využití jemných skleněných zvuků a rolniček, rytmizace se lžičkami a skleničkami
- **zpívání** s využitím kytary, rytmických nástrojů, zvonečků, xylofonu, také seznámení s trubkou - jaká je? - zlatá, kovová (zkusit pozvat nějakého trumpetistu)
- učíme se poznat **zlatou a oranžovou barvu**, chuť a vůni pomeranče a rozlišit ji od ostatních, schovávaná se zlatými zvonečky, hledání zvonků **podle sluchu**, slepé hádání **podle chuti a vůně...**
- **předvánoční nebo adventní setkání s rodiči**, prarodiči, sourozenci a dětmi pod stromečkem v Macešce - ukázka hudebně-pohybové chvílky, zpívání koled, zkusit s dětma den předem upéct tyčinky z listového těsta, přinést perníčky, namíchat voňavý pomerančový džus...
- **pohybové aktivity** na koberci - balanční chodníček z kamenů, chůze a dupání jako medvědi, koulení pomerančů po lavičce, podávání pomeranče nad hlavou v sedu na lavičce...
- **lepení** a počítání zlatých hvězdiček, vykrajování tvarů z pomerančové kůry, malování a zdobení vánočního stromečku nebo kapříka na papíře s využitím zlatého lepidla, třpytek, brokátového papíru...
- nácvik **držení nůžek**, stříhání pásu zlatého, bílého, fialového papíru na kousky, použití běžných dětských a speciálních dvojitých nůžek – využít na výrobu ozdobiček
- **společné zdobení stromečku**
- vyrobíme **vánoční přáníčko** - využití trojúhelníkových voskovek pro správný úchop, nácvik držení běžné pastelky, práce s temperovými barvami a správný úchop štětce
- vyrobíme voňavý svícen - skořici zapichovat do pomeranče...
- **čteme** knížku „Co mně ryba vyprávěla“
- **ukolébavka** „V jeslích dítě spinká“ (Spirituál kvintet)

Leden s banánem (návrhy aktivit):

- **povídání** o sněhu a mrazu, o teplotě, o oblečení, o vitamínech, **kimovka** s oblečením, s ovocem, kdo má rád banány, jakou mají barvu, kde rostou, co dělá opice a další zvířátka v zimě, stavění brlohu z molitanek, leparelo ZOO, divadýlko s opicí a slonem

- **procházk**y venku, různé druhy chůze na hřišti u Penny, pobyt na zahradě - stavíme hromady z koulí, říkáme si, která je velká a která malá, nabírání sněhu na lopaty, nosíme krmení pro zvířátka do parku, do lesa, **pozorování** stop ve sněhu...
- **opakování** básničky „Kulička se kutálí, vůbec ji to nebolí“ - koulení sněhových koulí
- **cvičení** zaměřené na **správné držení těla**, chůze po laně, nácvik stoje na špičkách, na jedné noze...
- pohyb, **tanec** podle **zpěvu** nebo piana na koberci (jako vločky sněhu, jako vánice, jako zmrzlíci...)
- učíme se píseň: „Sněží, sněží, mráz kolem běží“ a „Bílá, bílá, bílá, bílá, komu by se nelíbila“ - důraz na výrazné pohyby úst, pro motivaci dětí k nápodobě správné výslovnosti a uvolnění mluvidel
- přemýšlíme a ukazujeme si: co je **bílé**, jak taje sníh, jak mrzne voda
- hledáme korálky, bílé kostky, které následně navlékáme, stavíme z nich komín, vysvětlujeme **rozdíl mezi kostkou a koulí**, hrajeme schovávanou s banánem, skládáme slepovací ovoce, **třídíme** plastové i opravdové **ovoce a zeleninu** podle druhu, hledáme a počítáme banány
- **muchláz** z papírových kapesníků a krepového papíru (společné vyrábění sněhuláka s využitím básničky „Sněhuláček panáček“)
- pokračujeme v nácviku **stříhání** - bílé kousky na vylepení sněhuláka
- **malování** bílou temperou na černý papír - prsty, štětce, houbičky, obtisky
- **mačkání banánu vidličkou** - sami si vyrobíme svačinu - rozmačkaný banán s bílým jogurtem nebo banánový mléčný koktejl v mixéru - dohodnout s rodiči...
- **čtení** pohádky „Opuštěný sněhulák“ z knížky „Modrý a žlutý vláček“ - děti zkoušejí pomocí otázek vyprávět děj podle obrázků
- **čtení** knížky „Žirafí příběhy“
- **ukolébavka** „Veliký Manitou“

Únor s paprikou (návrhy aktivit):

- **povídání** o zdraví, o potravinách, co jedí lidé a co zvířátka, jaké barvy může mít paprika, kde roste, pěstujeme ji ve skleníku, chutná nám paprika, co nás v zimě zahřeje a co ptáčci, zvířátka v lese (písnička „Típ, típ típ vrabec vrabce štíp“ s prstovým doprovodem, dvě kápie coby dva ptačí zobáky...)
- **opakování** názvů oblečení a jeho barev, hrátky s oblečením - ponožky na ruce, tričko na hlavu...
- **venku** pozorování mraků a různých odstínů oblohy
- **cvičení** - s nafukovacími balónky, s černými stuhami jako havraními křídly, vrabčí poskoky
- nácvik **přecházení po lavičce** různými způsoby - po nohách, po kolenou, po bříšku, seskok sounož, trakař...
- zajdeme do **herny RC do kuličkového bazénku**, začneme trénovat lezení na **žebřiny** a po lavičce dolů
- **hudebně pohybové chvílky** - zpěv, piano, kytara – běhání, lítání kolem kroužku jako havrani, dupání jako medvědi, klapání pusou jako kapříci v rytmu melodie, rytmizace s nástroji, hra na tělo
- **piano** - děti zkouší hrát hluboké tóny-medvěd, střední tóny - zajíček, vysoké tóny - ptáček
- **krájení a ochutnávka všech druhů papriky**, listování v kuchařce, opakování barev...
- společná příprava svačinky (**papriková** lodička s uvařeným vejcem jako panáčkem, jednohubky ozdobené paprikou...domluva s rodiči, že mohou jednu svačinku vynechat)
- **barvení** papírových talířů, výroba medvědí masky...
- **navlékání** korálků různých tvarů a odstínů, **stavba** komínu z kostek
- **modelování** sněhuláka z modré plastelíny, opakování básně „Sněhuláček, panáček“
- **čtení** „Pohádky do postýlky“
- **ukolébavka** „Černé oči“

Jaro proskáčeme se zajíčkem

Mrkvový březen (návrhy aktivit):

- **povídání** o jaru, **zelené** trávě, o mláďatech, čím se živí zajíci, králíci, mají rádi mrkev a děti taky, kde roste mrkev - didaktická pomůcka LOGICO, leporela, fotky, plastová zvířátka, divadélko „Zabloudilo kuřátko“
- **povídání** o lidech, **o rodině**, o lidských mláďatech (velký nákres domečku – děti napovídají, co ještě dokreslit – mámu, tátu, mimi, babi, pejska, zeleninovou zahrádku s mrkvičkou...)
- **procházky** a pozorování jarní přírody - kočičky, pupeny, tráva, sněženky, **do truhlíku zasít mrkev...**
- hraná pohádka „Boudo, budko“ na dopravním hřišti nebo v herně s plyšovými zvířátky - vymýšlení přídomků – já, zajíček ušáček, myška hrabalka...
- při procházkách trénujeme básničku „Táta včera na venku našel první sněženku“
- **pohybová hra** „Zajíček v své jamce“
- **cvičení** - dřep jako zajíček, sed na patách a klubíčko jako kořátko, chůze naboso po zeleném laně, po zeleném koberci, po lavičce, vyrobit hmatový chodníček)
- **zpívání** jarních písní („Na jaře, na jaře čáp jede v kočáře“ „Vozilo se na jaře“)
- **hudebně rytmizační aktivity** s nástroji, lžičkami, kuličkami, kytarou, pianem, reprodukovanou hudbou - pohyby, běh, chůze přizpůsobujeme rytmu a rychlosti písní, skladeb
- **stříhání**, lepení papírové trávy - využití dvojitých nůžek, různé druhy lepidla
- **čmárání** zelenou pastelkou, **malování** prstovými barvami v rytmu písně „Travička zelená“ - využití trojúhelníkovitých voskovek pro správný úchop, nácvik držení běžné pastelky, na vybarvený papír nalepit složeného zajíčka a mrkvičku z kuliček krepového papíru - **muchláz**
- pokusy s **mícháním barev** modrá + žlutá = zelená, žlutá + červená = oranžová jako mrkev
- **strouhání mrkve** a jablíčka na ručním struhadle (v mixéru dodělat salátek)
- **provlékání** zelené, **oranžové** barvy vlny, stuhy, provázku otvorem různých velikostí - ruličky, špulky, knoflíkové dírky..., namotávání, **šmocrhání** vlny a následné nalepení - výkresy použít do hmatového chodníčku
- **setkání rodičů a dětí** v Macešce se zpíváním, vyráběním, hraním, povídáním o přechodu do MŠ... (k obcerstvení nabídnout společně vyrobený mrkvový salátek)
- **čtení** knížky „Včelí medvídci od jara do zimy“
- **ukolébavka** „Dobrou noc, má milá“

Duben kedluben (návrhy aktivit):

- **povídání o zelenině**, ukázka různých druhů - kedlubny, ředkvičky, ředkev, kořenová - ochutnávka, **kimovka**, jedl by zajíc kedluben, půjčit knížku o zajících, králících...
- o kytkách a jejich barvách - **fialové** macešky, žluté petrklíče a pampelišky, využití knížky „Kytice, kytky, kytičky“
- **povídání o Velikonocích**, o lidových zvycích, o tradičním jídle - přinést nebo upéct velikonočního beránka
- **sázení** macešek na zahradě, zalévání, okopávání (myslíme na zasetou mrkev, můžeme truhlík přenést ven)
- hledání fialek při **procházkách v parku, v lese** - báseň „Fialinka voňavá“ - myslet na výraznou artikulaci pro motivaci dětí k nápodobě správné **výslovnosti** a uvolnění mluvidel, **kladení otázek** během pobytu venku - kde bydlí zajíček, koho se bojí, co baští, jaké má uši, nohy, kožíšek...

- **návštěva v MŠ Čtyřlístek, MŠ Sluníčko** - zahrada, setkání s učitelkami a dětmi...
- **cvičení** na ovčí kožešině - hmatové vjemy rukama, nohama, zkusit kotrmelec, hod kuličkou, korálky na kožešinu, cvičení s **mašlemi** - běhání, mávání, omotávání
- **v herně RC trénujeme lezení po žebřině** a klouzání po lavičkové klouzačce
- **dechová cvičení** s vůněmi kyttek - hyacint, frézie, ovoce - citrón, pomeranč, koření - skořice, hřebíček, bylinek - máta, meduňka – rostou u nás na zahradě, olejíčků (firma ATOK)
- **hudebně pohybové aktivity a zpěv** u piana nebo s kytarou - zpívat různé slabiky místo textu, melodické hádanky, opakování dětských písniček
- nácvik písně „Běžela ovečka“
- **taneček „Pásla ovečky“**, opakování pohybových her
- **míchání barev** (modrá + červená = fialová) – společná výtvarná práce na nástěnku (vystříhat fialová, červená, modrá vajíčka, kytky a nalepit do zeleného podkladu z března)
- **barvení nebo polepování velikonočních vajíček**
- nácvik říkanky „Hody, hody doprovody“
- **muchlání** vaty - výroba ovečky
- **pletení** žilky - pozvat někoho zručného na dopolední velikonoční prográmek s pletením žilky a vázáním mašlí
- **v knihovně** půjčit něco o zelenině (fotky, zahrádkářská literatura, leporelo), o Velikonocích (Josef Lada...)
- **čtení „Pohádky ovčí babičky“**
- **ukolébavky** na přání dětí (známe jich už sedm ☺)

Rajčátkový květen (návrhy aktivit):

- **pozorování a povídání** o kvetoucí přírodě - růžově kvetoucí stromy, sakury na sídlišti i jinde, pupeny, nové lístečky, malé včeličky - poslech bzučení v korunách stromů
- **návštěva zahradnictví (Kalousovi) s povídáním o pěstování rajčat a další zeleniny, o důležitosti včel** (domluvit ochutnávku už zralé zeleniny, pažitky, medu, třeba bychom mohli koupit sazenice rajčat...)
- **pobyt a sportovní aktivity na zahradě RC, hřišti u Penny, dopravním hřišti** - balóny, létací talíře, padák, lano, koloběžky...staráme se o mrkvičku
- **cvičení** pro správné držení těla - opakujeme a procvičujeme sed zkřížený, sed na patách, stoj na jedné noze, dlouhý, rovný krk, dlouhá pata, chůze po špičkách, patách, hranách, poskoky na papírových talířích, úchopy šátků, kostek prsty na nohách, **prstová cvičení** s říkankou „Pavouček“
- **procvičování hlubokých nádechů a výdechů** - vleže s rukama na bříšku, vsedě s rukama ze strany hrudníku, po námaze, foukání do peříček, kousků papíru...
- **hudebně pohybové aktivity** s kytarou, u piana, rytmizace, hra na tělo
- **míchání barev** (bílá + červená = **růžová**)
- **malování** „kuličkovou“ technikou (lepení vystřižených květů, společná výtvarná práce)
- **krájení rajčátek**, porovnání různých druhů, barev a velikostí
- **čichová hádanka** (rajče X cibule...)
- **čtení** (knihovna)
- **rýmované pohádky F. Hrubína** (Perníková chaloupka, O veliké řepě, Paleček a jeho kamarádi...)
- **ukolébavky** dle volby dětí

Létem s námi poletí čáp

Okurkový červen (návrhy aktivit):

- **povídání** o létu, o čápech, žabkách - kde můžeme vidět čápy, jaké mají peří, rozdíl mezi peřím a kožíškem, kde byli přes zimu, kam se vracejí, čím se živí... jak se líhnou žáby – pětivrstvé puzzle “Vývoj rosničky”
- o zdravém jídle - o zelenině, o okurkách, kde rostou, jakou mají barvu, musejí se zalévat, okopávat „Šel zahradník“
- lepoprelo „Tuze hladová housenka“ (ovoce, zelenina, matematické představy, vyprávění podle obrázků)
- **chodíme** do parku, na prolézačky, na dopravní hřiště - zkusíme si uvědomit, kde je vpravo
- **hrajeme si na zahradě** - pískoviště, lopatky, bábovičky, hrabičky, padák, venkovní chodníček, překážková dráha, masážní dlaždice, balanční trychtýř
- **sázíme** afrikány, měsíčky, konvičkami a hadicí zaléváme kytky, bylinky, nasetou mrkev i sebe ☺
- **akce na zahradě - opékání buřtíků** - v posledním týdnu školního roku - rozloučení s odcházejícími dětmi a rodiči
- **cvičení** s masážními míčky, kuličkami, opakování zkříženého sedu „na turka“ „Sedí turek, hlavou kývá“ - rozdíl mezi sedem na patách, sedem s opřenými chodidly, sedem zkříženým
- žabí **skoky** s písničkou „Na potoce žába skáče“
- **protahování** páteře, končetin, podkolení, chodidel, dlaní, prstů „Žába leze po žebříku“, „Pavouček“
- **v herně RC procvičujeme** lezení po žebřinách a kloužeme po lavičkové klouzačce
- **zpívání** s pianem, s rytmickým a pohybovým doprovodem „Andulka konopí močila“
- písnička s pohybovým doprovodem „Čáp, čáp, čáp do bláta si šláp“
- **opakování hudebně pohybových** aktivit, říkanek, tanečků - Zajíček, Pásla ovečky, Ježek, Čaroděj, Na auta, Žabka, Myška...
- **pohybová hra** „Čáp ztratil čepičku“ - procvičování barev, koordinace pohybů
- **třídění, rozlišování, počítání** - korálky, kuličky, oblečení, opakování všech barev
- **schovávání, hledání, počítání**, lovení rybiček, žabiček venku i v herně
- **míchání** temperových barev (žlutá + červená = oranžová, bílá + červená = růžová, bludiště: čáp do hnízda, na komín; okurka, rajče do misky)
- nácvik **správného držení a vedení pastelky** (let čápa na velký papír – uvolnění ramene a zápěstí - zkřížené kruhy vypadají jako letící čápi „Najděte je!“)
- **malování** obtiskem (motýl, kytky)
- **krájení okurky** - okurkový had, okurková limonáda, okurkový salát ...
- nácvik básně „Mé milé léto, cos nám přineslo“
- **čtení** o žabkách, čápech, o létu (knihovna)
- **opakujeme ukolébavky** - vysvětlujeme si, proč se ukolébavky zpívají, o čem jsou...

Prázdniny plné ovoce a zeleniny (návrhy aktivit):

- **pozorování** počasí a povídání o zdraví - teplo, déšť, mlha, duha, pitný režim, pokrývka hlavy, kam které oblečení – LOGICO
- **přirazování ovoce a zeleniny ke zvířatům** - opakování toho co už víme, přidáme cizokrajná zvířata, dřevěná ZOO...
- co nejvíce jsme **venku**, užíváme si léta (básnička „Zmrzlina“)

- **chodíme do parku, do lesa** stavět trpasličí, mravenčí domečky - básnička „Polámal se mraveneček“, puzzle „Vývoj mravence“
- na **dopravním hřišti** se snažíme jezdit a chodit vpravo a podle semaforu, po přechodu, hrajeme si na prolézačkách po Žamberku
- na **zahradě** se cachtáme **v bazénku**, hod kuličkou do bazénku, počítání kuliček, opakování barev, přelévání vody z kelímku do kelímku, stříkání hadicí nebo **sprchování**, zalévání, okopávání, stavění překážkové dráhy, hrady a tunely z písku, komín z venkovních molitanek...
- v rámci možností pojedeme na **výlet** do Letohradu (Strašidelná jeskyně, park, letní výstava na zámku)
- **navštívíme** rozhlednu Rozálku, zajdeme na zmrzlinu a do muzea v Žamberku, možná dojdeme až k řece, uděláme si procházku na nádraží (cestou **zkontrolujeme čápy** ☺)
- **nakoupíme zeleninu a ovoce v obchodě na náměstí** (předem domluvit návštěvu)
- **kino** - dětská letní představení
- **cvičíme** - typické pohyby zvířat - čáp, žába, zajíc, slon, medvěd, velbloud „Velbloud táhne poušť“
- **běh a chůze po lavičce** se zebří nebo hasičskou krabicí
- **u piana** běháme jako auta s papírovými volanty (píseň „Tútútů auto už je tu“)
- děti opakují hraní na piano - jedním nebo dvěma prsty - jako medvěd, jako ptáček, jako zajíček
- **zpíváme a tancujeme** - s kytarou i bez, s barevnými stuhami, šátky, píseň „Tři citrónky“, „Poletíme do Afriky“
- navlékáme barevné korále podle vzoru, hledáme plastové ovoce a zeleninu a třídíme je do skupin podle různých kritérií (krabice s plastovým jídlem, slepovací skládanka, dokreslování druhé půlky, omalovánky...)
- **bublinujeme** bublifukem i brčkem v míse a pozorujeme duhové odlesky
- **malujeme** temperami, **vystřihujeme** ovoce a zeleninu, zvířata (přiřazujeme, co k sobě patří, společná práce na nástěnce...)
- **kreslení vody** - vlnkování se správným úchopem pastelky – zkřížené vlnky vypadají jako rybičky, Najdi je a dokresli! – zraková individuální hra
- **vyrobíme ovocný salát** - krájíme jahody, meloun a další ovoce a ve velké míse se vystřídáme při míchání
- **čteme** knížku „Žirafí příběhy“, nespinkající děti mohou sledovat pohádky na DVD, vybarvovat, modelínovat, stavět z magnetické stavebnice „GEOMAG“...
- pro hezký odpočinek a spánek **opakujeme ukolébavky a rýmované pohádky**