

MOTÝLCI 23. 1. – 27. 1. 2023

Téma: Zimní sporty a hry

PONĚLÍ

- Privítání po víkendu, sdělování zážitků z víkendu
- Četba a rozbor příběhu – jak vznikly lyže, lyžování
 - Kdysi dávno před lety žili ve vysokých horských vesničkách lidé, kteří to měli všude daleko. Bydleli v osamocených chaloupkách na kopcích. V zimě byl všude okolo hluboký sníh a bylo obtížné v něm chodit. Třeba dostat se do školy byla pro děti pořádná fuška. Aby si to lidé ulehčili, přivazovali si na boty dřevěná prkýnka, po kterých se klouzali. Lidé byli šikovní a zjistili, že sníh je měkký a prkýnka po něm hladce jedou. Věděli, že čím delší vyrobí prkýnka, tím rychleji po sněhu pojedou.
 - A tak začalo lyžování. Nejdříve sloužilo na ulehčení chůze po sněhu, později začaly lyže používat i děti. A moc dobře víte, že když se něčeho chopí děti, vždycky je za tím nějaká lumpárna. Děti z vesnice mezi sebou začaly závodit, kdo z nich rychleji sjede kopec. Zpráva o tom, že se v horské vesničce konaly dětské závody, se rozletěla po světě rychlostí blesku. Všechny děti z dalších horských oblastí si chtěly lyžování také vyzkoušet. A tak se vyvinulo lyžování i jako zábava a sport.
 - A protože lidé jsou hlavy mazané, brzo se začaly vyrábět různé podoby lyží, aby jely co nejrychleji. Krátké, dlouhé, zakulacené nebo špičaté. A taky se vyrobila jedna velká lyže, na které se stálo oběma nohama. Říká se jí snowboard, ten určitě také znáte.
 - Jak vznikly lyže? Jak je lidé vyrobili?
 - Jak se říká sportu, ke kterému potřebujeme lyže?
 - Kdo z vás má lyže?
 - Co je to snowboard?
- Hra s provázky – tvoření kopců z provázků na koberci

ÚTERÝ

- prohlížení encyklopedií s tematikou zimních sportů
- PH Sníh: Děti utvoří v menších skupinkách kruh, do každé skupinky dáme nafukovací balonek. Úkolem každé skupinky je udržet balonek co nejdéle ve vzduchu - pinkají si.
- Rozhovor o zimních sportech: Řízený rozhovor o zimních sportech, které děti prožily nebo viděly v TV. Děláte nějaké zimní sporty? Co je potřeba, abychom mohli v zimě sportovat? Jak nám prospívá zdravý sportování?
- Třídění obrázků letních a zimních sportů – popis, vytleskávání slabik, určování počáteční hlásky
- Pohybová improvizace zimních sportů - ztvárnění sportů a radovánek – hokej, bruslení, lyžování, stavění sněhuláka, koulování, bobování
- Návěst básně Na saních
Na kopci se třpytí sníh,
děti jezdí na saních.
Tváře mají červené,
nos i uši studené.
Nikomu to nevádí,
dál ve sněhu dovádí.

STŘEDA

- PH Sportování: Učitelka dětem ukáže obrázek, podle kterého budou předvádět pohyb: lyžování, bruslení, koulování, sáňkování. Když drží obrázek, děti předvádí pohyb, když zabubnuje na bubínek, odpočívají na koberci – sednou si.
- Jak se musíme obléct, když jdeme v zimě ven?
- Co potřebujeme? Lyžování – lyže, hůlky; Bruslení – brusle; Sáňkování – sáně; bobování – boby, lední hokej – puk, hokejka
- Protážení těla
 - Vyhazování koule (míčku) do vzduchu.
 - Předávání míčku z ruky do ruky.
 - Kruhy kolem celého těla, vedle těla.
 - Udržení míčku na určité části těla.
 - Podávání míčku vleže pod zadkem, zvednutým břichem, pod kolena...
- Oromotorická cvičení
 - Ohříváme si ruce - dýcháme si na ruce
 - Nafoukneme kouli - foukáme, vzduch jde po celém těle, do tváří, nafouknuté tváře prsty „praskneme“.
 - vyplazujeme jazyk co nejdál, ústa jsou ale zavřená
 - masáž obličeje
- opakování básně

ČTVRTEK

- PH Sportování
- Seznámení se ZOH – práce s atlasem
 - Pojem ZOH
 - Pojem sportovec, jeho vlastnosti
 - Olympijská vlajka – význam barev, ukazování světadílů v atlase
 - olympijský oheň
 - olympijská hymna – poslech
- PH Na sportovce: Pustit olympijskou hymnu a pochodovat: „Pochodují sportovci, tramtadá, tramtadá, to je naše olympiáda.“
- ČR – olympijští sportovci, kde se nachází ČR na mapě, nejvyšší hora, prezident, nejdelší řeka, státní vlajka, státní hymna, úřední jazyk
- opakování básně

PÁTEK

- vázání tkaniček na maketách bot (zavazujeme brusle)
- PL – Rychlé sáně
- PH Sportování
- Protážení těla
- PH Na sportovce
- Zimní hry
 - skoky na lyžích – skok z místa, skoky z kruhu do kruhu
 - bruslení - na nohy igelitové pytlíky a klouzat, slalom mezi kužely
 - curling – koštětem namést kuličku z novin na vyznačené místo
 - lyžování - přejet na lyžích přes třídu, kruh z lana, a děti ho musí objet