

Ahoj Skřítkové,

vypadá to tak že se ještě nějakou dobu neuvidíme, ale nezoufejte, máme pro vás další inspiraci na zkrácení dlouhé chvíle. Tento týden už opravdu začalo období JARO (20. 3. 2021) a za 14 dní budeme slavit Velikonoce. Na jaře se prodlužují dny, sluníčko začne svítit víc hodin a bude tepleji. Postupně odložíme zimní oblečení, tráva se znovu zelená, na stromech a keřích pučí nové listy, stromy postupně rozkvétají a objevují se také první jarní kytíčky. Probouzejí se zvířátka, častěji slyšíme zpívat ptáky, některé se vracejí z teplých krajín, pozorovat můžete také hmyz - začínají bzučet včelky, mouchy, zkuste najít i mravence. To vše můžete pozorovat na procházkách s rodiči.

Těší nás, jak pěkně pracujete, a děkujeme za všechny fotky a emaily které nám posíláte.

Mějte se krásně Anička a Gábina.

1. **BÁSNIČKY S POHYBEM**

Ted' si pěkně zacvičíme společně přivítáme jaro!

Jaro začíná

Podívej se támhle v trávě, (*dřep, rozhlížet se*)
kytíčka vyrostla právě, (*ze dřepu pomalu do stoje*)
čechrá si zelenou sukýnku, (*stoj snožmo, ruce v bok, kroutíme zadečkem*)
protahuje si barevnou hlavinku. (*stoj snožmo, opatrně naklánět hlavu*)
Sluníčko lístky natahuje, (*stoj roznožmo, ruce natahovat nad hlavu*)
ještě se ospale protahuje. (*stoj roznožmo, ruce nad hlavou, úklony do stran*)
Na louce není jediná, (*stoj snožmo, ruce a hlava „ne, ne“*)
protože jaro už začíná. (*stoj snožmo, ruce dělají velké kruhy před tělem*)

Jarní den

Sluníčko se rozsvítilo, (*stoj spatný, zvedneme ruce a roztáhneme prstíky*)
do mráček se schovalo. (*připazíme a zavřeme dlaně do pěstičky*)
Rozsvítilo, schovalo, rozsvítilo, schovalo, (*roztáhnout prstíky, dlaně do pěstičky, roztáhnout...*)
až se celé znavilo. (*vyklepat ruce, prstíky*)
Pak se přihnal velký mrak. (*velký kruh oběma pažemi*)
Začalo z něj pršet – tak. (*předpazíme a kmitáme prstíky*)
Foukalo a pršelo (*foukáme a kroužíme pažemi, přidáme i prsty*)
až to všechno přestalo. (*uvolníme paže i ruce*)
Zas vysvitlo sluníčko, (*prstíky „vylezou“ po těle a obličejí až na čelo a jemně ho masírují*)
zahřálo nám čeličko.

2. CVIČENÍ JÓGY



ZAJÍČEK

ZAMÁVÁM SI UŠIMA,
ZAVRTÍM SI OCÁSKEM.

HOP A SKOK, SKOK A HOP,
ZAJÍČKEM SI ZKUSÍM BYT.



1. Sedni si na paty,
kolena mírně
od sebe. Zvedni paže
nahoru, zamávej
jimi jako zajíc svými
ušima. Ramena
nezvedej.



2. Nadechni se a s výdechem se předkloň
k zemi. Zadeček nechej položený na patách.
S nádechem protáhni paže do dálky,
s výdechem se uvolni.



3. Ruce nech ležet podél
těla dlaněmi vzhůru nebo
se chytň za paty a zvedni
zadeček.

3. GYMNASTIKA MLUVIDEL

Rozcvička tváří a rtů

- Nafouknutí obou tváří
- Nafukování tváří střídavě
- Mlasknutí rty – pošleme pusinku, děláme kapříka
- Procvičení samohlásek – á, é, í, ó, ú, střídavě ó – é, ú – í
- Zamračíme se – obočí, ústa
- Usmějeme se
- Přikousneme horní a dolní ret (střídavě)
- Zafrkáme rty jako koník

Pohyblivost jazyka

- Olíznout rty plynule dokola
- Olíznout horní ret
- Olíznout dolní ret
- Špičkou jazyka ťukáme z koutku do koutku (jazyk je ve vzduchu)
- Boule – zavřená ústa, jazyk tlačí do tváře (levá, pravá)
- Opička – jazyk strčíme mezi zuby a dolní ret, totéž nahoru
- Jazyk opřeme za horní zuby, pak za dolní zuby (střídáme nahoru dolů – nesmí se hýbat čelist!)
- Malíř – špičkou jazyka hladíme horní patro dozadu a dopředu
- Čertík
- Koník – jazyk se přisaje na horní patro, pak plácne dolů

4. PÍSNIČKY – zazpívejte si

Jaro letí (melodie – Pec nám spadla)

Jaro letí, jaro letí, má zelená křídélka,

šatičky má ze sněženek a ve vlasech motýlka.

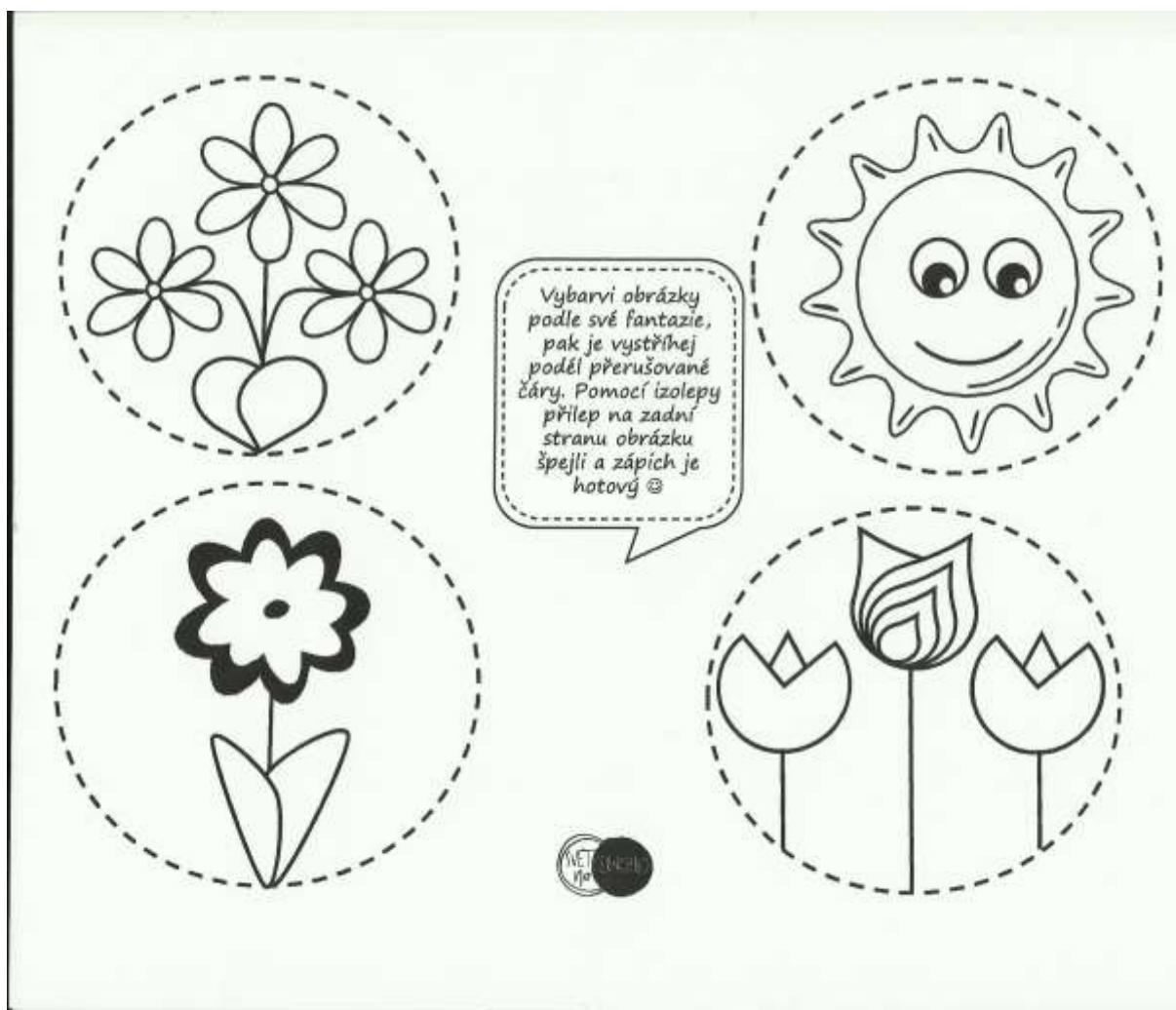
Kde se vzaly, tu se vzaly pampelišky v trávníčku,

ke sluníčku otácejí svoji zlatou hlavičku.

Poslechni si veselou písničku o ročním období a můžeš si u ní i protáhnout tělíčko - *Miša Růžičková - Jaro, léto, podzim, zima (Minidisko Cvičíme s Mišou 6)*

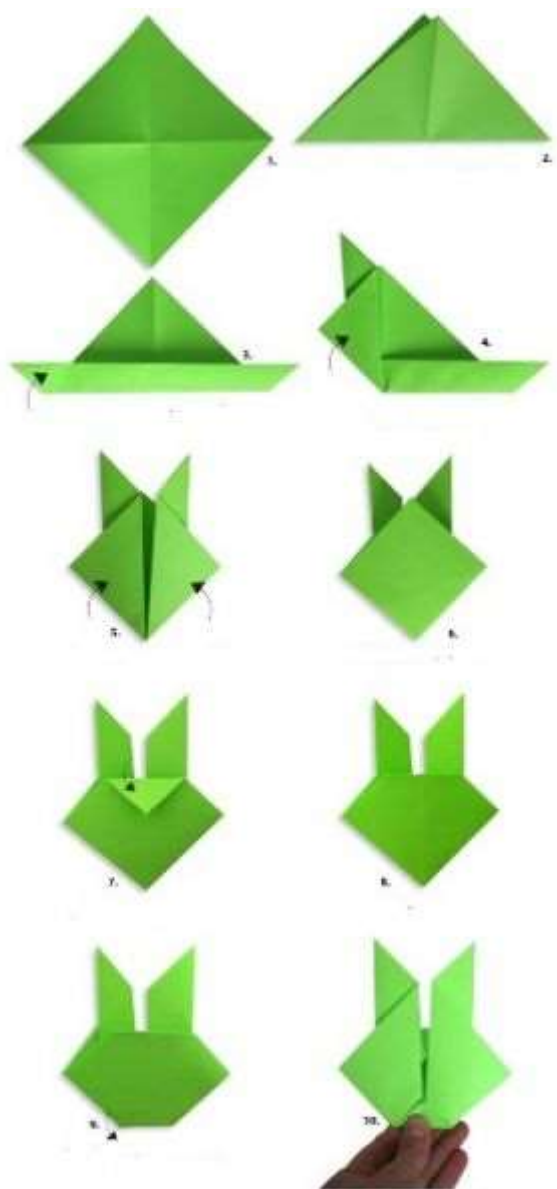
<https://www.youtube.com/watch?v=Mp8NO5Sy5QE>

5. TVŮŘENÍ – Jarní zápichy



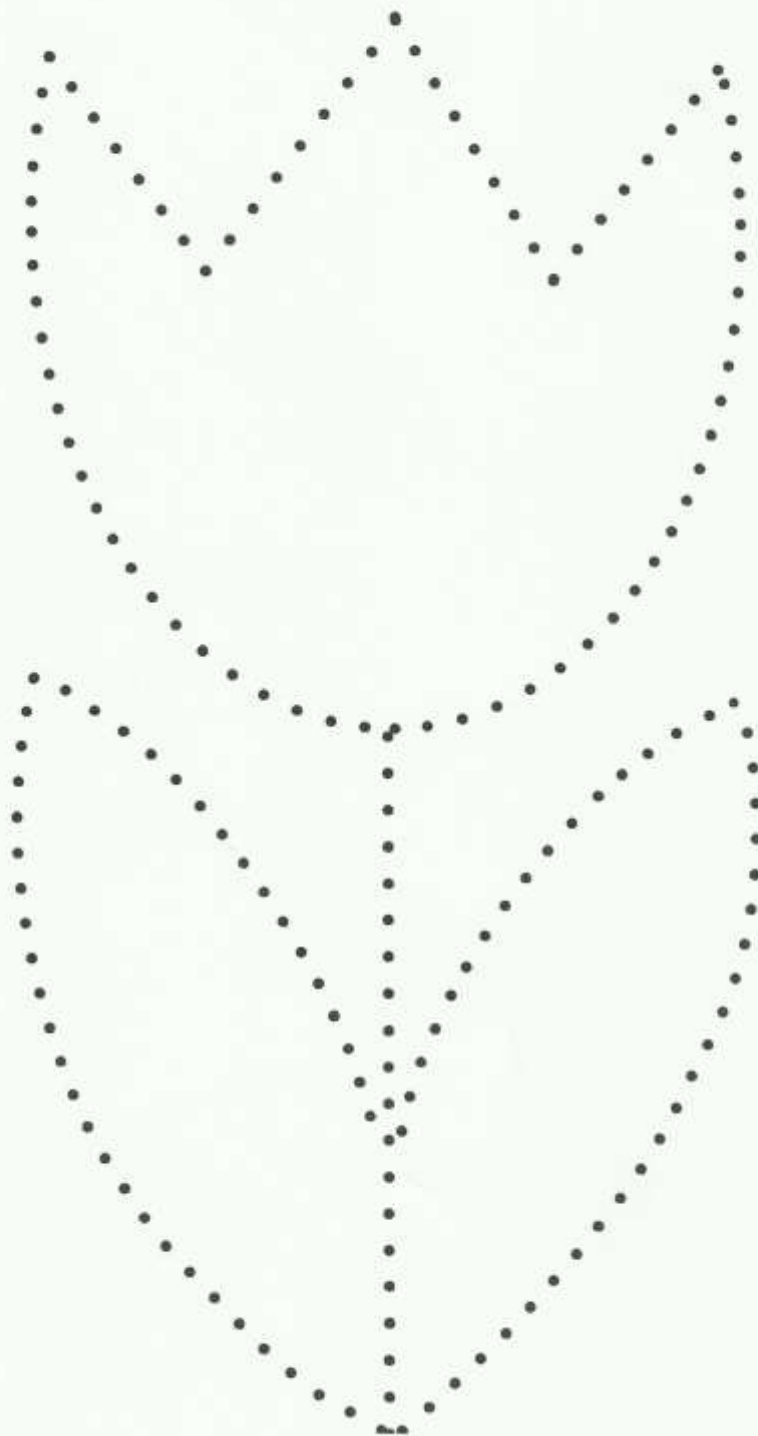
Zajíček – skládání z papíru



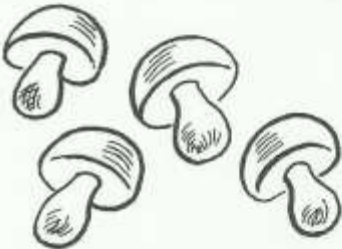
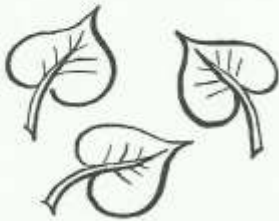
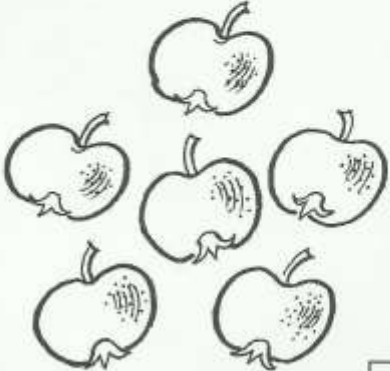


Tulipán - Kreslení (vypichování) špendlíkem. (Budete potřebovat korkovou či polystyrenovou podložku a špendlík co používáme na nástěnky. Při práci se špendlíkem pozor, abychom jste předešli zranění.)



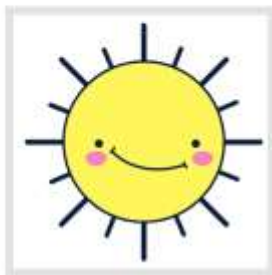
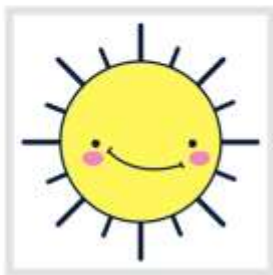


6. **POČÍTÁNÍ** -spočítejte jednotlivé obrázky v rámečcích a nakreslete stejný počet teček do čtverečků. Obrázky si můžete vybarvit.

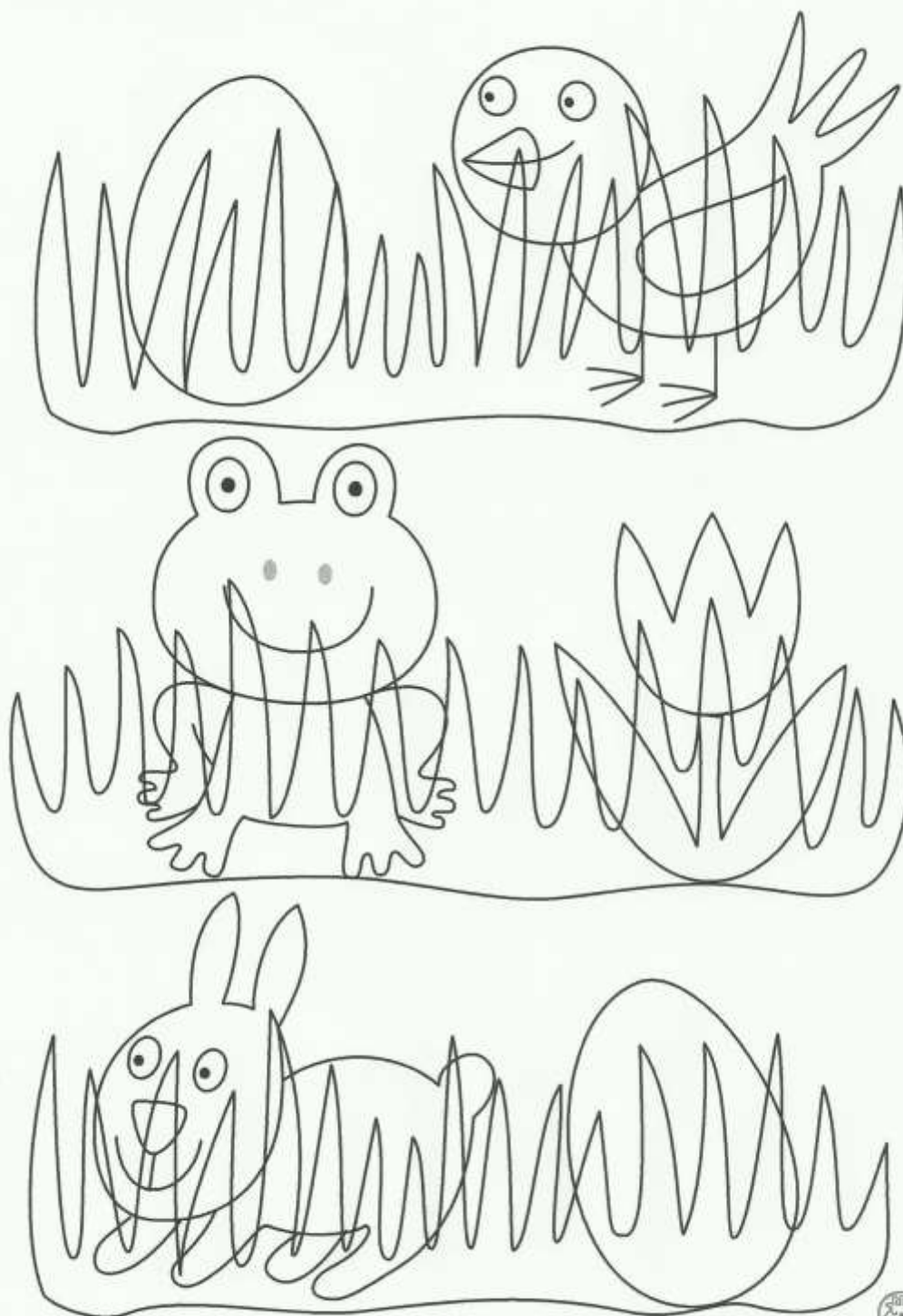
7. JARNÍ PEXESO

Obrázky si vystříhnete a pexeso si můžete zahrát s někým s rodiny



8. **NAJDI** co se skrývá v trávě a obrázky si vybarvi

Najdi, co se skrývá v trávě a obrázky vybarvi.



9. **GRAFOMOTORIKA** – procvičte si ručičky



10. OMALOVÁNKA

JARO



11. POHÁDKA – společně si můžete přečíst pohádku o zvířátkách z lesa



V  procitají ze zimního spánku .



se probouzejí, až když se jejich tělíčka pořádně prohřejí.  během zimy nespál.

Běhal v  pod zemí a kontroloval

zásoby . Zato , zahrabaný v ,

během zimy ztuhl. Takto přežije i mráz.

S prvními jarními dny se zahřeje a znovu

se mu roztluče . Sotva se rozkouká, ,

už se ohlíží po nějaké pěkné .

 si před samičkami načechravají

svá peříčka a zpívají: „Do, re, mi, fa, sol, la, si, do!

Jaro je tu, ho ho hó!”



ZDROJE:

„Jaro začíná – báseň“: Anon (2011) *Jaro* [online]. Předškoláci [cit. 18.3.2021]. Dostupný z: <https://www.predskolaci.cz/jaro-3/13978>

„Jarní den – báseň“: BARUSCHKA (2004). *Jarní den* [online]. Rodina [cit. 18.3.2021]. Dostupný z: https://www.rodina.cz/scripts/journal/article.ASP?id=15768&from_fid=1896&from_kid=2950

„Jóga se sluníčkem“ časopis Sluníčko

„Jarní zápichy“ www.svetnacernobilo.cz

„Jarní pexeso“: FAJTOVÁ, Anna (2021) *Jarní pexeso* [online]. Facebook. Dostupné z: www.facebook.com/s.laskou.k.detem

„Najdi co se skrývá v trávě“: HEGEROVÁ, Vendula, MAKOVSKÁ MENOŠKOVÁ, Silvie (2021). *Zdarma: Hledej v trávě* [online]. Obchůdek Vemdula [cit. 18.3.2021]. Dostupný z: https://www.obchudekvendula.cz/fotky82432/pracovni_listy_jaro/trava.pdf

„Tulipán“ : KONVALINOVÁ, Kateřina. *Tulipán* [online]. [cit. 19.3.2021]. Dostupný z: <https://www.konvalinova.com/ke-stazeni/tulipan/?fbclid=IwAR0ru9W9qR0TpgbnXzKcpWWb5s1oBC2N7hvHQ3ToNeVNx13tvMsCwxVkJakY>

„Počítání“ Šimonovy pracovní listy 8 – Rozvoj logického myšlení

„Grafomotorika“ LÍSKOVÁ, Martina [online]. [cit. 19.3.2021]. Dostupný z: www.martinakoliskova.cz

„Jaro omalovánka“ kresba Kateřina Važanová

„Jak do lesa přišlo jaro“ BUCHALOVÁ, Bára. Časopis Báječná školka.

„Zajíček“ origami: Z., Jana (2015). *Origami zajíčci* [online]. MIMIBAZAR [cit. 19.3.2021]. Dostupný z: <https://www.mimibazar.cz/navod/13870/origami-zajicci>

„Míša Růžičková - Jaro, léto, podzim, zima“ : RŮŽIČKOVÁ, Míša (2019). *Jaro, léto, podzim, zima* [online]. Youtube [cit. 18.3.2021]. Dostupný z: <https://www.youtube.com/watch?v=Mp8NO5Sy5QE>