

# Nápadník

UČITELKY MŠ

ÚNOR 2021  
ročník II • číslo 4

- Cvičíme spolu
- Eskymácká vesnice
- To je můj plyšák
- Jak psala flétna dopis
- Laskominy pro ptáčky





# 1. Cvičíme spolu

Aktivita je založena na kooperaci dvou dětí nebo dítěte a dospělého. Zaměřena je především na pohyb a pohybovou koordinaci skupiny dětí, proto je potřebný dostatečně velký prostor. Nejvhodnější je tělocvična, kde jsou vyznačená herní pole, která z počátku mohou dětem pomoci v orientaci. Cvičí se v páru dítě–dítě, dítě–dospělý nebo obě možnosti současně.

<b>Hlavní oblast činnosti</b>	• Tělesná a pohybová výchova
<b>Další oblasti činnosti</b>	• Osobnostní a sociální výchova
<b>Podporované dovednosti a schopnosti</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pohyb a pohybová koordinace</li> <li>• Nápodoba pohybů</li> <li>• Orientace v tělním schématu</li> <li>• Vnímání</li> <li>• Pozornost, soustředěnost</li> <li>• Prostorová orientace</li> <li>• Komunikace s dospělým</li> <li>• Komunikace s dětmi</li> </ul>
<b>Podporované osobnostní charakteristiky</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sebeovládání</li> <li>• Sebeuplatnění</li> <li>• Vůle, vytrvalost</li> </ul>
<b>Pomůcky a potřeby</b>	• Obruče
<b>Prostorové nároky</b>	• Tělocvična, hřiště nebo jakýkoliv větší prostor

## POSTUP

Dvojice se pohybují po kruhu velké tělocvičny. Mohou se držet za ruce, ale nemusí. Jedná se o lokomoční cvičení se statickým cvikem na signál (např. zvuk píšťalky).

Chůze přechází postupně v lehký klus a na zvukový signál (a oznámení cviku) dochází k zastavení a ke společné dovednosti při vzájemné kooperaci. Statickou část při cviku provádí vždy dospělý nebo vyšší dítě. Po vykonání označeného cviku se pokračuje v chůzi nebo v klusu.



### ➤ Cvik na signál

- most předem (dospělý či vyšší dítě se zastaví ve stoji rozkročném, dítě podleze mezi nohama zepředu)
- most zadem (viz předchozí cvik, ale dítě podleze mezi nohama zezadu)
- koza spodem (dospělý či vyšší dítě udělá vzpor klečmo, dítě podleze)
- koza horem (dospělý či vyšší dítě udělá vzpor klečmo, dítě přelege)
- každý výše uvedený cvik se několikrát zopakuje
- opičí mládě – zklidnění (dospělý či vyšší dítě udělá vzpor klečmo, druhý cvičenec si mu lehne na záda a pokračují v tomto kontaktu pomalým lezením)

### ➤ Lokomoční cvičení s obručemi

Každý pár mezi sebe uchopí obruč. Začíná se chůzí a postupně se přechází v lehký klus. Opět se reaguje na zvukový signál. Při něm se cvičící zastaví a:

- jeden z páru proleze obručí, kterou druhý z páru přidržuje. Obruč se při prvním prolézání dotýká země, při dalších signálech se od země mírně oddaluje (zde se cvičící pár střídá, včetně dospělých).
- pár vytvoří koně a kočího, kruh slouží jako opratě (jeden v kruhu, druhý venku). Při dalším signálu nastává výměna.





## Hra s obručemi

Všechny obruče jsou umístěné na zemi ve velkém kruhu. Všichni cvičící se pohybují (chůze, klus) vně kruhu. Na signál cvičící obsadí:

- nejbližší obruč
- obruč podle barvy
- obruč a počet (2–4 cvičící, podle velikosti obruče)
- neurčený počet (dle vlastního přání)

## DOPORUČENÍ



- Děti by měly mít vhodnou cvičební obuv.
- V tělocvičně je pro určení jasného signálu vhodná píšťalka.
- Instrukce ke hře by měly obsahovat pokyny pro bezpečný pohyb ve velkém prostoru.

### Obměny:

Místo obručí lze využít různé tělovýchovné náčiní a dle druhu modifikovat i činnosti.

## Vhodné pro děti se SVP

Hra je vhodná pro děti s ADHD, psychomotorickým neklidem, pro děti se sociálními poruchami a s mutismem. Aktivita je vhodná též pro děti s tělesným handicapem, v některých případech je vhodná dopomoc dospělého.



## Eskymácká vesnice

aneb Daleko na severu je Grónská zem,  
žije tam Eskymačka s Eskymákem...

Zpestřete si českou zimu a přiveďte si do školky na návštěvu Eskymáky. Děti určitě zaujme, že někde trvá zima celý rok a lidé se s ní naučili žít úplně jinak. Takové Eskymáky si můžete vyrobit a zaspívat si veselé písničky.

<b>Hlavní oblast činnosti</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Výtvarná a estetická výchova</li> </ul>
<b>Další oblasti činnosti</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Hudební, taneční a dramatická výchova</li> <li>• Kulturní, multikulturní a mediální výchova</li> <li>• Jazyk a řeč</li> </ul>
<b>Podporované dovednosti, schopnosti a osobnostní charakteristiky</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pozornost, soustředěnost</li> <li>• Tvořivost, vynalézavost, fantazie</li> <li>• Grafické a výtvarné vyjadřování</li> <li>• Poznatky</li> <li>• Spolupráce na činnostech</li> <li>• Zapojení do společných her</li> <li>• Sebeuplatnění</li> </ul>
<b>Pomůcky a potřeby</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Krepový papír, pastelky/fixy, karton, čtvrtka, filc, vata, bílý polystyren, CD přehrávač/hudební nástroj, glóbus</li> </ul>
<b>Prostorové nároky</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Třída, dílna</li> </ul>

### POSTUP

- Dětem zahrajeme nebo pustíme Grónskou písničku Jaromíra Nohavici.
- Po poslechu děti vyprávějí, o čem písnička byla. Rozprávíme s dětmi o tom, kdo jsou Eskymáci, kde žijí...
- Na glóbu jim ukážeme Českou republiku i oblasti věčného sněhu (severní a jižní pól, Grónsko).
- Zeptáme se dětí, co si oblékáme v zimě my a co si oblékají Eskymáci.
- Domluvíme se, že si společně postavíme eskymáckou vesnici, kterou obydlíme spoustou Eskymáků.



### Výroba Eskymáka

- Podle šablony obkreslíme na tvrdý papír postavu Eskymáka a vystříhneme ji.
- Potom Eskymáka vybarvíme a dokreslíme mu oči, nos a ústa.
- Oblékáme Eskymáka do oděvu z filcu (dobře přilepíme) a vatou mu ozdobíme spodní lem pláště, rukávů a kapuce.

### Výroba iglú

- Děti utvoří skupinky po 3–4.
- Každá skupinka polepí půlkruh z kartonu světle modrým krepovým papírem.
- Jedno z dětí nakreslí černým fixem vchod do iglú.
- Děti z tenkých proužků bílého polystyrenu ulamují nebo odstřihují obdélníčky, lepí je odspodu na iglú a skládají do řad jako cihly.

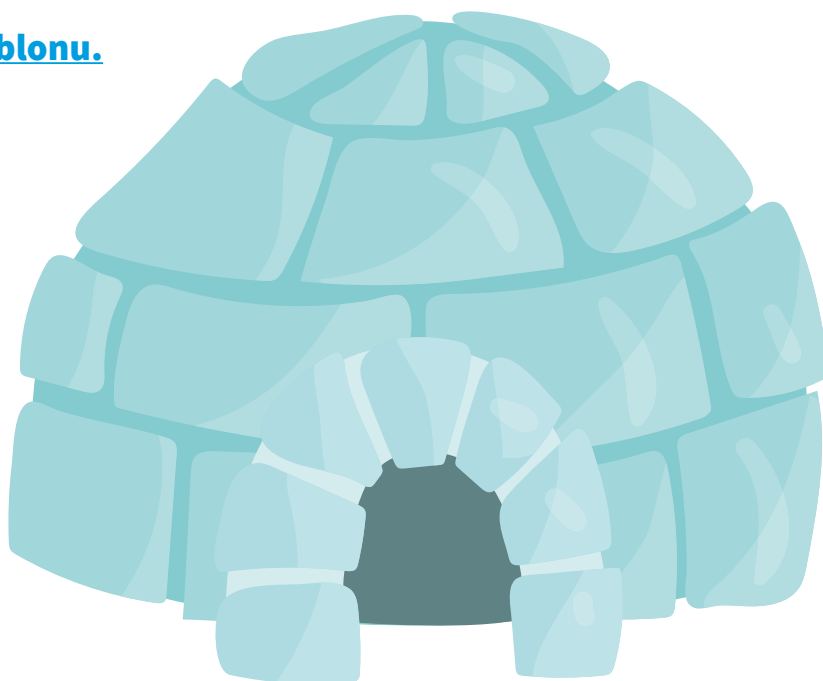
#### TIP



- Místo eskymáckých šatů z filcu je možné nanášet na postavičku kuchyňskou houbičkou hustou temperu a tupkáním (vhodné i pro menší děti) vytvořit strukturovaný povrch, anebo odtrhávat malé kousky krepového papíru, pomačkat a lepit.
- Na školní zahradě si můžeme postavit opravdové sněhové iglú – sněžné cihly tvarujeme v kyblíčcích na písek.



[Zde si stáhněte šablonu.](#)







## ➤ Eskymáci – básničky, písnička

### Jindřich Balík • Eskymáci

*Aby byli Eskymáci v pohodě,  
koupají se každé ráno ve vodě.*

*A je ovšem jasné předem –  
ve studené vodě s ledem.*

### Jaromír Nohavica • Grónská písnička

#### **D Emi A7 D**

1. Daleko na severu je Grónská zem,  
**D Emi A7 D**  
žije tam Eskymačka s Eskymákem.
2. Mají se bezvadně, vyspí se moc,  
půl roku trvá tam polární noc.
3. Když sněhu napadne nad kotníky,  
hrávají s medvědy na četníky.
4. Pokaždé ve středu, přesně ve dvě  
zaklepe na iglú hlavní medvěd:
5. V kotlíku bublá čaj, kamna hřejí,  
psi venku hlídají před zloději.
6. Tak žijou vesele na severu,  
srandu si dělají z teploměřů.

#### **Emi G D**

*[: my bychom umrzli, jim není zima,*

#### **Emi A7 D**

*snídají nanuky a eskyma. :]*

*[: na jaře vzbudí se a vyběhnou ven,  
půl roku trvá tam polární den. :]*

*[: medvědi těžko jsou k porážení,  
neboť medvědy ve sněhu vidět není. :]*

*[: „Dobrý den, mohu dál na vteřinu?  
Já, nesu vám trochu ryb na svačinu.“ :]*

*[: smíchem se otřásá celé iglú,  
neboť medvěd jim předvádí spoustu figlů. :]*

*[: my bychom umrzli, jim není zima,  
neboť jsou doma a mezi svýma. :]*

### Eskymáci

*Eskymáci, to jsou máci,  
ty, když nemaj žádnou práci,*

*sundají si holínky  
a dávají si pusinky.*

### Jan Vodňanský • Eskymák

*V iglú žije Eskymák,  
nos má jako vlčí mák.  
Když je venku hezky,  
jde a loví tresky.  
Když je venku nepohoda,  
tak si pouští desky.  
Já zas, když je hezky,  
tak si hraju s pejsky.*

*Když je venku nepohoda,  
chodím na grotesky.  
Když jdu potom z kina,  
pusu plnou eskyma,  
připadám si aspoň tak  
trochu jak ten Eskymák.*



## 3. To je můj plyšák

Plyšáci jsou dětem velice blízcí. Téměř každé dítě má svého oblíbeného plyšáka, se kterým spí, hraje si, a pokud někam jede, bere si ho s sebou. Plyšák je hračka i kamarád. Uvedená aktivita představuje propojení několika činností a nabízí nápady, jak plyšáky ve třídě využít.

Hlavní oblast činnosti	• Osobnostní a sociální výchova
Další oblasti činnosti	• Dramatická výchova
Podporované dovednosti, schopnosti a osobnostní charakteristiky	<ul style="list-style-type: none"> <li>• City a jejich projevy</li> <li>• Komunikace s dospělým a s dětmi</li> <li>• Sebeuvědomění a sebeuplatnění</li> <li>• Tvořivost, vynalézavost, fantazie</li> <li>• Slovní zásoba</li> <li>• Grafické a výtvarné vyjadřování</li> </ul>
Pomůcky a potřeby	• Plyšové hračky dětí i plyšové hračky ve třídě
Prostorové nároky	• Třída, herna

Cílem aktivity je představit plyšáka ostatním dětem i paní učitelce, sdílet pocity a emoce prostřednictvím plyšové hračky, podpořit výtvarné i dramatické vyjadřování.

### POSTUP

#### ➤ Úvod a průběh aktivity

- Tato část vede nejen k samotnému seznámení s plyšáky, ale také odbourává obavy dítěte z komunikace a navozuje atmosféru bezpečí prostřednictvím vhodných otázek: „Představíš nám svého plyšáka? Jaké má jméno? Víš, od koho jsi ho dostal(a)? Kolik je mu let?“
- Většina plyšáků „mluví“, někdy děti napodobují jejich řeč, proto se jich zeptáme: „Umí tvůj plyšák mluvit? Mluví stejnou řečí? Co ještě umí? Co máš na svém plyšákově nejraději? Zlobí někdy? Jaké má dobré vlastnosti, a jaké naopak špatné? Z čeho se plyšák raduje a z čeho je třeba hodně smutný? Má z něčeho strach?“





- V této chvíli se otevírá velký prostor pro sdílení. Děti si často své vlastní chyby nebo přednosti uvědomují právě skrze plyšáka a dokážou o nich mluvit. Totéž platí i o emocích: „Jak se o svého plyšáka staráš? Má svou vlastní postýlku? Půjčuješ ho někomu? Co uděláš, když zlobí? Má plyšák maminku, tatínka, brášku nebo sestřičku? Byl někdy nemocný?“
- Z rozhovoru se pedagog může mnohé dozvědět. Zkušenost z praxe je taková, že pokud například některý z rodičů na dítě křičí nebo je fyzicky trestá, je dost pravděpodobné, že podobně se bude v některých situacích chovat dítě ke svému plyšákovvi. Také v neúplných rodinách mohou mít plyšáci pouze jednoho z rodičů, nebo do nich děti naopak promítají touhu po úplné rodině.

### ➤ Varianta příběhu

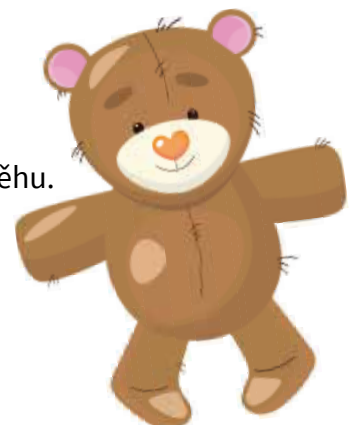
Vyzveme děti, aby nám vyprávěly příběh o svém plyšákovvi. Pokud si nebudou vědět rady, může jim pedagog nabídnout témata: Jak se vydal plyšák na dalekou cestu. Co by asi dělal plyšák na pustém ostrově. Této aktivitě věnujeme dostatek času.

### ➤ Divadlo s plyšáky

- Děti mohou ve dvojicích nebo v menších skupinkách vymyslet krátkou scénku společně se svými plyšáky.
- Využít mohou jakékoliv rekvizity – krabici, postýlku, šátek, hrníček... Zkušenost je taková, že nejlepší scénky vznikají bez velké přípravy. Například: Jeden plyšák přijde za druhým a začne rozhovor: „Ahoj, jak se máš? Kam jdeš? Já se jmenuji... a chtěl bych s tebou kamarádit.“ Děti při povídání často mění hlas.
- Při dramatizaci necháme děti, aby příběh samy rozvíjely, a pomáháme, jen pokud je to nezbytné a smysluplné.

### ➤ Výtvarná činnost

Děti malují svého plyšáka a mohou ho zasadit i do nějaké situace či příběhu.



### ➤ Závěr aktivity – zpětná vazba

- Dětem na závěr položíme otázky typu: „Pamatujete si, jak se jmenuje Eviččin plyšák? Co občas trápí Zuzčina plyšáka?“
- Zeptáme se dětí, jak se jim hraní s plyšáky líbilo, a zda by svého plyšáka půjčily kamarádovi, kdyby je požádal. (Za každou cenu však na půjčování netrváme, pro některé děti to může být velmi stresující.) Úspěch je, pokud dítě během aktivity plyšáka někomu půjčí, nechá ho pohladit apod.
- Nakonec můžeme utvořit kruh dětí a vnitřní kruh plyšáků, pořídit společnou fotografii a nechat děti, aby si ještě volně pohrály s plyšáky. (Pořízení společné fotografie.)



# 4.

## Jak psala flétna dopis

Cílem této aktivity je probudit a udržet sluchovou pozornost dětí, rozlišit melodie a současně adekvátně reagovat na hudbu grafickým projevem. Prostřednictvím grafomotorického cvičení s poslechem hudby tak propojujeme mozková centra, která budou později zapojena například při diktátech.



Hlavní oblast činnosti	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Hudební výchova</li> </ul>
Další oblasti činnosti	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Tělesná a pohybová výchova</li> <li>• Výtvarná a estetická výchova</li> </ul>
Podporované dovednosti, schopnosti a osobnostní charakteristiky	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pohyb a pohybová koordinace</li> <li>• Koordinace ruky a oka</li> <li>• Vnímání</li> <li>• Grafické a výtvarné vyjadřování</li> <li>• Nápodoba pohybů</li> <li>• Pozornost, soustředěnost</li> <li>• Respektování pravidel</li> </ul>
Pomůcky a potřeby	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Papíry (formát A4 nebo A3), jedna pastelka pro každé dítě – nejlépe trojhranná; zobcová flétna, notová příloha (viz druhá strana listu)</li> </ul>
Prostorové nároky	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Stolky a židle</li> </ul>
Doporučená literatura	<ul style="list-style-type: none"> <li>• P. Hauwe: Hudební školka 1, 2. Učíme se společně hrát na zobcovou flétnu, Editio simile ludentes, Praha 1994</li> </ul>



### Motivační příběh

Nejprve děti podnítíme k činnosti krátkým příběhem:

V jedné rodině odjely děti na školku v přírodě. Maminka, tatínek i babička s dědečkem psali a posílali dětem veselé pohledy. I flétnička, která zůstala doma, chtěla dětem napsat dopis. Jenže jí na to chyběly ruce! Pojďte, děti, pomůžeme jí dopis napsat. Když uslyšíte, že flétna něco říká, začnete kreslit. Jakmile domluví, rychle i vy přestanete kreslit (zvednete tužku od papíru).

### POSTUP

- Nejprve děti zkusí správně uchopenou pastelkou kreslit abstraktní tvary do vzduchu. Teprve potom začnou kreslit na papír.

### UPOZORNĚNÍ

Nevynechávejte tuto fázi. Jakmile totiž děti začnou kreslit s konkrétní představou („nakreslím auto“), pak je přerušovaná hudba spíše vytrhuje a ruší.



### TIP

- Pokud jsou ve třídě přítomny dvě učitelky či učitelé, mohou děti chvíli sledovat kreslení čar, vlnovek a spirál, které podle melodie provádí jeden z pedagogů.
- Melodii lze improvizovat na několika málo tónech. Noty uvedené v příloze jsou spíše pro inspiraci, aktivita nevyžaduje jejich přesnou reprodukci.
- Učitel/ka záměrně mění délku hrané melodie a délku pauz, rychlost a směr melodie, vkládá i staccato a ozdoby – trylky.
- Na závěr ukončí melodii sestupně k tónice.



### DOPORUČENÍ

Trvalý tón flétny je pro hudební podkres plynulého pohybu při kreslení vhodnější než doznívající tóny klavíru.



[Zde si stáhněte notovou přílohu.](#)



## 5. Laskominy pro ptáčky

Zima je tu stále s námi a venku mráz, jako když praští. Po návodu na výrobu krmítek z předchozího dílu můžete ptáčkům připravit tukovou směs, do jejíž výroby se zapojí všechny děti. Kromě hezkého výrobku pak můžete s dětmi sledovat, jak se ptáčci na novou laskominu slétávají. Děti se naučí důležitost péče o ptactvo a zvířata v přírodě a podnítlí je k ohleduplnému chování k životnímu prostředí a respektu ke všem živým tvorům.

Hlavní oblast činnosti	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Environmentální výchova</li> </ul>
Další oblasti činnosti	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Přírodovědná gramotnost</li> <li>• Osobnostní a sociální výchova</li> </ul>
Podporované dovednosti, schopnosti a osobnostní charakteristiky	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pozornost a soustředěnost</li> <li>• Sebeovládání</li> <li>• City a jejich projevy</li> <li>• Spolupráce na činnostech</li> <li>• Vůle, vytrvalost</li> </ul>
Pomůcky a potřeby	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Květináč nebo půl kokosového ořechu, drátek, provázek, nádoba na rozpouštění tuku, hrnec s horkou vodou, tuky, semena (vločky, ořechy, mák aj.)</li> </ul>
Prostorové nároky	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sad, zahrada, krmítko za oknem</li> </ul>
Užitečné odkazy	<ul style="list-style-type: none"> <li>• I. Šircová: S dětmi v přírodě, Portál, Praha 2007</li> </ul>

### POSTUP

- Připravíme si malý hliněný květináč nebo půl kokosového ořechu, drátek, provázek, nádobu na rozpouštění tuku, hrnec s horkou vodou, tuky, semena (vločky, ořechy, mák aj.).
- Pokud máme na školní zahradě nebo za oknem krmítko, zkusíme pozorovat přilétající ptáky.
- Povídáme si s dětmi, zda poznají některé ptačí druhy. Za pomoci encyklopedie pak zjistíme, kteří ptáci pravidelně přilétají k našemu krmítku a čím se živí.



- Můžeme jim zpestřit nabídku tukovou směsí vlastní výroby. Požádáme děti, aby přinesly vhodná semínka a další přísady.
- Následující den se pustíme do výroby společně. Děti se ptáme, jaké krmivo pro ptáky jsme vybrali, proč jsme nepoužili zbytky potravin od vaření, proč jsme dbali na vhodné umístění tukového závěsu, proč ptáky v zimě přikrmujeme...
- Do otvoru ve dně malého květináče upevníme drátek nebo smyčku provázku, za které se nádobka po naplnění zavěsí.
- Pak vyrobíme tukovou směs.  
Do rozehřátého tuku, který jsme rozpustili v nádobě postavené do hrnce s horkou vodou, aby se tuk nepřepálil, vmícháme různá semena. Použijeme lůj nebo ztužený pokrmový tuk.
- Tuhnoucí směs nalijeme do květináčku a po ztuhnutí zavěsíme ven. Umístíme nejlépe do hustých korun stromů. Nezavěšujeme na přímo osluněné místo, tuk by se kazil, ani na volné prostranství kvůli útoku dravců.
- Následující den budeme společně pozorovat chování ptáků na krmítku a u tukových směsí. Které druhy volně žijících ptáků jsme pozorovali?
- Po pozorování ptáků necháme dětem prostor na doznění prožitků i sdílení pocitů a objevů z přírody.



## UPOZORNĚNÍ

Nepoužíváme zbytky tuků po vaření. Krmnou směs nikdy nesolíme ani nechucujeme!



## DOPORUČENÍ

- Vhodnou roční dobou pro tuto aktivitu je zimní a chladné jarní období.
- Tukové směsi bychom mohli i koupit hotové, avšak pro rozvíjení schopnosti dětí pečovat o zvířata a pro získání konkrétních znalostí je výhodnější a výchovnější vyrobit směs vlastnoručně, vložit do ní kus své práce.





- Vedeme děti ke klidnému chování v blízkosti krmítka.
- Občas děti upozorňujeme na zajímavé ptačí druhy, které navštěvují krmítko či přilétají k zavěšené tukové směsi.

**Obměna:**

Lze navázat tématem „Zvířata ve volné přírodě“. Planetu Zemi obývá nesčetné množství živočišných druhů. Pod pojmem zvířata si obvykle představujeme savce, ale musíme si uvědomit, že živočišná říše je mnohem rozmanitější. V každém ekosystému se přírodovědci snaží popsat a studovat vyskytující se druhy. Některé živočišné druhy vlivem nešetrné lidské činnosti vymírají dřív, než je vůbec stihne člověk poznat. S těmito problémy souvisí i nutnost ochrany přírody a životního prostředí, a tedy i ochrany zvířat.

**NÁPADNÍK UČITELKY MŠ**

Vydavatel: Nakladatelství FORUM, s. r. o. | Adresa redakce: Střelničná 1861/8a, 182 00 Praha 8 | Šéfredaktorka: Monika Čihulová | Zákaznický servis: Petra Pokojová, office@forum-media.cz, tel.: +420 251 115 576, fax: +420 251 512 422 | ISSN 2694-9474 | Jazyková redakce: Vendula Pazderová | Fotografie: www.bigstockphoto.com | Zlom časopisu: Jana Turňová | Roční předplatné: 1490 Kč bez DPH | Objednávka předplatného: office@forum-media.cz, fax: +420 251 512 422, informace o předplatném: +420 251 115 576 | Redakční uzávěrka: 12. 2. 2021 | Vychází jako čtrnáctideník, celobarevný | Přetisk a jakékoli šíření jsou povoleny pouze se souhlasem vydavatele. © Nakladatelství FORUM, s. r. o.





## PŘÍLOHY

### Eskymák šablona

