

# Náměty na domácí práce s dětmi

soubor námětů č. 29

téma: KDYŽ PADÁ LISTÍ / Moje tělo

- dbáme na správné držení těla (máme jako korunku na hlavě a nesmí spadnout) a koordinaci rukou při chůzi a běhu
- podporujeme u dětí přirozený pohyb a zvědavost
- procvičujeme pohybovou paměť – např. levá a pravá ruka nad hlavu, pravá a levá ruka před sebe, dvakrát tlesknout, dvakrát dupnout, dlouhý úkrok do strany a vše zopakovat v určitém rytmu
- zařazujeme do cvičení balanční cviky – stoj na jedné noze, na špičkách, stoj na vnější hraně chodidla s pokrčenými prsty („opičí noha“)
- procvičujeme grafomotoriku – „Oko“ (viz pracovní list č. 1)
- zpíváme písničky, např. „Listopad“
- učíme se, jak funguje naše tělo – trávicí, vylučovací, dýchací soustava, proč potřebujeme srdce, mozek, krev...
- zkoumáme naše pohyby – jak fungují končetiny, páteř, klouby...
- modelujeme jednoduchou postavu
- dokresluje detaily hlavy a obličeje (viz pracovní list č. 2)
- povídáme si o našem zdraví – hledáme odpovědi na otázky „Co by se stalo, kdyby...?“
- procvičujeme samostatné oblékání, zapínání zipu, otáčení oblečení z rubu na líc, jeho ukládání do přihrádky, vázání uzlu, zapínání knoflíků, samostatnost při osobní hygieně a používání WC
- upevňujeme správné držení tužky, nůžek, příboru, správné sezení na židli, udržování čistoty při stolování, pomoc při úklidu hraček
- zjišťujeme hlavně prakticky, k čemu nám slouží zrak, čich, hmat, sluch a chuť
- při procházce poznáváme svět kolem nás – očima, ušima, nosem a rukama
- prstová a dechová cvičení – prstem jedné ruky mícháme na dlani druhé ruky kaši, střídáme prsty i dlaně, foukáme do kapesníčku různou intenzitou a délkou
- procvičujeme mimiku obličeje a hybnost jazyka – krčení nosu, žvýkání, nafukování tváře, ťukání jazykem do zubů a patra
- procvičujeme hlásky M, P, B, A, E, I, O, U, AU, OU – např. bu, bé, mé, pa, ía...
- vedeme děti k správné výslovnosti např. básničkami „Naše smysly“ a „Moje tělo“:

## **Naše smysly**

*Nač má člověk smyslů pět?  
Aby mohl poznat svět.  
Hmatem pozná co je hladké,  
chuť mi poví, co je sladké.  
Čich ten vždycky vyzvoní,  
když mi něco nevoní.  
Zrak mi slouží ke koukání  
a sluch zase k poslouchání.*

## **Moje tělo**

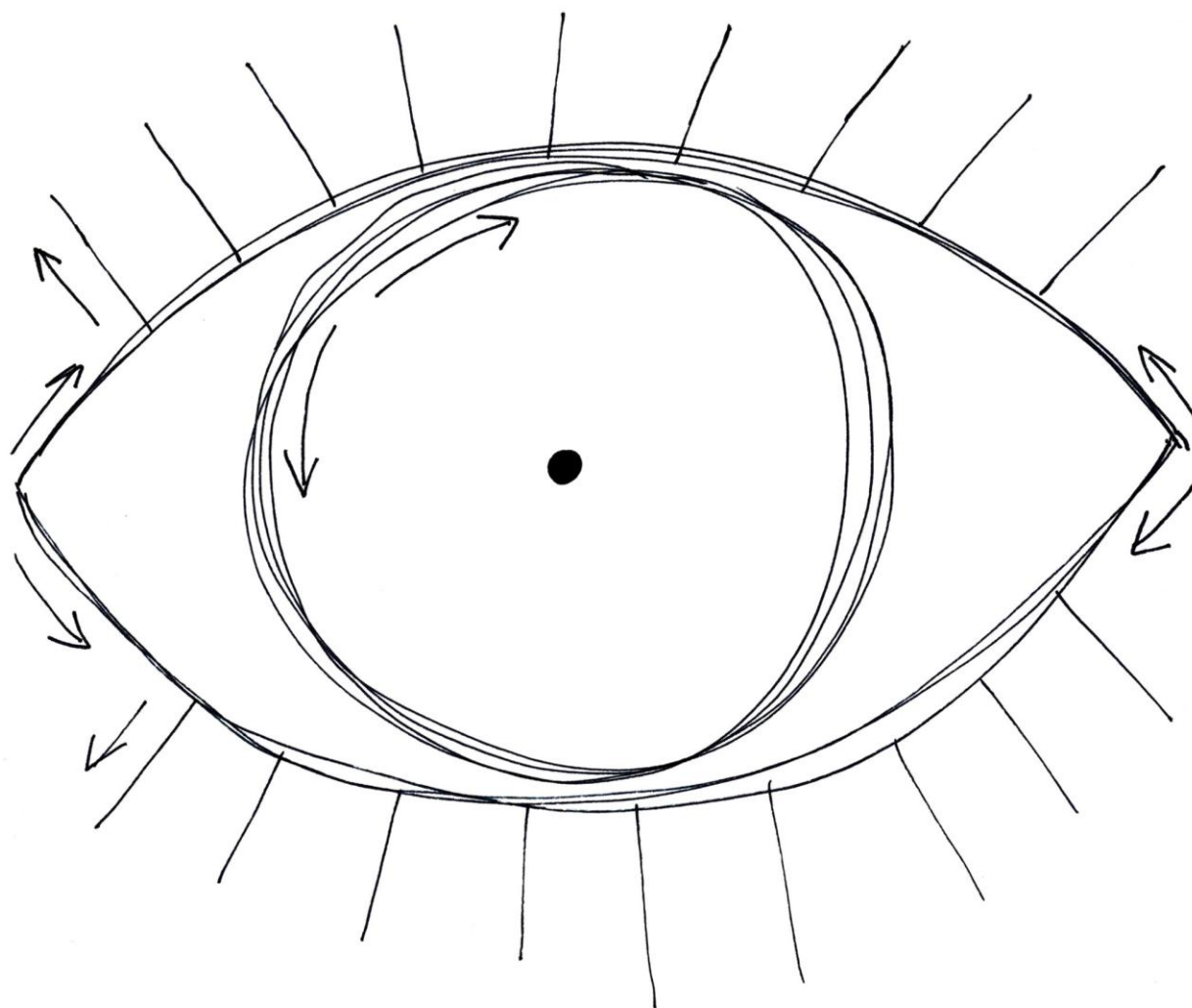
*Moje tělo mozek řídí,  
oči ty to dobře vidí.  
Pod hlavou je krček malý,  
na rukách jsou velké svaly.  
Na nich máme prsty pět,  
spočítáme si je hned.  
V hrudním koši srdce máme,  
do břicha si jídlo dáme.  
Nohy obě procvičí se,  
venku dobře skotačí se.*

Přejeme vám hodně zábavy, radosti i pěkných společných zážitků při plnění všech úkolů.

(Pracovní listy číslo 1 a 2 k tomuto souboru námětů naleznete na následujících dvou stranách.)

„OKO“

OBKRESLI VŠECHNY ČÁSTI OKA VE SMĚRU ŠÍPEK



**„HLAVA A OBLIČEJ“**

***DOKRESLI VŠECHNY DETAILY HLAVY A OBLIČEJE***

