

## A. 1. den „ZAMYKÁME ZIMU, VÍTÁME JARO“

**Pomůcky:** papírový klíč (příloha č. 1), pastelky, nůžky, lepicí páska (průsvitná), knihy

Práce s knihou – hledání znaků jara

### Co je jaro?

- komunitní kruh – děti jedním slovem vyjádří co je jaro – asociace

### Povídání o jaru

- odchází nám zima a probouzí se příroda

### Motivace

„Cestou do školky jsem našla klíč a u něj vzkaz, že máme zimu zamknout na dva západy a přivítat jaro básničkou“

- děti si dle (příloha č. 1) vyrobí vlastní klíč, vybarví, vystřihnou a společně všechny klíče přilepíme na dveře lepicí páskou – zamkneme na dva západy a básničkou přivoláme jaro:

**JARO** (autor: Hana Doležalová)

Podívej se, támhle v trávě,  
(dřep, rozhlížet se)

kytička vyrostla právě,  
(z dřepu do stoje)  
čechrá si zelenou sukýnku,  
(stoj snožmo, ruce v bok, kroutit zadečkem)

protahuje si barevnou hlavinku.  
(stoj roznožmo, opatrně naklánět hlavu)

K sluníčku lístky natahuje,  
(stoj roznožmo, ruce natahovat nad hlavou)

ještě se ospale protahuje,  
(stoj roznožmo, ruce natahovat nad hlavou)

na louce není jediná,  
(stoj snožmo, hlavou „NE“)

protože jaro už začíná.  
(stoj snožmo, ruce dělají velká kola před tělem)

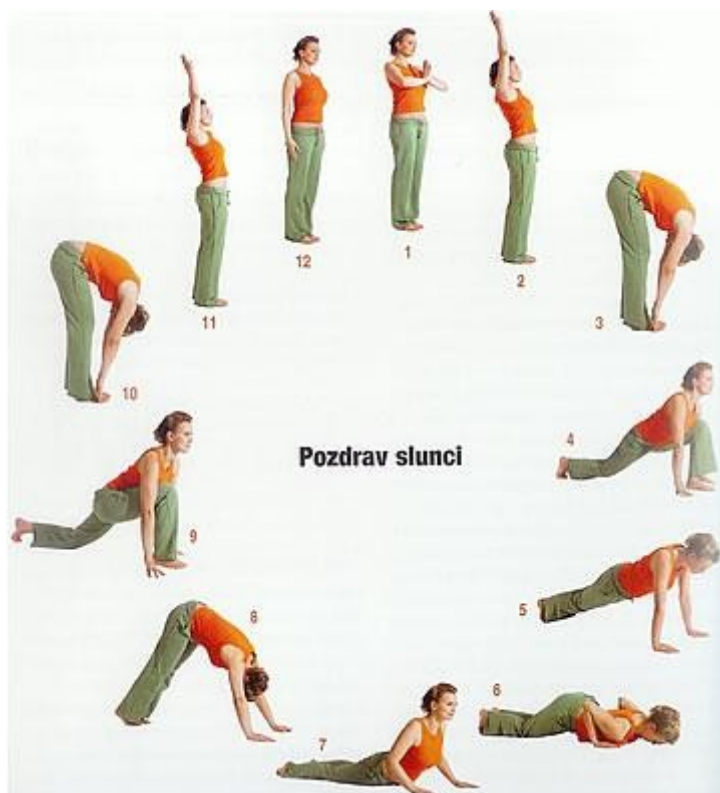
Hledání jarních kytíček – při pobytu venku hledáme první jarní kytíčky. Pokud nějaké najdeme, utrhneme od každé jednu. V MŠ je usušíme a vylisujeme, **abychom mohli vytvořit herbář.**

## 1. 2. den „POZDRAV SLUNCI“

**Pomůcky:** barevný papír – zelený, hnědý, čtvrtka formát A2, lepidlo, kartonová trubice od balicího papíru, voda v kelímku, cukr, pracovní list – grafomotorika (příloha č. 2), pastelky

**Motivace** – pozdrav pro přivolání slunce, hezky se protáhneme a rozhýbeme, abychom měli ještě hezčí den. Lze motivovat i tím, že si každé dítě vezme ten den žluté tričko nebo jakékoliv oblečení – jako sluníčko.

**Jóga – „Pozdrav slunci“** – pohybová chvilka zaměřená na správné pravidelné rytmičné dýchání, fyzickou kondici a uvolnění.



**1.** *Rovně se postavte a dejte nohy k sobě. Ruce přiložte dlaněmi k sobě přímo před hrudník a zhluboka dýchejte.*

**2.** *Zvedejte ruce až do úplného vzpažení a přitom se zhluboka nadechněte. Lopatky tlačte k sobě a zatněte hýžd'ové svalstvo. Aniž byste se prohýbala v bederní části zad, zaklánějte se od oblasti hrudní páteře.*

**3.** *Vydechněte, ohněte celý svůj trup a hlavu nechejte volně skloněnou. Vaše záda by přitom měla vytvořit rovnou přímku. Špičkami prstů, nejlépe ovšem celými dlaněmi, se dotkněte země. Jednodušší je to s mírně pokrčenými koleny.*

**4.** *Nadechněte se, svou pravou nohu postavte co nejvíce dozadu a zapřete se bříškem chodidla. Druhá, ohnutá noha nese převážnou část vaší tělesné hmotnosti. Obě ruce položte těsně vedle předního chodidla. Hlavu držte zpříma.*

**5.** *Zadržte dech a k noze vzadu přisuňte i levou nohu. Rukama se zapírejte přesně na úrovni ramen. Vaše tělo je napjaté a od hlavy až k patě by mělo tvořit jednu dokonalou přímku. Je-li pro vás tato pozice poněkud namáhavá, zapřete se koleny o podlahu.*

**6.** *Vydechněte a ohýbejte paže. Měla byste skončit v pozici, kdy se čelem, trupem, koleny a bříšky chodidel dotýkáte podlahy. Kyčle by měly být od země mírně vzdáleny.*

**7.** *Nyní položte na zem i boky. Napněte nohy a zhluboka se nadechněte. Při nádechu zvedejte hrudník a hlavu a přitom se opět zapírejte rukama. Zatněte hýžd'ové svalstvo.*

**8.** *Vydechujte a zvedejte pánev. Mějte napnuté nohy a celými chodidly se postavte co nejblíže vašim rukám. Hlavu držte rovně – jako by měla prodlužovat vaší páteř.*

**9.** *Nadechněte se a zároveň s tím položte ohnutou pravou nohu přímo mezi vaše ruce. Levá noha zůstává co možná nejvíce napnutá vzadu, zapřená opět o bříško chodidla. A vaše tělo by mělo opět vytvořit naprosto rovnou přímku. Je-li pro vás tato pozice poněkud namáhavá, položte na zem holeň nohy vzadu.*

**10.** *Vydechněte. Levou nohu položte dopředu a napněte kolena. Ohněte celý svůj trup a hlavu nechejte volně skloněnou. Záda přitom musí tvořit rovnou přímku. Špičkami prstů, nejlépe ovšem celými dlaněmi se dotkněte země. Jednodušší je to s mírně pokrčenými koleny.*

**11.** *Srovnejte se, vzpřímeně se postavte. Stranou zvedejte ruce až do úplného vzpažení a přitom se zhluboka nadechněte. Tlačte lopatky k sobě a zatněte hýžd'ové svalstvo. Záda od*

*hrudní páteře nahoru zatlačte dozadu, přičemž ale dbejte na to, abyste se neprohýbala v bederní části zad.*

## **12. Vydechněte a pozvolna připažte.**

(obr. a postup převzat z <http://icecream.blog.cz/0704/joga-pro-zacatecniky-pozdrav-slunci>)

## **Koloběh živin uvnitř stromu**

- vytvoříme strom přání, na kterém si ukážeme záhadné tajemství přírody – děti se rozdělí na skupiny – jedna skupina cca 10 dětí nakreslí zelené listy, druhá skupina cca 5 dětí vytvoří mezitím kmen stromu (na kartonovou trubku se přilepí barevný papír) a třetí skupina nalepí namalované listy na korunu stromu, kterou vytvoří vystřížením kruhu z papíru formátu A2. Po zkompletování stromu si jedna skupina dětí lehne na zem jako „kořen“ stromu, druhá skupina dětí se chytne za ruce kolem stromu jako „kmen“ a třetí skupina dětí si stoupne na židli jako „koruna“ stromu. Vysvětlujeme koloběh živin – od kořene koluje kelímek s vodou na kmen a z kmene do koruny stromu...a z koruny stromu zase koluje cukr jako živina zpět přes kmen do kořene stromu.

Slunce a voda jsou pro rostliny velmi důležité.

## **Grafomotorika (příloha č. 2)**

**Motivace:** Za odměnu, že jsme všechno zvládli, si teď můžeme vzít pastelky a já vám dám jednu moc pěknou omalovánku, která je ale trochu jiná, než obvykle. Není hned poznat, co na ní je, proto se musí vybarvovat podle barevných puntíků, které najdete v různých částech obrázku.

### **1. 3. den „SÁZÍME SEMÍNKO“**

**Pomůcky:** pohádka „O semínku Fazolíčkovi“ (příloha č. 3), semínka, hlína, láhev s vodou, květináče

**Motivace:** ranní hra: „Na zahradníka“ – tvoření políček a záhonků z kostek – kladení víček z pet lahví jako sázení semínek. Další motivací je i četba pohádky.

### **Četba pohádky „O semínku Fazolíčkovi“**

V jednom království plném dětí jako jste vy, se objevilo v košíku malé semínko fazolky. Donesla ho do království holčička Natálka, která měla tuze ráda zeleninu a ovoce. Natálka si chtěla spolu s dětmi semínko zasadit. Rozhodly se, že zasadí semínko na zahrádce. Vzaly si vodu, hlínu, květináč a semínko Fazolíčka. V tom přiletěla straka a semínko odnesla. Děti dlouho straku hledaly, ale marně. Hledaly v zahradě, šplhaly na stromy a nic nenašly...

během chvilčky viděly děti, jak něco spadlo do trávy nedaleko jabloně. Ale semínko nenašly. Ten den večer hodně pršelo a během několika dní začalo semínko Fazolíčka u stromu růst do větší a větší výšky. Děti se přišly podívat ke stromu a zjistily, že jim Fazolíček pěkně vyrostl a tak ho chodili denně zalévat. Fazolíček rostl tak rychle, že dosáhl až do oblak. Děti se pak mohly po Fazolíčkově vyšplhat až do peřinových obláčků a hrát si se sluníčkem. Fazolíček se stal jejich velkým kamarádem.

- domýšlení příběhu „Co by se asi stalo, kdyby...“, dramatizace pohádky – pohybová chvilka (napodobování postav z příběhu – let straky, hledání semínka, šplhání na strom např. žebřiny, růst do výšky např. postavit se na vyvýšené místo...)

## **Relaxace**

Děti se položí na záda a já budu tiše vyprávět příběh o tom, že „jsme malá semínka, která si leží pohodlně v jemné trávě. Jen tak si tam ležíme a posloucháme přírodu – šum listů na stromech, ptáčky zpívají, broučci bzučí...v tom vidíme, jak se k nám blíží mraky a za chvíli začne pomalu jemně pršet (všichni děti jemně klepou dvěma prsty o sebe, jako jemný déšť) potom začne déšť maličko sílit...pak zase zeslabuje, až přestane pršet úplně. Semínko po dešti začne pomalu, pomalu růst.“

## **„Sázíme semínka“**

„A protože se Vám pohádka určitě moc líbila, tak my si teď budeme moci také semínko fazolky nebo jiné rostlinky zasadit. Uvidíme, jestli nám vyrostou stejně rychle jako Fazolíček z pohádky.“

Vysvětlíme si, jak se takové semínko zasadí – nejprve naplníme květináč hlínou, zasadíme semínka a zalijeme. Musíme kontrolovat sazeničky každý den, jestli nepotřebují vodu. Každé dítě má vůči rostlině zodpovědnost a snaží se o ní pečovat.

## **1. 4. den „HRAJEME SI S JARNÍ PŘÍRODOU“**

**Pomůcky:** pracovní list – grafomotorika (příloha č. 4), omalovánky s motýlí tematikou (příloha č. 5), míčky, míč, padák, text a noty písně „Uvíváme věneček“ (příloha č. 6)

**Motivace:** Děti, ráno za mnou přiletěl motýlek a položil mi na postýlku tento obrázek, ale on je jen poloviční a tak bych byla moc ráda, kdybyste ho domalovaly, abychom si ho mohly vybarvit. Pokud si někdo neví rady, můžu mu půjčit zrcátko, aby se podíval, jak bude obrázek vypadat, když bude celý. Další motivací může být omalovánka. Do ranní hry lze zařadit i práci s mozaikou – tvoření květin, motýlů.

**„Motýlí tanec“** – na jakoukoliv relaxační hudbu děti tančí s šátkem či stuhou dle své vůle

**„Sluníčko, chyt' si mě“** – všechny děti jsou mráčky a určí se jedno či dvě sluníčka. Sluníčko má babu a musí pochyťat mráčky. Když je mráček chycen, tak se zapojí ke sluníčku a chytá s ním. Dokud se nepochytají všechny mráčky.

Lze obměnit tím, že mráček po chycení bude stát na místě a může ho osvobodit bouřka dotykem. (Sluníčko jako baba, mráček se nesmí nechat chytit a bouřka osvoboditel.)

### **Opakování jógy – Pozdrav slunci**

#### **Cviky se sluníčkem (sluníčko = míček)**

Předávání sluníčka z jedné ruky do druhé. Sed turecký, ruce rozpažené. K předání dochází při vzpažení s nataženými rukama nad hlavou. 8x opakujeme z levé ruky do pravé a naopak.

Posílání sluníčka. Sed rozkročný, v jedné ruce míček a posíláme od pravé nohy pravou rukou k levé noze. Odtud levou rukou posíláme zpět. 8x opakujeme.

Kutálení sluníčka. Sed rozkročný, míček držíme obouruč a pomalými pohyby koulíme, co nejdále to jde a zpět do sedu. Opakujeme 8x.

#### **Hra se sluníčkem a padákem (obláčkem)**

Děti drží padák kolem dokola a na něj se položí míč jako sluníčko. Nejprve sluníčko pohoupeme – různé natáčení a naklápění padáku – nesmí nám spadnout z obláčku. Později si chce sluníčko zaskákat, snaha rozhýbat padák tak, aby míč na padáku poskakoval.

**PH: „Uvívíme věneček“ (příloha č. 6)** – žáci sedí ve zkříženém sedu rozptýleni po třídě, „jako kytky na louce“. Při zpěvu písně chodí mezi sedícími jeden žák jako „zahradník“. Na otázku „jaké jméno máš?“ postaví se před některého sedícího žáka – kytička, skloní se ke kytičce a počká, až se představí. Improvizovanou melodií zazpívá žák jméno a barvu kytky, kterou si vymyslel např. červený mák. Na zavolání „Pojď ty mezi nás“ podá zahradník sedícímu ruku, ten vstane a zařadí se za zahradníka, takže už chodí dva. Hra pokračuje, až chodí všichni ve spojeném zástupu a na závěr hry zavede zahradník kytičky do spirály a

kleknutím na jedno koleno končí píseň. Zahradník zasadil všechny kytky na zahrádce na záhonek.

## 1. 5. den „KOUZELNÉ JARO“

**Pomůcky:** květiny (bílé karafiáty nebo tulipány), průsvitné sklenice s vodou, potravinářská barviva, sušené a vylisované květiny, bílé papíry A4

Pohyb – **Pozdrav slunci**

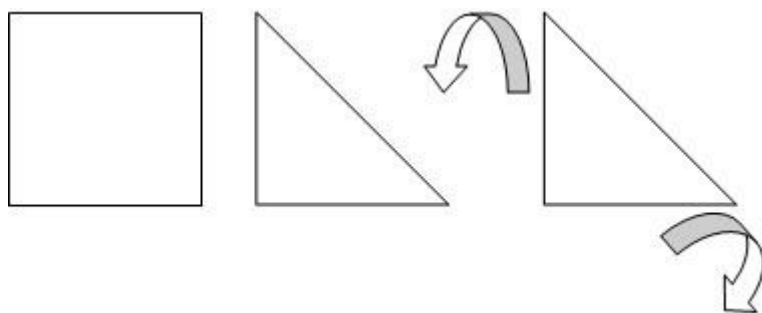
**Motivace:** Dnes si děti uděláme moc pěkný den. Jen by mě zajímalo, jak to dopadlo s těmi květinami, co jsme našly v pondělí. Myslíte, že už budou usušené a vylisované? Tak se na ně společně podíváme.

**Hledání jarních květin** v knihách, časopisech a na obrázcích + porovnání s nasbíranými, nasušenými a vylisovanými květinami -> částečná tvorba herbáře.

A teď si z těch květin uvijeme věneček...

**PH:** „Uvijíme věneček“ popis hry (příloha č. 6)

**Skládání sněženky z papíru – origami**





**Motivace:** Dneska jsem děti dostala samé bílé kytíčky, tak mě napadlo, jestli bychom si z nich neudělaly třeba barevné. Děti, já mám nápad...zahrajeme na kouzelníka Květinku a vyčarujeme si krásně barevné kytíčky.

**Experimenty** – obarvení květiny (bílý karafiát nebo tulipán) – do vody nasypeme potravinářské barvivo. Děti fouknou kouzelným dechem na květinu a květina se začne pomalu obarvovat do barvy potravinářského barviva – míchání barev a sledování jejich prolínání (červená + modrá = fialová, žlutá + červená = oranžová, žlutá + modrá = zelená)

#### 1. 15.           **Evaluace:**

Tento projekt přinesl dětem nejen nové poznatky o jarní probouzející se přírodě, ale vyvolal v nich i zájem o jarní přírodu. Projekt napomohl i ke zlepšení kamarádských vztahů ve třídě. Při činnostech děti spolupracovaly a navzájem si pomáhaly a půjčovaly pomůcky. To je nutilo k častější komunikaci mezi sebou. Celkově hodnotím projekt jako přínosný v oblastech, které jsem potřebovala u dětí rozvíjet.

Děti se naučily znát hlavní znaky jarní přírody a pojmenovávat některé jarní květiny. Začaly se sami od sebe zajímat o přírodu. Některé naučené hry hrají samostatně.

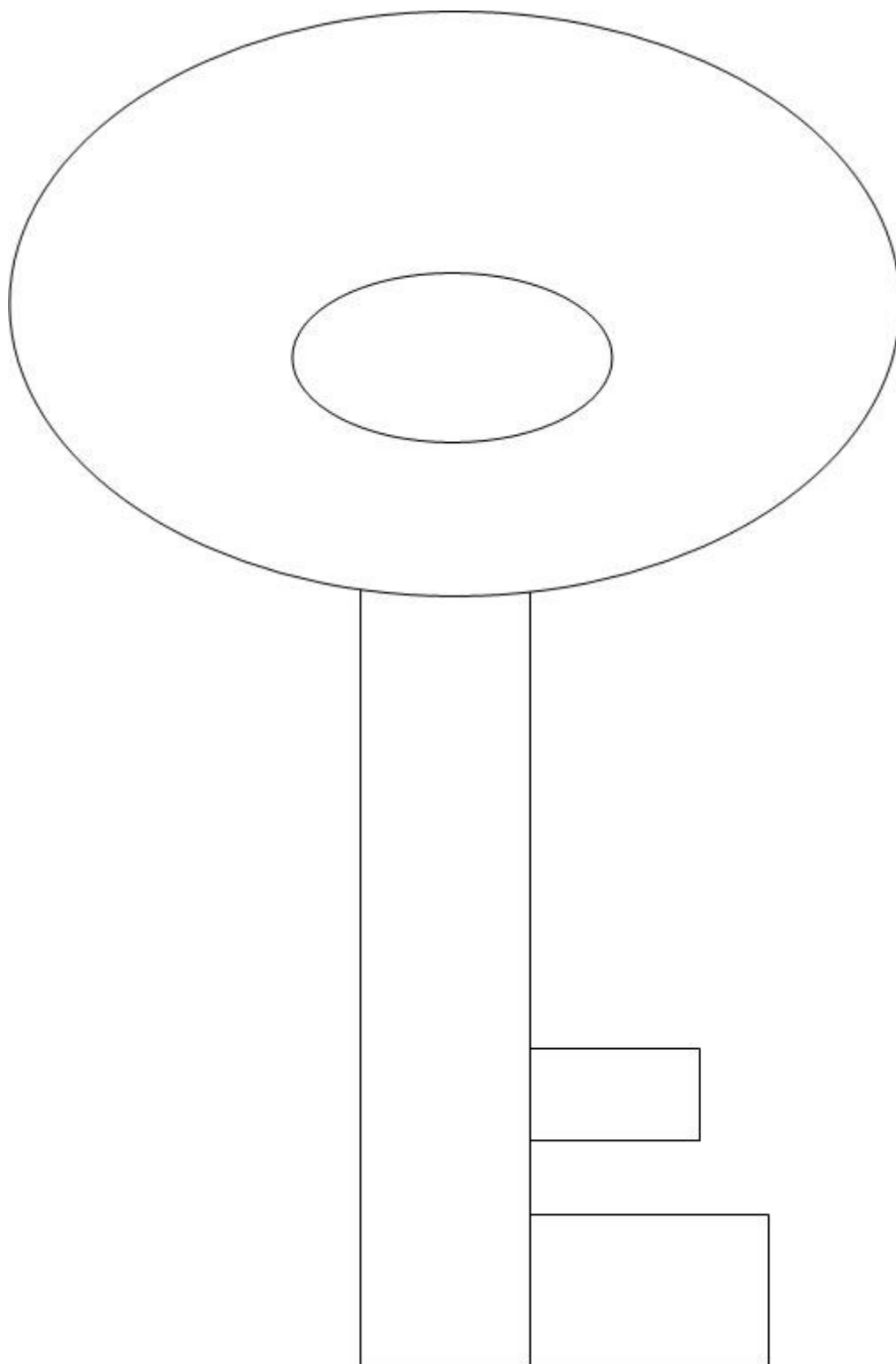
Naučily se vážit si života ve všech jeho formách – venku se snaží vymýšlet hry s květinami a chránit přírodu před dětmi, které se nechovají správně. Vnímají, že svět má svůj řád a oni by jej měly respektovat, protože jsou jeho součástí.

Samostatně se starají o květiny ve třídě. V různých činnostech měly prostor se samostatně vyjadřovat a nedělalo jim to problém. Naučily se po vypěstování několika bylin používat jejich

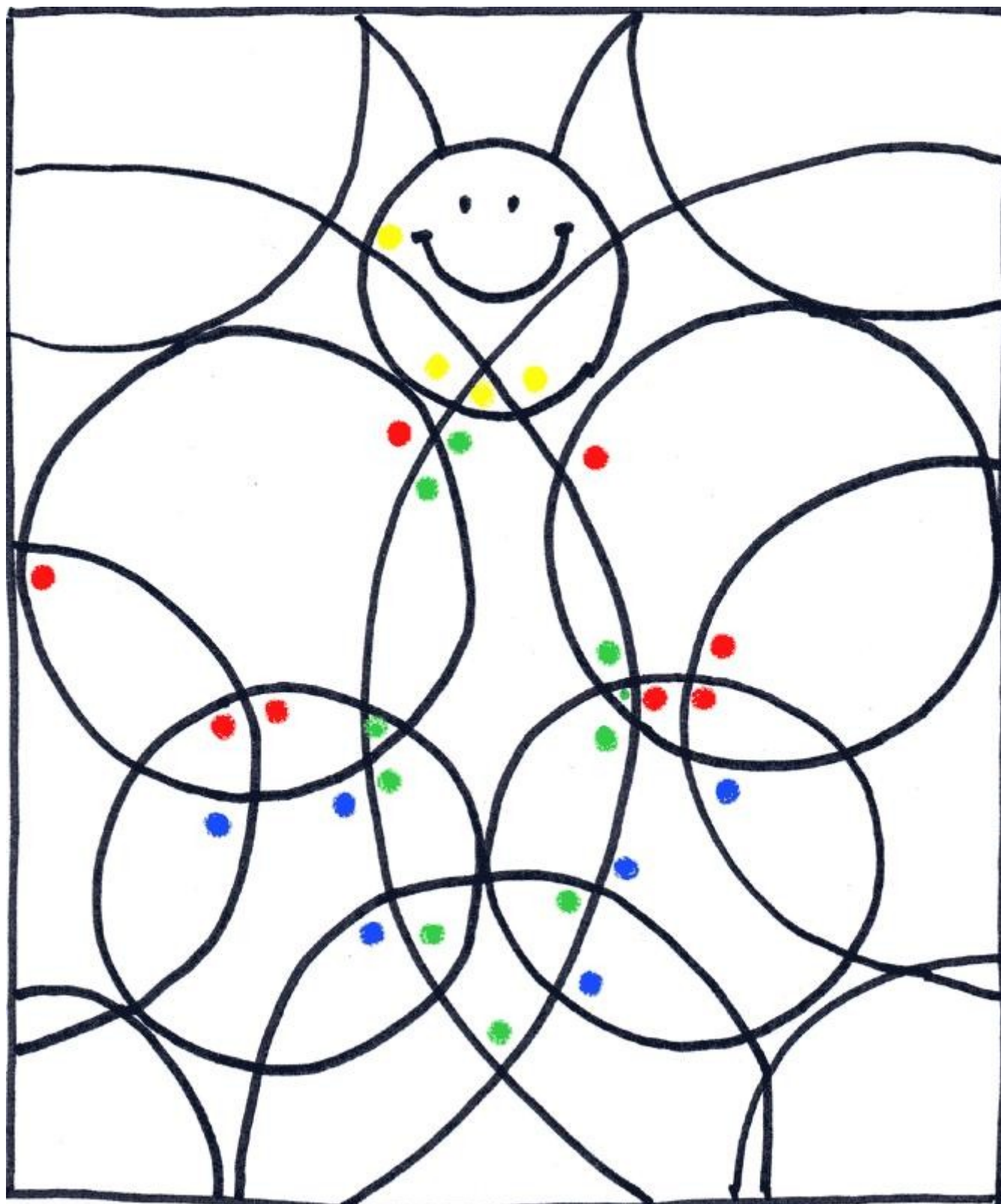


části jako doplněk ke svačině nebo do polévek. Pochopily spousty souvislostí, které se v přírodě odehrávají – např. koloběh živin. Umí si poradit při míchání barev.

Příloha č. 1 – Klíč

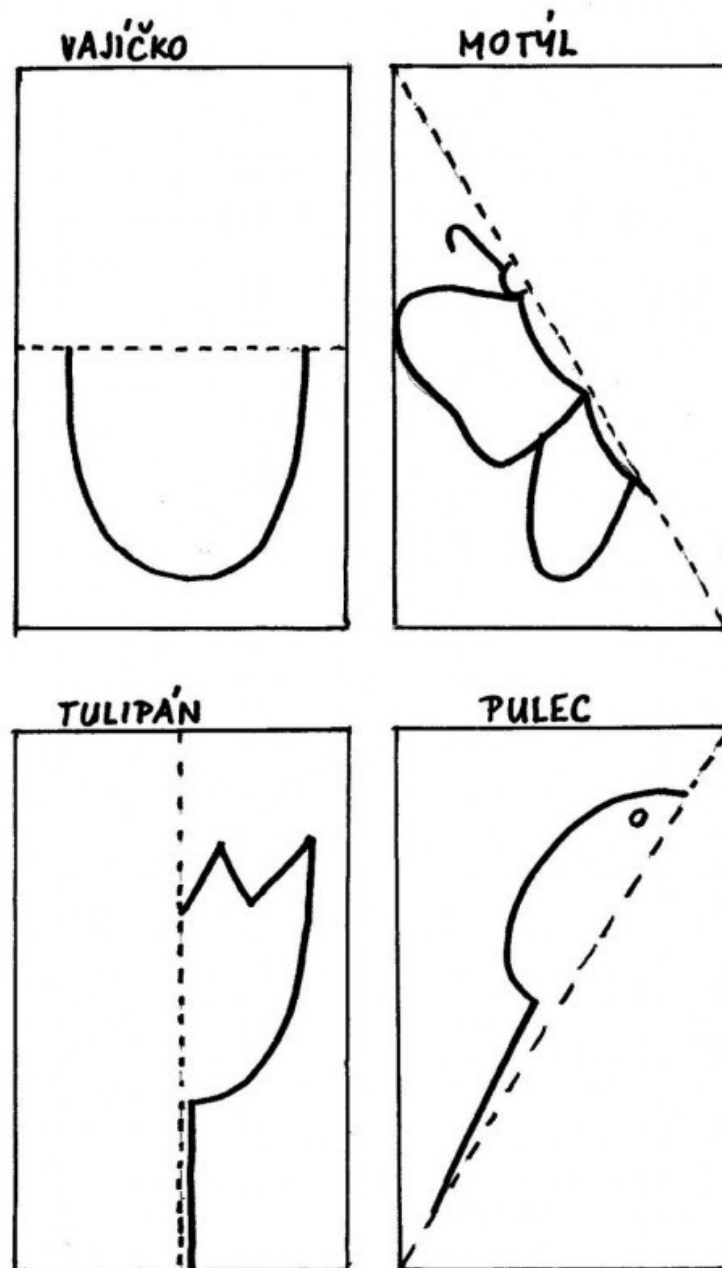


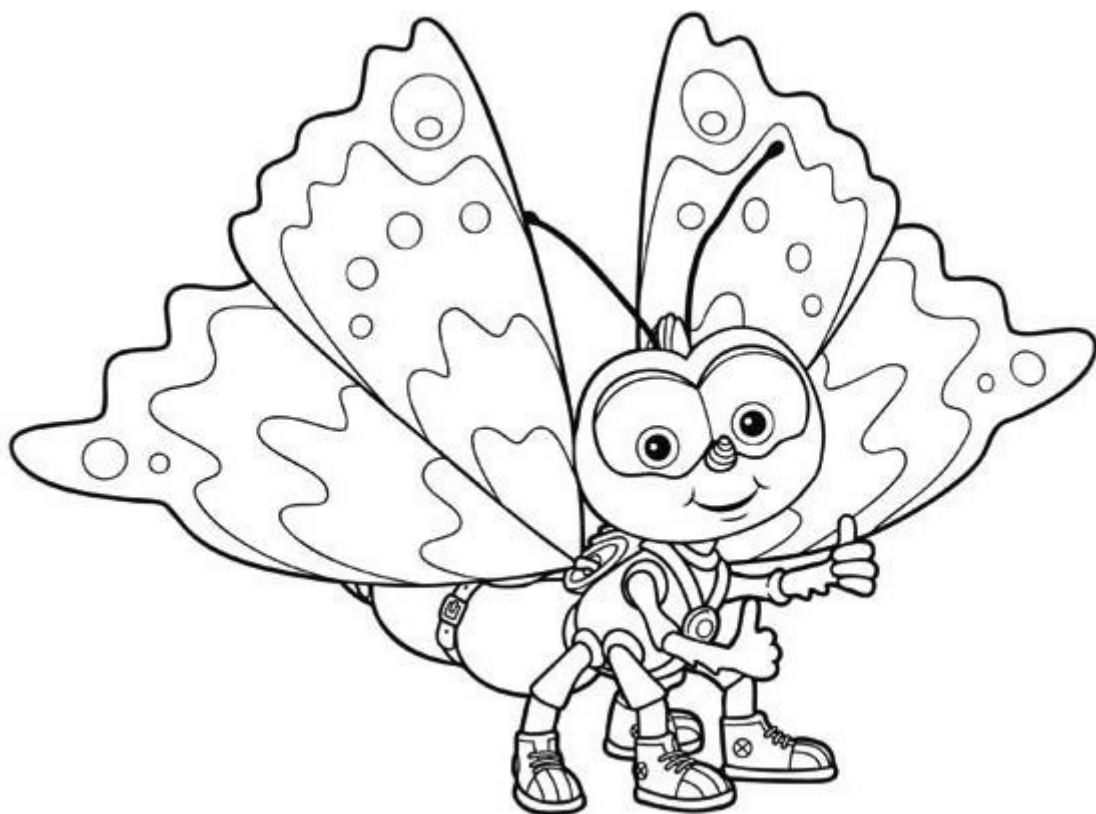
Příloha č. 2 – pracovní list – grafomotorika – motýl



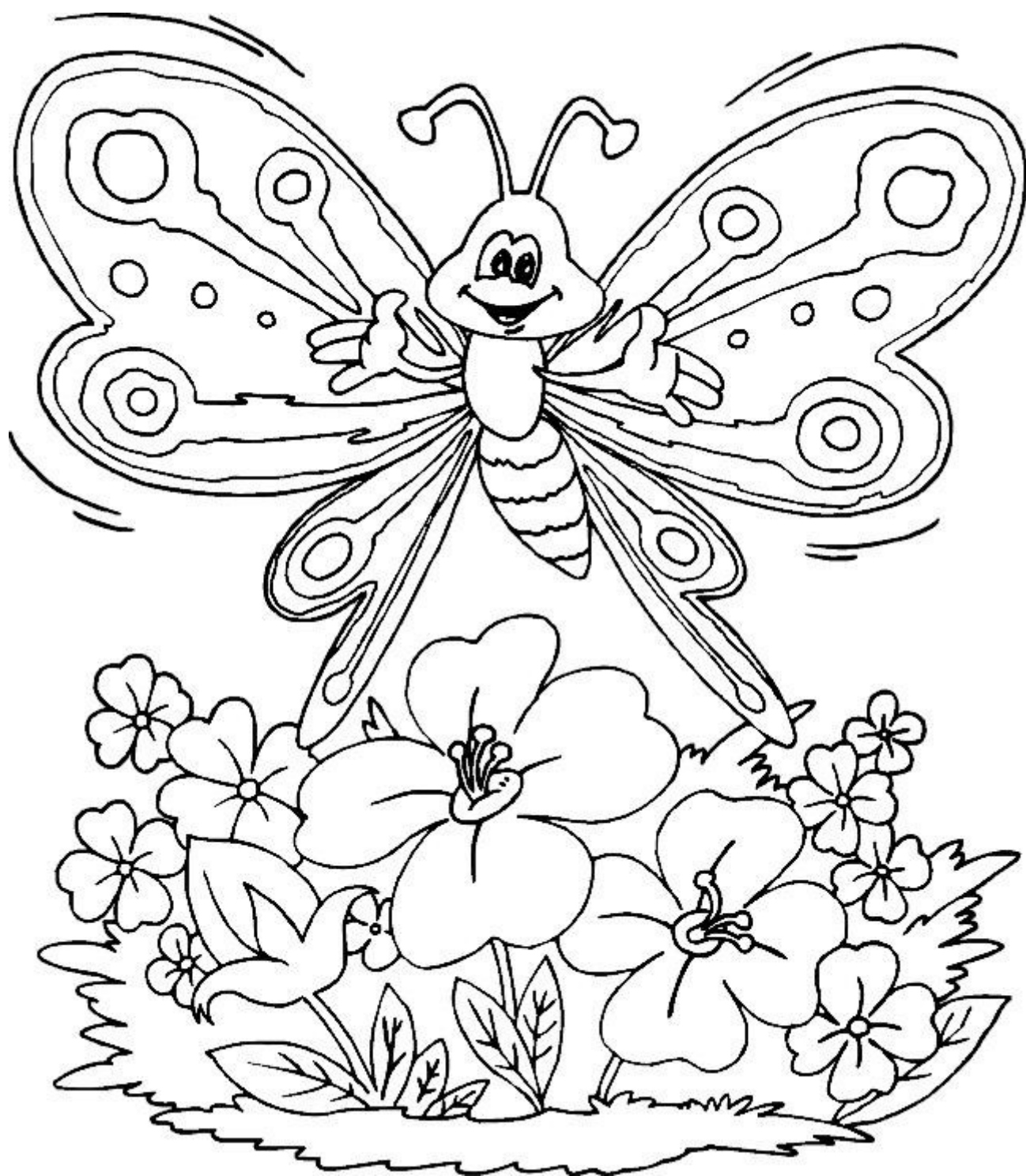
### **„O semínku Fazolíčkovi“**

V jednom království plném dětí jako jste vy, se objevilo v košíku malé semínko fazolky. Donesla ho do království holčička Natálka, která měla tuze ráda zeleninu a ovoce. Natálka si chtěla spolu s dětmi semínko zasadit. Rozhodly se, že zasadí semínko na zahrádce. Vzály si vodu, hlínu, květináč a semínko Fazolíčka. V tom přiletěla straka a semínko odnesla. Děti dlouho straku hledaly, ale marně. Hledaly v zahradě, dívaly se na stromy a nic nenašly... během chvíličky viděly děti, jak něco spadlo do trávy nedaleko jabloně. Ale semínko nenašly. Ten den večer hodně pršelo a během několika dní začalo semínko Fazolíčka u stromu růst do větší a větší výšky. Děti se přišly podívat ke stromu a zjistily, že jim Fazolíček pěkně vyrostl a tak ho chodili denně zalévat. Fazolíček rostl tak rychle, že dosáhl až do oblak. Děti se pak mohly po Fazolíčkovi vyšplhat až do peřinových obláčků a hrát si se sluníčkem. Fazolíček se stal jejich velkým kamarádem.





Příloha č. 5 – omalovánka



Příloha č. 6 – Text a noty (autor: Božena Viskupová)

# 14. UVÍJÍME VĚNEČEK

Volně-krokem BOŽENA VISKUPOVÁ

Zpěv C G<sup>7</sup> C § p C G<sup>7</sup> C G<sup>7</sup>  
 U- ví- jí- me vě- ne- ček

Piano p  
*sempre molto legato*

C G<sup>7</sup> C G<sup>7</sup> C Emi  
 ze všech na- šich ky- ti- ček. Za- ple- te- me do vě- neč- ku

A<sup>7</sup> C<sup>7</sup> F Emi Rychle f G<sup>7</sup> C  
 kví- tek, lístek i vět- vič- ku. Ja- ké jmé- no máš? Pojďtymezi nás!

Recitativ\*/  
 D.S.  
 J.H.

\*/ Zde postupně každé dítě zaimprovizuje melodickou odpověď (bez doprovodu), barvu a jméno květiny, např.: "Červený tulipán."

+ / ossia levá ruka (snazší)



