**Pondělí**

Rozvrhněte si s dětmi činnosti tak, jak je máme ve školce:

-ranní cvičení

-komunitní kruh

-svačinka

-řízená činnost

-pobyt venku

-oběd

-odpočinek

Hezky si zacvičte.

Rozcvička:

**Záda rovná jako smrk, hlava vzhůru dlouhý krk.**

**Jako slon držíme nos a teď křídla jako kos.**

**Ruce v bok a klaníme se, teď jsme loutka, co se třese.**

**Takhle chodí, klape čáp, klapy, klapy, klapy, klap.**

**A už je z nás zase smrk, hlava vzhůru dlouhý krk.**

Básnička s pohybem:

**Ježek**

**Kam se ježek v zimě schoval?** /pícháme prsty do stran, náznak bodlinek/

**Neklouzal a nesáňkoval.** /otáčíme zápěstím a hlavou, ne, ne/

**Zahrabal se do listí,** /klek, hrabeme rukama/

**od té doby, spí a spí.** /leh zavřeme oči/

**Zahrabal se do země,** /klek, hrabeme rukama/

**lidičky a vzbuďte mně.** /leh, zavřeme oči/

**Až zavoní fialky, zapískají píšťalky.** /ruce v bok, točit se, náznak hraní na píšťalku/

**Malíř Mráz**

**Přišel malíř celý v bílém,** /chůze na místě/

**na okna nám maluje.** /ruce dělají kroužky/

**Ještě vítr od severu,** /ukazujeme na sever/

**k tomu občas zaduje.** /foukáme jako vítr/

**Komunitní kruh:** povídáme si s dětmi, jak žijí zvířátka v zimě. Můžeme si s nimi prohlédnout tematickou knihu nebo encyklopedii o zvířátkách s ukázkou obrázků.

**Jak žijí zvířátka v zimě?**

Zima představuje pro mnoho zvířátek náročné období. Zvířátka, která žijí v lese, buď uléhají k zimnímu spánku, nebo zůstávají bdělá.

**Co je zimní spánek?**

U zvířátek dochází k útlumu životních funkcí /snížení tělesné teploty/. Během této doby pobývají ve svém úkrytu – pelíšku.

Některá zvířátka se během zimy probouzejí a vycházejí ven. Jsou to např. medvěd, jezevec, ježek, liška, sysel.

**Jak se zvířátka připravují na zimu?**

Už na podzim si hromadí potravu, vyhledávají si vhodný úkryt, roste jim srst, která je v chladném období hřeje.

**U kterých zvířátek zimní spánek neprobíhá?**

U některých ptáčků, ale o nich si budeme povídat zítra, u srnek, jelenů, divokých prasat, veverek, krtků.

**Jak se chováme, ke zvířátkům, která najdeme na zahradě nebo v lese?**

Může se stát, že během podzimního úklidu na zahradě nebo během procházky najdete pod hromadou listí ježka, nebo jiné zvířátko. Rozhodně takové místo neničte, na zvířátko nesahejte a dopřejte mu klid.

**Jak pomáháme zvířátkům přežít zimu?**

Ptáčkům sypeme do krmítka semínka, zvířátkům v lese nosíme seno, žaludy nebo kaštany. Ale nejlépe bude, když se poradíte s myslivcem, který vám poví, co zvířátka nejvíce potřebují.

**PH – Začarovaný les**

Děti se promění ve zvířátka v začarovaném lese. Můžeme použít plyšáky a různé hračky, deky apod., které pokoj, pomohou proměnit v začarovaný les. Děti /zvířátka/ mohou plnit i různé úkoly.

Například:

**Medvěd –** 5 krát zadupe a pořádně zabručí

**Jelen –** poskakuje okolo stolu a ruce se promění v parohy a pořádně zatroubí

**Had –** plazí se pod židlí a syčí

**Sýkorka** – rozpaží a 3 krát zamává křídly, obletí pokoj

**Ježek –** funí a mlaská, leze po čtyřech a potom se zahrabe pod listí /deku/

**Zajíc** – 6 krát vyskočí a doskáče na konec pokoje a zpět.

Relaxace:

**Halí belí, zvířátka, chystejte si doupátka.**

**Slunce už je unavené, vítr černé mraky žene.**

**Bude zima bude hlad, do pelíšku jděte spát.**

Děti si najdou pohodlné místečko- pelíšek na koberci, kde se schoulí a usnou zimním spánkem.

Rodiče probouzí děti pohlazením a říkankou:

**Had leze z díry, vystrkuje kníry,**

**Bába se ho lekla, na kolena klekla.**

**Jen se bábo nelekej, na kolena neklekej.**

**Já jsem přece hodný had, já mám všechny lidi rád.**

Rodiče s dětmi utvoří, hada o odchází na svačinku.

V příloze najdete pracovní listy, omalovánky a nápady na tvoření, které si můžete vytisknout a s dětmi vypracovat.

Rodiče mohou jít s dětmi na procházku do lesa, kde mohou pozorovat zvířátka.

****

