



evropský
sociální
fond v ČR



EVROPSKÁ UNIE



MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ,
MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY



OP Vzdělávání
pro konkurenceschopnost

INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ

SOUBOR AKTIVIT PRO ROZVOJ MOTORICKÝCH DOVEDNOSTÍ U PŘEDŠKOLNÍCH ŽÁKŮ V PŘÍPRAVNÉ TŘÍDĚ

Mgr. Jindřiška Gaďourková, Jana Nováková, Bc.

Střední škola a Základní škola Lipník nad Bečvou, Osecká 301

CZ.1.07/1.2.12/04.0019

**„Zavádění a ověřování inovativních systémů práce s dětmi se
sociokulturním znevýhodněním v přípravné třídě „**

1.9. 2011- 31.12.2012



evropský
sociální
fond v ČR



EVROPSKÁ UNIE



MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ,
MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY



OP Vzdělávání
pro konkurenceschopnost

INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ

Název aktivity : Kimova hra

Vedoucí družiny má vždycky u sebe pro tuto hru 11-15 různých malých věcí. Knoflík, zátka, pero, tužka, kamínek, zápalka, poštovní známka atd. Všechny věci rozložíme na stole a přikryjeme novinami. Hráč se během 30 vteřin seznamuje s rozmístěním věcí; pak se otočí zády ke stolu; zatím tři nebo čtyři věci přemístíme. Znovu musí hráč 30 vteřin prohlížet věci. Pak opět všechno přikryjeme novinami. Nyní se zeptáme hráče: co se změnilo v rozestavení předmětů, které z nich byly položeny na jiné místo? Za každý správně určený předmět se připočítává jeden bod, za každou chybu se jeden bod odpočítá. Chybou je, když hráč řekne věc, která se nepřekládala na jiné místo. Podmínky hry musí být pro všechny stejné, jestliže jsme prvním přemístili-li čtyři předměty, musíme i ostatním přemístit stejný počet. V tomto případě je nejlepší výsledek čtyři body. Všichni, kteří je získají, jsou vítězi hry.

Položte na stůl 30 drobných předmětů a zavolejte žáky. Dovolte hráčům, aby si vystavené předměty minutu prohlíželi. Pak jim řekněte, aby zavřeli oči a přikryli si je dlaněmi. Vezměte jeden předmět a uschovejte jej. Na váš pokyn si oddíl začne znovu prohlížet věci na stole. Kdo první ohlásí, který předmět zmizel, získá jej jako trofej a schová si jej do kapsy. Potom hráči zavrou oči a vy schováte další věc. Jestliže nikdo z oddílu neodhalí, co se ztratilo, řeknete jim, aby zase zavřeli oči, předmět vrátíte na stůl a odeberete jiný. Soutěž pokračuje, dokud na stole nezůstane 5 věcí. Potom si hráči spočítají své trofeje-kdo jich bude mít ne

Slepá bába

Hru hraje libovolný počet hráčů. Ke hře je potřeba šátek na zavázání očí. Hrají chlapci i dívky. Skupina se dohodne na velikosti území, na kterém se bude hrát a pak si vybere libovolného hráče. Zaváže se mu oči, aby nic neviděl. Tento hráč se tak stává "slepou bábou". Nato jím ostatní hráči zatočí, aby ztratil orientaci. Při tom říkají říkanku: "Slepá bábo, kam tě vedu, slepá bábo, kam tě vedu..." Pak roztočeného hráče pustí a odběhnou dál, aby je nemohl chytit. Nesmí však mimo vymezené území. Hráči na "slepou bábu" pokřikují, ta běhá za hlasy a snaží se některého z nich chytit. Když se jí to podaří, hra končí. "Slepou bábou" se v dalším kole stává chycený hráč



evropský
sociální
fond v ČR



EVROPSKÁ UNIE



MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ,
MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY



OP Vzdělávání
pro konkurenceschopnost

INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ

PROČ HRÁT?

- procvičování zrakového, sluchového, čichového a chuťového vnímání
- procvičování hmatu
- procvičování orientace v prostoru
- rozvíjení smyslového vnímání, pozornosti, myšlení a řeči
- cílevědomé vytváření vztahů
- rozvoj logického myšlení, pozornosti a paměti
- tvoření početních představ
- rozvíjení grafických schopností
- čtení s porozuměním
- komunikace ve skupině
- řešení problémových situací
- porovnávání chování svého s chováním jiných lidí
- získání schopností posoudit, v jaké kompetenci se zlepšili
- k hodnocení vlastnímu, pedagogů i od rodičů používají barevné klíčky
- dodržování pravidel

Název aktivity : Mrkaná

CÍL: Cvičení pozornosti a rychlé reakce. Poskytuje vzájemnou interakci a kontakty. Přináší uvolnění a dobrou náladu. Umožňuje vypořádat se s agresivitou, soutěživostí a odbourat nevraživost.

Pomůcky: židle pro polovinu hráčů

INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ

Prostředí: místnost

Čas na přípravu: 5 minut

Čas na hru: 15 minut

Náročnost psychická: 3

Náročnost fyzická: 2

Věk: od 5 let

Počet hráčů: 8–30

Popis:

Vytvoříme kruh ze židlí (polovina počtu hráčů). Polovina hráčů sedí, druhá polovina stojí za jednotlivými židlemi s rukama za zády. Jedna židle je prázdná. Hráč za prázdnou židli se rozhlíží po sedících a pokouší se někoho z nich přivolat mrknutím na svou židli. Ten, kdo zpozoruje, že je přivoláván, se snaží co nejrychleji přesunout na prázdnou židli. Ten, kdo stojí za ním, se mu v tom pokouší zabránit položením rukou na ramena. Když se mu to nepodaří, vybírá si mrknutím dalšího.

Asi po 5 minutách si stojící a sedící hráči vymění místa. Vnitřní kruh může sedět na zemi, chytající klečí asi metr za nimi. Po mrknutí chytají své unikající spoluhráče šetrným způsobem tak, aby jim zabránili dokončit přesun. Občas je třeba, aby výsledek rozhodl nestranný vedoucí. Hra je aktivnější, při vhodném vedení napomáhá přiměřeným způsobem ovládat sílu a zvládat agresivitu.

Reflexní hry:

V diskusi si povídáme, komu bylo milejší mrkat, kdo raději chytal, případně unikal.

Poznámka pro vedoucího:

Snažit se, aby nebyli vybíráni stále stejní (nejoblíbenější) hráči. Lze zavést např. pravidlo, že nikdo nesmí být vybrán dvakrát po sobě.



evropský
sociální
fond v ČR



EVROPSKÁ UNIE



MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ,
MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY



OP Vzdělávání
pro konkurenceschopnost

INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ

Název aktivity : **Kuba řekl... sednout...**

Hra "Kuba řekl" je vhodná pro děti předškolního i mladšího školního věku. Vyžaduje pozornost a soustředěnost a dá se hrát venku i doma. Z vlastní zkušenosti víme, že je tato hra u dětí velmi oblíbená. Pomůcky si nemusíte chystat žádné.

Rodič, učitel, nebo i samotné dítě stojí před ostatními hráči a říká: "Kuba řekl - sedněte si". Ostatní hráči si musí sednout. Hra pokračuje: "Kuba řekl - dejte si levou ruku na pravé ucho." (Záleží na věku dětí, u menších použijte jednodušší pokyny - sednout si, lehnout, mrknout, zakašlat apod.) Ostatní opět musí splnit pokyn. Pokud ale vyvolávač řekne jen: "Sedněte si" bez "Kuba řekl", nesmí se daný pokyn splnit. Kdo přesto zareaguje, dostává trestný bod. Vyhrává ten, kdo má na konci nejméně trestných bodů a za odměnu se může vystřídat s vyvolaným.

Název aktivity : **Co je v pytli schované ?**

Do starého povlaku na polštář nebo něčeho podobného několik různých předmětů. Děti potom jen podle hmatu poznávají co to je.

Název aktivity : **Motýli, žáby a čápi**

Běh ve skupině, reakce na slovní pokyn. Děti volně běhají v prostoru. Na povel „Motýli“ se zastaví, upaží, mávají pažemi jako křídly. po krátké pauze se opět rozeběhnou. Na povel „Čápi“ si stoupnou na jednu nohu, druhou ohnou v koleně a zdvihnou. Na povel „Žáby“ udělají dřep s koleny od sebe, ruce spuštěny podél těla.

Název aktivity : **Oheň, voda, blesk**

Děti běhají, chodí... podle rytmu ozvučných dřívěk. Na určený signál a slovní pokyn splní úkol:

Oheň - utéci do kouta

Voda - stoupnout si na vyvýšení místo – lavička

Blesk - lehnout si a schovat hlavu



evropský
sociální
fond v ČR



EVROPSKÁ UNIE



MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ,
MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY



OP Vzdělávání
pro konkurenceschopnost

INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ

Název aktivity : **Byl jeden král**

Rozvoj představivosti

Byl jeden pán, měl plný krám, a v tom krámě: (letadlo, autíčko, vláček, myšky...)

Děti běhají nebo chodí, učitelka říká říkanku a děti se „převtělí“ do věci, kterou pán prodává.

Název aktivity : **Na korálky - Reakce na pohlazení**

Korálky se roztrhaly, do koutečka rozsypaly. Kde je najdu, kde je mám, všechny já je navlíkám. Kruh - navlečené korálky - se roztrhne. Děti se usadí volně v prostoru. Vedoucí dítě (nebo učitelka) obchází a říká říkanku - hledí jednotlivé děti, když mezi nimi prochází. koho pohladí, **přidá se a dál sbírá korálky s ní.**

Název aktivity : **Na ježka – rytmická chůze**

Děti utvoří kruh a chodí v rytmu říkanky.

Tiše, tiše, ježek spí,

ať jej nikdo nevzbudí. (*Tichá chůze po špičkách*)

Já mám doma ovci,

mohu tleskat jak chci. (*Tleskání a chůze na místě.*)

Já mám doma berana,

mohu dupat nohama. (*Hlasité dupání do rytmu.*)

Ježku vstávej! (*Ježek se probudí a vybere jiné dítě za sebe.*)

INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ

Název aktivity : **Kašpárek**

Kašpárek si poskakuje,

tak si nožky procvičuje.

(Poskoky na místě a z místa, také na jedné noze.)

Ručkama si kývá,

(Rytmičké kývání napjatýma rukama.)

očkama se dívá.

(Otáčení hlavy.)

Ted' si dřepne, klekne, sedne,

(Střídání poloh.)

lehne si a už se nehne.

(Uklidnění.)

Název aktivity : **Zedník**

Zedník staví továrničku, klade cihlu na cihličku. *(Dřep, rukama předvádět kladení cihel až do stoje ve výponu.)*

Vzal a dal, vzal a dal, pak to všechno urovňal. *(Hluboký předklon k levé noze, vzpřímení, předvedení urovnání malty.)*

Nabral maltu, plác a kec, náš táta je umělec. *(Hluboký předklon k pravé noze, vzpřímení, na závěr zatočení na místě.)*

Název aktivity : **Pohádka**

Byla jedna hromádka a v ní spala pohádka. *(Klek na jedno koleno, předvádění spánku.)*

Od vesnice po silnici, příběhli dva uličníci. Rozkopali hromádku,
(Přednožování, střídavě levou a pravou.)

probudili pohádku.

(Protahování, protírání očí.)



evropský
sociální
fond v ČR



EVROPSKÁ UNIE



MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ,
MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY



OP Vzdělávání
pro konkurenceschopnost

INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ

Název aktivity : **Medvěd**

prší, prší, voda kape, starý medvěd bláto šlape. *(Napjatýma rukama s drobnými pohyby prstů znázornit déšť.)*

Zatočí se dokolečka a stočí se do klubička. *(Kolébavá chůze na místě do kolečka, po vnější straně chodidel. Dřep.)*

Název aktivity : **Kos**

Skok a skok, žádný krok, kos tak skáče celý rok. *(Poskoky snožmo, malá křídélka.)*

Vesele si poskakuje, *(Poskoky snožmo s otáčením.)*

po žížale pokukuje, *(Otáčení hlavy vlevo, vpravo.)*

zobákem ji vytahuje. *(Hluboké dřepy, vztyk se vzpřímením.)*

Název aktivity : **Žabičky**

Hupky, hopky nožičky, skácou jako žabič *(Poskoky volně, snožmo do prostoru.)*

Dáme nožky k sobě, *(Stoj snožný, ruce do upažení dlaněmi*

dolů.) cvičím ruce obě. *(Upažit, čelní kruhy, pak v upažení kruhy zápěstím.)*

Velké kruhy, menší kroužky, ubíhají rychle nožky. *(Běh jedním směrem.)*

Cupky, cupky, všichni sem, *(Chůze ve výponu, seskupení dětí na vyhrazené místo.)*

sedneme si hned na zem. *(Uvolnění, sed na místo.)*

INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ

Název aktivity : **Bouřka**

Malé ruce tleskly tlesk, *(Paže skrčené, v rytmu tleskání do dlaní před sebou.)*
tlesknou vpředu, tlesknou vzadu, stejně rychle jako blesk *(Paže napnuté, tleskání do dlaní střídavě před sebou a za sebou.)*

A pak dupne jedna nožka, jako kdyby přišla bouřka *(Poskok, nebo více poskoků, výpon, vzpažit, pozvolna z výponu do dřepu.)*

Po bouřce pak jistě záhy, přijde z oblak deštík vlahý. *(Ze vzpažení do předpažení - napodobit prsty déšť.)*

Zas svítí slunko jasně, bude venku opět krásně. *(Upažit, dlaně dolů, otáčení na místě.)*

Název aktivity : **Voják**

Voják hlídá na stráži, *(Stoj spatný s připažením)*
pušku nosí na paži. *(Střídavě zvedat do vzpažení levou a pravou ruku)*

Při cvičení s ní i běhá, *(Běh jedním směrem)*

v blátě, v dešti k zemi lehá. *(Leh na břicho se vzpažením)*

Plazí se až k cíli, bude tam za chvíli. *(Plížení, plazení po břiše k vyhrazenému místu)*

Bez hluku a křiku, stojí v jednom šiku. *(Řazení dětí vedle sebe)*

Název aktivity : **Na cvičitele**

Hopsa hejsa ze dvorečka, kdopak půjde do kole *(Ve vázaném kruhu cval stranou, chůze v kruhu.)*

Hopsa hejsa ze dvora, kdopak půjde do kola? *(Cval stranou, chůze v kruhu opačným směrem.)*

Dášenska (Barunka, Liduška, Pavlík...) je naše paní, dejte všichni pozor na ni.

Ať to každý dokáže, co ona (on nám tu) nám ukáže. *(Vybrané dítě jde doprostřed kruhu a předvádí cvik, který ostatní opakuji.)*



evropský
sociální
fond v ČR



EVROPSKÁ UNIE



MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ,
MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY



OP Vzdělávání
pro konkurenceschopnost

INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ

Název aktivity : **Áďa**

Každé ráno cvičí Áďa, aby narovnal si záda. (*Cvičíme "na všech čtyřech" zvedání do kleku a zpět.*)

Nožky natahuje silně, cvičí rád a cvičí. (*"Na všech čtyřech" zvedáme zadeček napnutím nohou a zpět.*)

A pak vzhůru vytáhne se, rovně, jako jedle v lese, (*Stoj, vyrovnáme záda a jdeme do výponu.*) ještě výš a potom rázem, zlehounka se snese na zem. (*Zpět na "všechny čtyři".*)

Kromě protažení celého těla děti též narovnajít záda. Dbáme, aby skutečně stály rovně

Název aktivity : **Pavouk**

Pavouk souká pavučinu, volá mušky na hostinu. (*Klek sedmo - v kleku sedíme na patách, předpažit - kruhy rukama.*)

Mlč, pavouku, známe dost tu tvou vzácnou zdvořilost! (*Na všechny 4, zvedneme ruce do předpažení, provádíme hmity rukama paže a trup jsou v jedné přímce.*)

Zavoláme hospodyně, prožene tě po kuchyni (*Přetočit na záda, skrčit nohy a kutálet se.*)

Název aktivity : **Datel**

Co to ťuká v našem lese, (*V mírném stojí rozkročném úklony stranou se vzpaženýma rukama.*) ťuky, klepy, ťuky, klep? (*Ťukání prstem do dlaně, nebo tleskání do rytmu.*) Ať to ťuká, nebojte se, je to datel drvoštěp. (*Letíme jako datel po lese-ruce v upažení a mírný běh prostorem.*)

Název aktivity : **Kos**

Po trávníku chodí kos, černý kabát, žlutý nos. (*Ve stojí vzpažíme a chodíme se zvýrazněnými koleny.*)

Skočí sem, skočí tam, skáče ani neví kam. (*Poskoky snožmo do stran a vpřed a vzad.*)



evropský
sociální
fond v ČR



EVROPSKÁ UNIE



MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ,
MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY



OP Vzdělávání
pro konkurenceschopnost

INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ

V první části je potřeba dbát na správné držení těla, ve druhé části se posilují dolní končetiny. Rovněž se zdokonaluje koordinace pohybu. Pokud hned dětem nepůjdou skoky "do čtverce", je dobré jim ho na zem namalovat křídou (stačí tečky v rozích, podle kterých se dítě orientuje)- z koberce lehce křidu dostanete kartáčkem, z linolea či dlažby se umyje.

Název aktivity : **Vrána**

Vpravo, vlevo, na stranu, (*Skok snožmo vpravo a vlevo, krok vpravo a vlevo.*)

To je tanec pro vránu, (*Otočka kolem dokola, dospělý drží dítě za zvednutou ruku -dítě se pod jeho rukou podtočí.*)

dlouhý krok a krůček krátký (*Jeden krok dlouhý vpravo, druhý krátký vlevo je-li nás více a jsme-li v kruhu, kruh se tímto pomalu otáčí.*)

jednou tam a zase zpátky. (*Půl otočky pod rukou dospělého a celá otočka na druhou stran*)

Název aktivity : **Myška**

Běží myška po strništi , dvě myšátka za ní piští, (*Dítě se s dospělého chytne za obě ruce a v rytmu říkanky se otáčí.*)

nad nimi se vznáší drak, kaboní se jako mrak. (*Dvojice (trojice atd.) se pustí a jeden - předem zvolený drak ostatní honí.*)

Cvičení podporuje orientaci v prostoru a rychlou reakci.

Název aktivity : **Zvířecí**

Jako kočka nebo pes, po čtyřech po zemi lež', (*Lezeme po čtyřech, pozor aby mělo dítě zadeček nahoře a neležlo po kolenou.*)

u oslíka zvykem bývá, že rád hlavou sem tam kývá, (*Zůstaneme na čtyřech a kýváme hlavou.*)

když polezem jako had, budeme mít brzy hlad, (*Leh na bříšku, plazíme se.*)

po obědě každá záda do postýlky lehnou ráda. (*Přetočení na záda, výdrž v klidu (až do usnutí).*)

Cvičení je vhodné jako motivace k polednímu spánku i jako protažení po něm. Děti je mohou doprovodit i zvukově - podle říkanky předvést jak, které zvířátko mluví.



evropský
sociální
fond v ČR



EVROPSKÁ UNIE



MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ,
MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY



OP Vzdělávání
pro konkurenceschopnost

INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ

Název aktivity : **V lese**

V prostředí lesa na palouku bujná tráva roste,

(Kolébáme se jako tráva ve větru, ruce vzpažené, tělo rovné bez předklonu.)

něco zaslechl jsem v koutku, čtyři zvuky prosté. *(Dlaně dáme k uším.)*

A tak jsem se otočil, *(Otočit se.)*

za strom jsem se schoval, *(Zakrýt oči dlaněmi, díváme se přes prsty a schováme se za dospěleho.)*

mezi travu přikrčil, všechno pozoroval. *(Přidáme otáčení hlavy)*

Vidím ...Srčku, Ježka, datla...v křovisku, jsem mu (jí) velmi na blízku. *Dítě doplní zvíře, které žije v lese. Můžete cvičit i s pomocí plyšáků, hlavně menším dětem pomohou vzpomenout si, která zvířátka patří do lesa.*

Název aktivity : **Žabky na procházce**

U rybníka po kraji žábě nožky klouzají, *(Dřep, ruce opřít o zem, nohy střídavě zanožovat- "klouzat".)*

ale potom hop a hop přes travu a přes příkop. *(Žabí skoky - skoky v dřepu s podporou rukou o zem.)*

Ale běda, dál se nedá- je tu čáp, už zobák zvedá! *(Dospělý dělá čápa a "zastavuje" žabku.)*

Skákej, žábo, co máš sil, aby tě čáp nechytí! *(Žabka se rychle otočí čelem vzad a dále skáče žabími skoky.)* Ještě skok-ten největší- ve vodě jsi v bezpečí. *(Výskok do stoje.)* *(Zpět do kleku sedmo roznožného - v kleku roznožíme a pomalu si sedáme mezi roznožené nohy a opřeme se o předloktí.)*

Hry na karneval

Tanec s předmětem

Opravdu známá hra na taneční parket. Zvolený předmět, jablko, citron nebo např. minci, musí taneční páry udržet mezi svými čely. Jak to celé dopadne záleží na jejich obratnosti.



evropský
sociální
fond v ČR



EVROPSKÁ UNIE



MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ,
MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY



OP Vzdělávání
pro konkurenceschopnost

INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ

Putující klobouk

Stačí rychlý tanec, např. rock and roll a rekvizita, kterou může být „párty“ čepice, klobouk, paruka atp. Pokrývka hlavy se mezi tančícími páry předává z hlavy na hlavu. Každý se snaží ji předat co nejrychleji jinému páru. Pár, který má klobouk nebo čepici déle než pět sekund nebo mu upadl na zem vypadává. Páry nesmí vybíhat z prostoru určeného pro tanec.

Kolující obálka s úkoly

Páry tančí a předávají si obálku s úkoly. V okamžiku, kdy se zastaví hudba musí pár u kterého je momentálně obálka vytáhnout jeden úkol, který za povzbuzování ostatních splní. Hra pokračuje do té doby než je obálka prázdná.

Módní soutěž s přehlídkou

Několik dvojic, vítány budou dvojice rodič + dítě, na znamení vyrazí k bedně s nejrůznějšími a co možná nejvtipnějšími kousky oděvů a postupně vybírají a oblékají svého kolegu ve dvojici. Je dobré mezi oblečení přidat např. potápěčské brýle, ploutve, kombiné, čelenku s čertovskými rohy, svářečskou kuklou atd. Po uplynutí času - 1 písnička - následuje módní přehlídka a konečné vyhlášení nejlepšího páru. Je to velká legrace.

Karikatury

Každý hráč má dlouhý arch papíru. Kreslí se postavy. Poprvé všichni namalují hlavu, obrázek zahnou dospodu a předají hráči po pravé ruce. Tak se postupuje při každé části těla. Postupně hráči dokreslí krk, tělo, nohy, boty a poslední napíše na papír své jméno. Následně se obrázek rozbalí a pokračuje se dál ve tvoření karikatur. Nakonec se uspořádá výstava karikatur a zvolí se jedinci s nejvydařenějšími portréty.

Všimni si detailu

Na stole vytvoříme určitou scénérii z předmětů. Hráč si prohlédne rozestavené předměty a odejde na chvíli ven. Změníme pozici některého předmětu nebo předmět odebereme či přidáme jiný. Úkolem každého hráče je zjistit co se na stole změnilo.



evropský
sociální
fond v ČR



EVROPSKÁ UNIE



MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ,
MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY



OP Vzdělávání
pro konkurenceschopnost

INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ

Dones co nejvíce věcí

Nasbírat v časovém limitu 3 minuty co nejvíce věcí třeba na S nebo na P....

„Podlez hasičskou hadicí“

Seřaďte děti do zástupu a nechte je protancovat pod nataženou zahradní (oficiálně pochopitelně hasičskou) hadicí. Až se vystřídají všechny děti, jde se znovu, jenom hadice je teď o něco níž.

Poklad Inků

Uvařte krupicovou kaši a obarvěte ji jedlým barvivem na zeleno a nechte ji vychladnout. Do kaše zamíchejte omyvatelné ceny nebo jedlé gumové cukrovinky (medvídky, hady, zvířátka). Děti se posadí do kruhu. „Pralesní pudink“ si posílají a pokud si chtějí vylovit cenu, mohou tak udělat pouze ústy, aby našly část pokladu.

Pro tuto hru je třeba pořídit dostatek papírových ubrousků.

Poletující balónek

Pomůcky: nafouknuté balónek

Provedení: Hráči stojí v kruhu. Pustí se hudba a začíná balónková pinkaná. Hráči musí udržet pinkáním balónek ve vzduchu. Pinká se vždy směrem k druhému hráči. Pokud balónek spadne na zem vypadává hráč, který je nejbližší balónku. V momentě kdy se zastaví hudba, vypadne ten kdo se dotkl míče naposledy. Hudbu pouští a zatavuje vybraný hráč, který je zády, aby nemohl ovlivnit vyřazení hráče.

Co nejvíc balónků

Nafoukněte balónek a umístěte je na podlaze. (Zbylé jsou do zásoby, v případě, že některé prasknou). Každý soutěžící, když na něj přijde řada, má 30 sekund na sebrání a udržení co nejvíce balónků. Za každý balónek získá 1 bod. Vyhrává ten, kdo nasbírá nejvíce bodů.

Děti mohou držet balónek jak je napadne: pod tričkem, mezi nohama, v podpaží dokonce i v zubech.

Simon říká s balónky (10- 15 min.)

Pomůcky: 1 balónek



evropský
sociální
fond v ČR



EVROPSKÁ UNIE



MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ,
MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY



OP Vzdělávání
pro konkurenceschopnost

INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ

Provedení: Postavte děti do zástupu. Nechte jedno dítě vyhodit balónek do vzduchu. Když balónek vyhodí, měl by dát instrukce dalšímu dítěti jakou částí těla se má balónku dotknout (hlava, paže, noha, nos atd.). Balónek musí být vždy odražen ze spodu do výše. Pokud dítěti, které je na řadě balónek spadne na zem nebo se ho dotkne špatnou částí těla, pak vypadává ze hry.

Klokani (vyžaduje velký prostor, 10- 15 min.)

Pomůcky: 1 balónek pro každé dítě

Provedení: Určete cílovou čáru na jedné straně místnosti a seřad'te děti na druhé straně.

Rozdělte děti do dvou skupin a dejte každému dítěti balónek. Každé dítě musí doskakat s balónkem mezi kolena k cílové čáře. Pokud balónek spadne, dítě si ho musí umístit zpět mezi kolena a pokračovat ve skákání. Když dosáhne cílové čáry může vyrazit další člen týmu.

Tým, který první skončí, vyhrává.

Pošli balónek (5- 10 min.)

Pomůcky: 1 balónek, přehrávač muziky

Provedení: Postavte děti do kruhu a dejte jim balónky. Pokud hraje hudba, děti se snaží posílat si balónek za zády, přičemž drží balónek v rukou co nejkratší dobu. V určitý moment přestane hrát hudba a dítě, které zrovna drží balónek, vypadává ze hry. Takto pokračujte až zůstane poslední dítě.

Balónkový prásk (5 -10 min.)

Pomůcky: tolik balónků kolik je dětí, malé dárky či bonbonky. Vyberte počet dárků kolik chcete mít a očísľujte je. Umístěte malé lístečky s čísly podle připravených dárků do nenaťouknutých balónků. Poté balónky natioukněte a zavěste ze stropu.

Nošení ping-pongového míčku na lžici

Vysávání lentilek (20-25min.)

Pomůcky: lentilky, 1 brčko pro každé dítě a 2 papírové talíře do každého týmu

Provedení: Rozdělte děti do několika týmů po 2 -3 hráčích. Naplňte talíře lentilkami. Každý hráč dostane brčko. Až napočítáte do tří děti začnou sát lentilky pomocí brček z jednoho talíře



evropský
sociální
fond v ČR



EVROPSKÁ UNIE



MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ,
MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY



OP Vzdělávání
pro konkurenceschopnost

INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ

do druhého. Tým, který první přemístí všechny lentilky, vyhrává.

Mumie (10- 15 min.)

Pomůcky: 1 roli toaletního papíru pro 2 děti

Provedení: Rozdělte děti do dvojic, každé dejte jednu roli toaletního papíru. Nechte je rozhodnout, kdo bude balit a kdo se nechá obalit. Při napočítání do tří, děti začnou obalovat od nohou nahoru. Když se papír přetrhne, je potřeba navázat ve stejném místě a pokračovat v obalování. Vyhrává ta dvojice která skončí jako první a vytvoří nejlepší mumii s co nejmenším počtem částí těla, které jsou vidět.

Graffiti na stěnu

Umístěte velký silný papír (1m x 1m) na zeď a dejte dětem barvy na napsání přání, namalování obrázků atd.

Kuba řekl

Vyberte jedno dítě, které bude vedoucí a bude stát před ostatními. Bude volat rozkazy, jako, Kuba říká: „Dejte ruce nahoru“ nebo „zvedněte levé koleno“. Skupina musí opakovat pohyby, ale jen tehdy, když řekne „Kuba řekl“. Jinak vypadává ze hry. Poslední, kdo zůstává, vyhrává.

Zavaž co nejrychleji 10 uzlů

Hra vhodná na karneval pro svojí rychlost a možnost zapojit několik dětí najednou. Důležité je vybírat děti stejně věkově zdatné. Nejrychlejší vyhrává.

Novinový tanec

Každý hráč dostane stejně velký kus novin a ten si položí pod sebe na zem. Pro tuto hru se mu stává jeho kouskem tanečního parketu, ze kterého se nesmí vzdálit. Začne hrát hudba a všichni hráči tančí na svých vlastních novinách. Pokud přešlápnou, vypadávají ze hry. Při každém dalším přerušení hudby si zbylí hráči přepůlí svůj kus novin a tak překládají až do konce, dokud nezůstanou pouze ti nejlepší a z nich nevzejde vítěz. Jednoduchá a velice zábavná hra.



evropský
sociální
fond v ČR



EVROPSKÁ UNIE



MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ,
MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY



OP Vzdělávání
pro konkurenceschopnost

INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ

Vyvolávaná

Pomůcky: míč, křída

Popis: Děti stojí po obvodu kruhu, který je nakreslen křídou. Uprostřed je dospělý nebo dítě, které drží míč. Vyhodí míč kolmo do vzduchu a vysloví jméno některého dítěte stojícího na obvodu kruhu. Pak odstoupí stranou. Vyvolané dítě musí vběhnout do středu kruhu a nadhozený míč chytit. Chytne-li ho, nadhazuje samo a vyvolává dalšího. Upustí-li ho, nadhazuje ještě jednou předcházející hráč.

Paleček a obr

Pomůcky: jeden malý a jeden velký míč

Popis: Děti vytvoří kruh a posadí se na zem. Dvě děti, které jsou v kruhu na opačných stranách, dostanou míče. Jedno dítě je malý Paleček, druhé je velký Obr. Na povel si posílají míč po obvodu kruhu stejným směrem. Malý míč má dohonit větší. Když malý míč dohoní větší, hra končí. Lze změnit směr podávání a může honit obr Palečka.

Polívka se vaří

Pomůcky: míč

Popis činnosti: Děti jsou rozestoupeny po obvodu velkého kruhu, v jehož středu leží míč.

Vedoucí hry říká: *Polívka se vaří, maso na talíři, přijde na to, sežere to a bude to...* a vysloví jméno některého dítěte. Jmenované dítě vběhne do středu kruhu, zvedne míč a vykřikne: *Stát!* Ostatní mezi tím utíkají z kruhu ven a na toto znamení se zastaví. Dítě se snaží s míčem někoho zasáhnout. Podaří-li se mu to, zasažené dítě se stane vyvolávačem.

Bum do hrnce

Pomůcky: velký hrnec, velká měchačka nebo palička, drobný dárek (příp. bonbon), šátek

Popis: Pod velký otočený hrnec schováme "drobnost". Děti sedí okolo v kruhu. Vybranému dítěti zavážeme oči a dáme do ruky měchačku. Úkolem je poslepu bouchnout do hrnce, komu se to podaří, získává ukrytou odměnu ("co se v hrnci uvařilo").

Karnevalové (pohádkové) domečky

Pomůcky: nakopírované karnevalové postavičky na formátu A3, přehrávač hudby



evropský
sociální
fond v ČR



EVROPSKÁ UNIE



MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ,
MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY



OP Vzdělávání
pro konkurenceschopnost

INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ

Popis: papíry s postavičkami představují domečky, děti okolo nich tančí za doprovodu hudby, po vypnutí hudby se rychle snaží stoupnout na volný list = domeček, domečky postupně (jako v "židličkované") ubíráme, takže pokaždé zbude někdo, kdo nemá domeček, ten ze hry vypadává (tyto děti mohou tvořit okolo ještě hrajících kruh, "fandit" a vypadnutý hráč má možnost v dalším kole odebrat "domeček"). Vyhrává ten, komu se podaří obsadit poslední zbylý "domeček".

Další pravidlo: kdo list papíru roztrhne, vypadává ze hry.

Hra má několik variant: např. se děti musí ukrýt jen u čaroděje apod.

(Letos nám tyto obrázky slouží i k výzdobě sálu, děti je vybarví apod.)

Leze, leze had

Popis: děti jdou ve vázaném zástupu za vedoucím dítětem, které děti - hada stáčí do klubíčka.

Kdo byl poslední, ten hada rozmotává.

Při tom se říká:

*Leze, leze had,
pojd' si s námi hrát.
Uděláme tlačnici
tlustou jako jitrnici,
tu já mám rád.*

Masopustní štronzo

Popis: při této hře se reaguje na slovní pokyn. Děti jsou v prostoru, když vedoucí hry zavolá "maso", tak se děti pohybují, na zvolání "pust" se zastaví, ustrnou v pohybu.

Medvědí honička

Popis: děti utvoří kruh a drží se za ruce, jedno dítě je v roli medvěda a sedí v dřepu uprostřed (může mít masku medvěda). Děti v kruhu chodí do rytmu říkanky:

*"Ty medvěde chlupatý, co máš kožich na paty, rychle, rychle utíkej, všechny si nás pochytej.
Jedna, dvě, tři, čtyři, pět, už nás začni honit. Ted'!"*

INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ

Na poslední slovo se všechny rozběhnou a medvěd je honí. Chycený se stává medvědem a hra se opakuje.

... zásoba dalších známých her a soutěží

Namotávání bonbónu

Pomůcky: tužky, nitě, bonbony

Popis: na nit uvážeme bonbón (balený). Druhý konec nitě přivážeme na tužku. Děti namotávají nit otáčením tužky, vítězí ten, kdo má bonbon první namotaný.

Skákání v pytích

Proběhnutí trasy ve velkých gumových holinkách

Lovení papírových kaprů

Popis: na vystřižené kapry připevníme kancelářskou sponku. Prut je z tyčky a provázku, na konci s přivázaným magnetem.

Pojídání koláčů se zapečenou mincí

Popis: upečeme větší koláče uprostřed s mincí. Dvojice dětí se snaží co nejrychleji prokousat k minci.

Slalom v mlze

Popis: soutěží dvojice.

Jeden z dvojice má zavázané oči, druhý ho slovně naviguje po trase.

Lovení jablka

Popis: ve větší míse necháme plavat jablko. Děti ho loví pouze pomocí úst.

Kreslení poslepu

Popis: kreslení zadaného motivu se zavázanýma očima.

Odstrihni si odměnu

Popis: na provázcích jsou zavěšené různé drobné předměty (sladkosti). Děti se zavázanýma



evropský
sociální
fond v ČR



EVROPSKÁ UNIE



MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ,
MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY



OP Vzdělávání
pro konkurenceschopnost

INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ

očima musí nahmatat některý provázek, pak si mohou dárek odstříhnout. Je to náročnější na organizaci, aby bylo zajištěno bezpečné použití nůžek. Podobným způsobem mohou špendlíkem propichovat nafouknuté balonky.

Házení míčkem na cíl

Popis: házení malým míčkem na zvolený cíl - do kbelíku, do košíku, papírovému klaunovi (duchovi) do vystřižených úst.

Žonglování

Popis: žonglování 2 hadrovými míčky, vyhrává ten, kdo vydrží žonglovat celou písničku, aniž by mu míčky spadly.

Pití brčkem

Popis: děti pijí nápoj ze sklenice brčkem, vyhrává ten nejrychlejší.
Zároveň to může být zahájení nebo zakončení nějaké štafety.

Kuba řekl

Úkol: nácvik základních pohybů a poloh, orientace v tělním schématu

Popis hry: Děti se rozmístí libovolně po prostoru tělocvičny. Učitel stojí před nimi a vyvolává: „Kuba řekl dřep, Kuba řekl vztyk, Kuba řekl lehněte si.....“ Děti smí povel splnit jen pokud to řekl Kuba. Pokud povel zní jen: „ Dřep, Vztyk, Lehněte si.....“, nesmí na to děti nijak reagovat. Kdo se splete dává fant.

Varianta: Učitel zároveň předvádí polohy. Může cvičit i chybně. Děti se nesmí nechat splést.

Na sochy

Úkol: nácvik základních poloh, rovnováha

Popis hry: Učitel postupně roztočí děti za ruce. Každé dítě musí po puštění co nejrychleji zaujmou nehybnou polohu. Učitel děti sleduje a kontroluje, aby se nepohnuly. Kdo se první pohne, dává fant.



evropský
sociální
fond v ČR



EVROPSKÁ UNIE



MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ,
MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY



OP Vzdělávání
pro konkurenceschopnost

INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ

Signály

Úkol: nácvik základních poloh, postřeh, paměť

Popis hry: Určíme zvukové signály, které přísluší určitým polohám. Např. tlesknutí - leh na zádech, dupnutí - leh na břiše, úder - bubínku dřep. Děti se pohybují volně po prostoru, zazní-li signál musí zaujmout požadovanou polohu. Kdo je poslední musí dát fant nebo vypadává. Varianta: Děti se pohybují volně na hudbu. Když se hudba vypne, zazní signál.

Lepidlo

Úkol: orientace v tělním schématu, koordinace

Popis hry: Děti jsou rozdělené do dvojic. Na pokyn si slepují různé části těla. (např. dlaně, kolena, záda.....)

Varianta: „slepené“ děti mají za úkol překonat určenou vzdálenost nebo jednoduchou překážkovou dráhu.

Hlídač a opička

Úkol: vytrvalost, postřeh

Popis hry: Ze skupiny dětí vybereme dvě, jeden představuje hlídače a druhý opičku, která utekla ze zoologické zahrady. Zbylé děti utvoří vláčky (po trojicích se spojí za sebou tak, že zadní dá ruce na ramena přednímu). Hlídač honí opičku, ta se ale může schovat tak, že se zapojí do vláčku. Pak je první dítě z tohoto vláčku automaticky opičkou a musí utíkat před hlídačem. Když hlídač opičku chytí, vymění se.

HRY S VYUŽITÍM MÍČŮ

Různá barevnost i možnost míče pomalovat jsou vlastnosti přitažlivé, stejně jako dostupnost různých velikostí a materiálů, z nichž jsou vyráběny (často i podomácku lze ze starých punčoch, hadříků, gumiček, zmuchlaného papíru, klubek... vytvořit, třeba i spolu s dětmi, dostatek motivačně zajímavých různorodých „míčů“).



evropský
sociální
fond v ČR



EVROPSKÁ UNIE



MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ,
MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY



OP Vzdělávání
pro konkurenceschopnost

INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ

Paleček a obr

Úkol: rozvoj motoriky, citu pro míč, prostorové orientace, rychlosti

Pomůcky: velký a malý míč

Popis hry: Děti stojí v kruhu. Na povel paní učitelky si co nejrychleji podávají míče v určeném směru. Cílem hry je, aby velký míč (obr) se snažil co nejdříve dosáhnout malý míč (prchající Paleček). Jestliže se to podaří, paní učitelka hru zastaví a honba začne nanovo, opačným směrem.

Obměna: Jak všichni jistě vědí nemusí vždy zvítězit jen ten větší a silnější, ale i ten malý a chytrý může obrovi nahnat pořádný strach. Na povel (písknutí) paní učitelky se role vymění a Paleček začne honit Obra či naopak (změna směru).

Míče si děti nemusí pouze podávat – mohou je koulet po obvodu kruhu, zvláště starší si je mohou také přihrávat.

Veverky a kuny - Na hledače

Úkol: rozvoj motoriky, zatížení kardiovaskulárního systému

Pomůcky: měkké, středně velké míče (počet odpovídající přibližně počtu dětí), tři lavičky

Popis hry: Z laviček sestavených do trojúhelníku vytvoříme kurník. Do něj nanosíme všechna vajíčka (míče). Všechny děti jsou slepičkami nosnicemi, pouze dvě (až tři), vybrané paní učitelkou, hrají roli kun. Kuny vniknou do kurníku (vymezeného třemi lavičkami) a začnou řádit. Vyhazují všechna vejce ven z kurníku, aby si je později mohly odnést. Slepičky ale nelení a vajíčka sbírají a zase je nosí po jednom zpět do kurníku. (Nosí – jsou nosnice, nehážou!) Po uplynutí časového limitu (doporučeno je max. 20 – 30sek.) paní učitelka hru zastaví a spočítají se vejce, která v kurníku zůstala zachráněna. V nové hře jsou určeny jiné kuny.



evropský
sociální
fond v ČR



EVROPSKÁ UNIE



MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ,
MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY



OP Vzdělávání
pro konkurenceschopnost

INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ

Chytání much

Úkol: nácvik chytání, postřeh, počítání

Pomůcky: míč

Popis hry: Děti stojí v řadě, učitel před nimi. Učitel hází dětem míč. Kdo ho chytí, hodí jej zpět a spojí dlaně, v kterých si drží mouchu. Jedno chycení znamená jednu chycenou mouchu. Učitel zpočátku hází míč popořadě, později na přeskáčku. Někdy hod pouze naznačí a pokud se děti nechají zmást a rozpojí dlaně, všechny mouchy uletí. Pokud dítě míč nechytí, také všechny mouchy uletí.

Na tresty

Úkol: Nácvik chytání, základní polohy těla

Pomůcky: míč

Popis hry: Učitel stojí ve středu kruhu a hází míč dětem. Kdo míč nechytí, dostane trest a musí zaujmou ztíženou polohu. Pokud příště míč chytí, trest se ruší, pokud ne, zaujme další trestnou polohu. Polohy se mění v tomto pořadí: nohy křížem, stoj na jedné noze, stoj rozkročný, klek, sed, leh. Poté dítě vypadává ze hry, nebo musí dát fant.

Koulená

Úkol: manipulace s míčem, rychlost

Pomůcky: větší množství míčů různých velikostí

Popis hry: Děti jsou rozděleny na dvě poloviny, každé družstvo je na opačném konci herny. Každé z dětí má míč. Na povel jej kutálením pošle na druhou stranu. Potom se všechny děti snaží odkutálet všechny míče, které přicházejí z protější strany herny. Hra je ukončena zvukovým signálem. Vyhrává družstvo, na jehož polovině je méně míčů. Varianta: děti míče nekutálejí, ale odhazují nebo odkopávají



evropský
sociální
fond v ČR



EVROPSKÁ UNIE



MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ,
MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY



OP Vzdělávání
pro konkurenceschopnost

INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ

Nikdo nezůstane sedět sám

Úkol: manipulace s míčem, vztahy mezi dětmi

Pomůcky: jeden nebo více míčů

Popis hry: Děti sedí v kruhu a kutálejí si míč. Kdo míč dostane, pošle jej dalšímu sedícímu a sám se postaví. Tak se vystřídají všechny děti.

HRY S BALANČNÍMI ČOČKAMI (JEŽKY)

Tato balanční pomůcka je z měkké gumy. Má tvar polokoule. Vrchní kulovitá část má na povrchu masážní výstupky, je tedy vhodné cvičit na boso. Některé typy čoček umožňují zasunutí tyče.

Na ježky

Úkol: nácvik chůze ve dřepu, orientace v prostoru

Pomůcky: větší množství balančních čoček nebo jiných hraček, které se dají snadno přenášet, obruče (nebo švihadla)

Popis hry: Děti sedí v kruhu. Každý má svůj domeček vyznačený obručí nebo švihadlem. Uprostřed je hromada čoček a jiných hraček, které představují jablíčka pro ježky. Mezi nimi stojí učitel. Na signál se děti pohybují ve vzporu dřepmo doprostřed kruhu, když se tam dostanou, otočí se zády k učiteli, který jim na záda přidělí jedno jablíčko. Děti jej musí donést do svého domečku. Každý si musí udělat co největší zásoby na zimu. Varianta: děti se pohybují ve vzporu dřepmo vzadu (jako raci).



evropský
sociální
fond v ČR



EVROPSKÁ UNIE



MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ,
MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY



OP Vzdělávání
pro konkurenceschopnost

INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ

Škatulata, batolata

Úkol: reakce na signál, rovnováha

Pomůcky: každému z dětí (vyjma jednoho) jednoho ježka (balanční čochu)

Popis hry: Děti libovolně rozmístěné v prostoru herny se bosky snaží postavit na svého ježka. Jedno z dětí ježka nemá a říká: Škatulata, batolata hejbejte se z místa na místo. TEĎ!

Na povel TEĎ, si děti musí vyměnit místa (ježci zůstávají ležet na zemi) – tedy najít jiného ježka. Na koho ježek nezbyl, říká znovu říkanku.

Varianta: Děti bez čochek může být i více (2 i 3, to závisí na celkovém počtu hráčů) – říkanku říkají společně s pí učitelkou.

Na houbaře

Úkol: zručnost (manipulace s tyčí), procvičování barev

Pomůcky: každému z dětí tyč (gymnastickou) a stejný počet (různobarevných) balančních čochek s dírou

Popis hry: Balanční čochky jsou libovolně rozmístěny po zemi. Děti houbaři mají v ruce hůl (tyč), chodí libovolně po prostoru herny a společně recitují: *Houbař chodí po lese, má velikou hůl, bojte se! Houbičky se schovávají, houbaři však vyhrávají. Píchy, píchy, pích!* Na poslední slova „Píchy, píchy, pích!“ děti najdou nejbližší houbičku (pecičku) a napíchnou ji na tyč. Nesou ji tak, aby nepadla. Na další slova: *Houbičky se rády mají, stejné k sobě pospíchají!*

Ty děti, které mají houbičky stejné barvy se snaží vzájemně k sobě houbičky (čochky na tyči) přitisknout. Pokud se to podaří, položí houbičky kamkoliv na zem a hra se opakuje.



evropský
sociální
fond v ČR



EVROPSKÁ UNIE



MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ,
MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY



OP Vzdělávání
pro konkurenceschopnost

INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ

Barevná

Úkol: orientace v prostoru, reakce na signál, procvičování barev

Pomůcky: balanční čocky různých barev – minimálně však alespoň dvě jedné barvy, počet: o jednu méně než je dětí

Popis hry: Bosé děti stojí v kruhu, každé na jednom ježkovi (balanční čocke). Hráč bez ježka je uvnitř kruhu. Různobarevní ježci jsou vždy alespoň v páru. Paní učitelka řekne barvu. Děti stojící na ježcích s určenou barvou se musí vyměnit přeběhem přes kruh. Dítě uvnitř kruhu bez ježka má příležitost zabrat uvolněného ježka dříve, než se stihnou ostatní vyměnit. Na koho ježek nezbyl zůstává uvnitř kruhu.

Varianty: U starších (předškolních) dětí může pí učitelka říci dvě barvy najednou – děti si samozřejmě mění místa pouze v barvě svého ježka. Nebo zvolat „Paleta“ – potom si všichni hráči vymění místa libovolně bez závislosti na původní barvě svého ježka.

Schovávaná

Úkol: uklidnění, procvičování barev

Pomůcky: barevní ježci (balanční čocky)

Popis hry: Každé z dětí sedí na svém ježkovi, tak aby byl co nejméně vidět. Některé děti ježky nemají (maximálně 3 - 4, podle celkového počtu hráčů). Paní učitelka určí barvu. Děti bez ježků se snaží vypátrat, které z dětí sedí na ježkovi zadané barvy. Jakmile ho najdou, pohladí ho a vymění si s ním místo. Takto hra pokračuje stále dál.

V potoce

Úkol: zahřátí organismu, rozvoj představivosti

Pomůcky: barevní ježci (balanční čocky)



evropský
sociální
fond v ČR



EVROPSKÁ UNIE



MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ,
MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY



OP Vzdělávání
pro konkurenceschopnost

INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ

Popis hry: Balanční čocky rozmístíme do nepravidelného kruhu (oválu) v různé vzdálenosti (nejvíce však delšího dětského kroku). Bosé děti - rybky plavou potokem po proudu a vyhýbají se kamenům (běží po kruhu určeným směrem slalomem mezi balančními čockami). Na povel následuje změna směru (rybky plavou proti proudu). Z rybek se stanou děti, ty si ale nechtějí v potoce namočit nožky, a tak se snaží chodit po kamenech - pomalu a opatrně, aby do vody nespadly (děti chodí v určeném směru po balančních čockách). Děti se promění v žabáky a žabky a kameny v potoce přeskakují (snožmo přeskakují položené balanční čocky), a protože je nožky bolí, na povel skočí do rybníka (dovnitř kruhu), položí se na záda, bolavé nožky zvednou vzhůru a klepou s nimi tak dlouho, až z nich únava spadne. Protože v čistých rybnících a potocích žijí raci, zahrajeme si na raky. Každý ráček, který se pohybuje nohama napřed (ve vzporu vzadu dřepmo), si uloví svou barevnou rybku (balanční čocku), položí si ji na břicho a odnese do doupatka (v určeném rohu herny). Někteří rácci mohou jít ulovit i více rybek (podle počtu čockek).

HRY S PADÁKEM

Padák je látkový (často šitý z padákoviny) kruh (některé jsou i obdélníkového tvaru) tvořený barevnými poli látky (výsečemi) se středovým kruhovým otvorem. Na jeho okraji jsou často umístěna poutka pro lepší úchop. Nejčastěji je využíván padák o průměru 4m, ale existují až do průměru 20m.

Černá díra

Úkol: manipulace s padákem, odhad pro pohyb míče, spolupráce

Pomůcky: padák, malý lehký míček velikosti tenisového (různé míčky různých vah i velikostí – maximální velikost však taková, aby míček prošel otvorem)

Popis hry: Děti stojí okolo padáku a drží oběma rukama poutka padáku. Paní učitelka vhodí na padák malý míček. Děti se snaží pohybovat padákem (vesmírem) tak, aby míček (planeta) skončil v otvoru uprostřed padáku (v černé díře).

INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ

Varianty: (pro starší děti) Na vypnutou plachtu položíme několik různých míčů. Úkolem dětí je nechat propadnout postupně všechny balony otvorem v co nejkratším čase. Další varianta pro skupinu předškoláků: Děti rozdělíme na dvě skupiny. Každá skupina má svůj míč (stejně velký, jen jiné barvy). Děti stojí kolem padáku a drží jeho poutka, střídavě hráči jedné a druhé skupiny. Cílem je dosáhnout toho, aby právě míč mé skupiny propadl otvorem jako první.

Mexická vlna

Úkol: manipulace s padákem, odhad pro pohyb míče, vzájemná spolupráce

Pomůcky: padák, větší a těžší míč (jako na sálovou kopanou)

Popis hry: Všichni hráči drží oběma rukama padák za okraje. Učitelka položí míč na padák poblíž okraje. Snahou všech hráčů je udržet míč při okraji padáku (pozor aby nevypadl) a zároveň ho rozpohybovat kolem dokola. Pokud se to podaří vznikne „mexická vlna“ (podobná známé z diváckých tribun).

Varianty: (pro mladší děti) Jiná varianta: Děti drží kolem dokola padák ve výši pasu. Jedno z dětí (nebo dvě proti sobě) běží kolem dokola stojících dětí držících padák, jak je mívá, dotýká se jich rukou. Když stojící dítě ucítí dotek, hned vzpaží a zase připaží. (Běžící děti mohou na povel učitelky měnit směr.)

Výměna

Úkol: Procvičení barev, reakce na signál, orientace v prostoru

Pomůcky: padák

Popis hry: Děti stojí kolem padáku, každé drží jeho okraj u jedné z barev. Chodí dokola a říkají: „*Hádej, hádej hadači, která barva nestačí? Kterápak se změnit má? A bude to, a bude to: ČERVENÁ.*“ Při vyřknutí určené barvy (např. červené) se všechny děti zastaví, vzpaží (nafouknou padák). Děti stojící u vybrané barvy se pustí a podběhnutím pod padákem si vzájemně vymění místa. Pozor na srážku dětí pod padákem!



evropský
sociální
fond v ČR



EVROPSKÁ UNIE



MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ,
MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY



OP Vzdělávání
pro konkurenceschopnost

INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ

Kdo je žabák?

Úkol: manipulace s padákem v rytmu, paměť, posilování vzájemných vztahů ve skupině, smysl pro fair play (udržet oči zavřené)

Pomůcky: padák

Popis hry: Děti stojí se zavřenýma očima kolem padáku, každé drží poutko padáku. V rytmu říkanky pohybují padákem nahoru a dolů:

Skáče šipky, lomeňáka, (ze vzporu dřepmo stoj, vzpažit – padák vzhůru) za večerů koncert kváká. (vzpor dřepmo – padák leží na zemi). Na rybníku pod hrází, (stoj, vzpažit) když měsíček vychází. (vzpor dřepmo pustit padák)

Paní učitelka během říkanky dotykem označí žabáka, který se v rybníčku (pod padákem) schová. Když vyjde měsíček, děti mohou oči otevřít a hádat, kdo je žabákem.

Balónku, hop!

Úkol: manipulace s padákem, odhad pro pohyb míče, vzájemná spolupráce

Pomůcky: padák, velký nafukovací míč (nepropadne středovým otvorem)

Popis hry: Děti stojí v kruhu a drží poutka padáku, v němž je velký míč. Odříkávají: “Zatočíme balónek, dokolečka dokola. Pohoupáme balónek houpy hou, houpy hou.” A Anička (paní učitelkou vybrané dítě) zavolá: Balónku, hop!”

Děti chodí (s napnutým padákem) dokola, pak míč pohoupají a na povel (Hop!) se snaží vyhodit míč co nejvýše do vzduchu a následně ho zase chytit zpět do padáku.

Hrátky

Pomůcky: padák



evropský
sociální
fond v ČR



EVROPSKÁ UNIE



MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ,
MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY



OP Vzdělávání
pro konkurenceschopnost

INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ

Popis hry: Děti stojí okolo padáku a drží oběma rukama poutka padáku. Zpočátku děti padák pouze „nafukují“ – víří vzduch (jsou větríky, zprvu malé a mírné, později silnější, až se stanou vichrem z hor) zdviháním plachty vzpažováním a připažováním.

Popis hry: Jedno z dětí si libovolně lehne či sedne doprostřed padáku, ostatní děti klečí, drží poutka padáku a dělají větríky, které vzdouvají nejprve malé a stále větší mořské vlny kolem velryby uprostřed.

Popis hry: Děti stojí okolo padáku a drží každou rukou poutko padáku. Na známou písničku: „Houfem ovečky“ děti podle pokynů paní učitelky chodí za zpěvu písničky dokola – mění směr, pohybují se k sobě (do středu kruhu), dupou či cupitají, nadouvají padák apod.

HRY S VOZÍKY

Vozík je nízká destička (nejčastěji dřevěná) na čtyřech kolečkách. Při hrách s hyperaktivními dětmi a dětmi s poruchami pozornosti jsou doporučeny chrániče loktů, kolen a případně i helma.

Na koníky

Úkol: rozvoj spolupráce, prostorová orientace

Pomůcky: pro každou dvojici švihadlo a vozík na kolečkách

Popis hry: Ve dvojicích, jedno z dětí je koníkem, druhé vozkou. Vozka sedí na vozíku (klek sedmo na patách či turecký sed) a drží opratě (konce švihadla). Jeho koník (vraník, bělouš či grošák) cválá či kluše doprava nebo doleva podle pokynů vozky – švihadlo si přidržuje v pase. (Pozor na srážky! Koník musí být opatrný a poslouchat vozku. Nezapomeňte děti v obou rolích vyměnit.)



evropský
sociální
fond v ČR



EVROPSKÁ UNIE



MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ,
MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY



OP Vzdělávání
pro konkurenceschopnost

INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ

Ježdíci

Úkol: posilování paží, prostorová orientace

Pomůcky: pro každé z dětí vozík na kolečkách, balanční čocky (molitanové míče)

Popis hry: Děti si lehnou břichem na vozík (pokrčí nohy) a za pomoci rukou se libovolně posunují po vymezeném prostoru herny. Musí se však vyhýbat čockám různě rozmístěným a také ostatním ježdíkům. (Pozor, hra by neměla trvat příliš dlouho. Jsou zatěžovány zdvihače hlavy a další krční svaly.)

Varianta: Dětem je možné vhodit do herního prostoru molitanový míč (míče), které si mohou vzájemně koulet a posílat.

Pavoučí síť

Úkol: posilování nohou, paží, prostorová orientace

Pomůcky: jeden vozík na kolečkách, provazy (vyřazená lezecká lana)

Popis hry: Lano je napnuto tak, aby vytvořilo nízkou síť (mezi žebřinami, případně jinými pevnými součástmi herny, navázáno na sebe). Jedno z dětí leží zády na vozíku a za pomoci nohou rukama ručkuje po síti až k místu, kde je umístěna moucha (hračka). Jakmile se k ní pavouk dostane, musí si ji položit na břicho a doručkovat zase zpět do doupátka (výchozího místa), aby ji tam mohl sníst. Jakmile mu moucha z břicha spadne, či se pavouk pustí sítě – byl bohužel neúspěšný a zůstane hladový. Moucha je znovu umístěna někam do prostoru sítě a nový pavouček zkusí štěstí. Hra není určena pro větší počet dětí (v roli pavoučka by se měly vystřídat všechny děti).

Varianta: U starších dětí je možno zapojit i ostatní (ty, co nejsou zrovna pavoukem) a postavit síť s jejich pomocí. Rozmístěte je do nepravidelného kruhu a lano jim vložte do rukou (musí ho držet nízko – aby na síť pavouček dosáhl). Protože se pavouček pohybuje i za pomoci



evropský
sociální
fond v ČR



EVROPSKÁ UNIE



MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ,
MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY



OP Vzdělávání
pro konkurenceschopnost

INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ

nohou, nebude pro něj nijak obtížné lano udržet. Můžete i změnit tvar sítě (ne však během vlastní pavoukovi akce).

HRY S VYUŽITÍM KOBEREČKŮ

Koberečky jsou malé čtverce (různé rozměry), které jsou z jedné strany protiskluzové, z druhé strany po podlaze kloužou. Zpravidla se využívají rozstříhané kvalitní koberce, nebo rohože navrch s chlupem a vespod pogumované.

Za míčem

Úkol: rozvoj celkové koordinace, rozumové složky, navození dobré nálady.

Pomůcky: míč, každému z dětí dva koberečky

Popis hry: Děti mají za úkol pohybovat se prostorem pouze za pomoci obou koberečků a nesmí se přitom nohou dotknout podlahy. Jejich úkolem je zmocnit se takto míče a trefit některého ze spoluhráčů. Počítají si úspěšné trefy.

Poznámka: Během hry lze měnit techniku pohybu.

Kobercová blecha

Úkol: rozvoj prostorové orientace, rychlosti

Pomůcky: větší počet koberečků

Popis hry: Koberečky rozmístíme po hracím prostoru nedaleko sebe tak, aby tvořily různé cestičky. Protiskluzová strana je vespod, aby dětem při došlapu nepodjely. Děti se smí pohybovat pouze po cestičkách – došlapovat pouze na koberečky. Jedno z nich má však kobercovou blechu (určí paní učitelka), která tak šimrá a svědí, že se jí chce rychle zbavit – předat ji někomu jinému. Dotykem ji tedy může předat jinému z dětí (blecha přeskočí) a hra pokračuje.



evropský
sociální
fond v ČR



EVROPSKÁ UNIE



MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ,
MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY



OP Vzdělávání
pro konkurenceschopnost

INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ

Poznámka: Před začátkem samotné hry by si děti měly vyzkoušet, jak se budou vzájemně ohleduplně na cestičce z koberečků vyhýbat.

Cesta přes ohnivé pole

Úkol: rozvoj prostorové orientace, manipulační schopnosti

Pomůcky: koberečky

Popis hry: Každé z dětí má dva koberečky. Má za úkol dostat se přes ohnivé pole, kam se nedá šlápnout bosou nohou. Pole označíme dvěma čarami nebo metami. Každý se musí dostat z jedné strany na druhou tak, aby nešlápl na zem bosou nohou. Postaví se na jeden kobereček a druhý položí před sebe, pak si na něj stoupne a přemístí první kobereček opět před sebe. Vyhrávají všichni, kteří přešli přes pole.

HRY S NETRADIČNÍM NÁČINÍM

Lze použít prakticky cokoli z každodenního života, či si vyrobit vlastní netradiční pomůcku. Pozor k některým hrám se některé předměty (např. ke kopání) z důvodů společensko konvenčních (výchovných) či zdravotních (bezpečnostních) prostě nehodí.

Na zloděje

Úkol: rozvoj prostorové orientace, rychlosti a postřehu

Pomůcky: čepice

Popis hry: Skupina dětí se postaví do zástupu. Po jednom přistupují k učitelce. Ta každému z dětí pošeptá jeho roli ve hře. Všichni, kromě jednoho – zloděje - jsou policisté. Na zemi je položena čepice. Všichni se pohybují volně ve vymezeném prostoru. Zloděj má za úkol velmi rychle čepici sebrat a utíkat s ní do bezpečí k paní učitelce. Musí utéci a vyhnout se všem policistům, kteří se ho snaží zastavit dotykem. Jestliže se mu to podaří, získá nové „zlodějské“ jméno (např. „Šikovná pacička“, „Rychlonožka“ apod.). V příští hře paní učitelka role dětem vymění. Šanci stát se zlodějem by měl mít každý.



evropský
sociální
fond v ČR



EVROPSKÁ UNIE



MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ,
MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY



OP Vzdělávání
pro konkurenceschopnost

INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ

Varianta: Čepic může být i více – zloděj si tak může vybrat, kterou ukradne. Stejně tak i zlodějovo „bezpečí“ může být větší prostor – např. celá jedna stěna herny. (Vyhnete se tak shromažďování dětí – policistů v místě kolem čepice a paní učitelky.

Na panáčka Kolíčka (příp. panenku Kolíčenku)

Úkol: rozvoj hmatu a jemné motoriky, fyzický kontakt, humor a dobrá nálada

Pomůcky: kolíčky na prádlo, šátky

Popis hry: Děti utvoří dvě skupinky. V každé skupince paní učitelka jednomu z dětí zaváže šátkem oči. Pak tiše určí dítě, které bude hrát roli „Kolíčka“. Ostatní děti ze skupinky mají každé jeden kolíček. Ten opatrně připevní na šaty vybraného Kolíčka a sednou si do kruhu kolem něj. Na povel paní učitelky začnou v obou skupinách nevidomé děti hledat kolíčky na Kolíčkově těle. To, které je všechny najde dříve vyhrává. V příští hře paní učitelka opět dětem role vymění.

Obměna: Při malém počtu dětí není nutné vytvářet dvě skupinky - stačí pouze jedna (vítězství nemusí být podmíněno rychlostí nálezů všech kolíčků). Děti sedící v kruhu kolem obou hlavních aktérů mohou slovně navádět a také povzbuzovat svého nevidomého k rychlejšímu nálezů kolíčků, nebo naopak musí mlčet a hledání jednotlivých kolíčků je pouze na nevidomém dítěti.

Přelévání vody

Úkol: rozvoj jemné motoriky, soustředění, zábava

Pomůcky: kelímky, ping-pongové míčky (nebo hopsakoule), libovolná nádoba

Popis hry: Děti utvoří dvě družstva, každé družstvo se postaví do řady s malými rozestupy. První z dětí v každé řadě dostane do kelímku míček, který představuje vodu. Děti přeléváním postupně přesunují míček až na konec řady, kde jej poslední člen družstva vysype do nádoby. Učitel stojí na začátku a přiděluje další míčky na začátek družstva. Vítězí družstvo, které má v nádobě více míčků.