Příprava pro děti z MŠ SLUNÍČKO, na období 01.03. – 05.03.2021

LIDSKÉ TĚLO, ZDRAVÍ, HYGIENA, ZDRAVÝ ŽIVOTNÍ STYL

(zdravá strava, vitamíny, otužování, sport, mytí rukou, bacily)

Téma týdne: **Zdravě jím, zdravě spím, ničeho se nebojím**

Mydli mydli ,mydlinky, Máme ruce, máme dlaně,

uděláme bublinky. Mýdlo s vodou patří na ně,

Vyženeme bacily, a po mýdle dobré jídlo,

co na nás venku skočily a po jídle, zase mýdlo.

**Zas mě jeden bacil našel, dostala jsem rýmu kašel.**

Pověz si s rodiči, jak důležité je mytí rukou a proč.

**Výroba bacilu**: připrav si čtvrtku, brčko, temperu a nařeď si vodou barvu, kterou máš oblíbenou. Dej hodně vody a trochu barvy. Kápni doprostřed čtvtky barvu s vodou a foukej do brčka směrem na barvu. Vznikne ti BACIL. Viz obrázek č.1

Kdo jí málo, nebo moc,

Kdo nespí, když vládne noc,

Kdo sedí a nehýbe se,

Neví, jak to voní v lese,

Tomu se pak stává,

Že ho bolí hlava.

**Rozdělení zdravé stravy**: vezmi si ze schránky doma letáky z obchodu s jídlem. Vystřihni různé potraviny a pokus se s rodiči rozdělit na zdravé jídlo a nezdravé. Potom rozděl list papíru čáro na 2 půlky a nalep na jednu půlku vystřižené **zdravé** potraviny a na druhou půlku listu nalep **nezdravé** potraviny.

NEZAPOMEŇ, KAŹDÝ DEN, ZAČÍNÁME ÚSMĚVEM 😊

**Procvičení kouzelných slovíče**k:

Dobrý den, Na shledanou

Děkuji, Prosím

S dovolením, Omluvte mě

Promiň, Nic se nestalo

**Zdravé tělo:**

Dobré jídlo, dobré pití, spokojené živobytí. Občas by to chtělo, procvičit si tělo.

Mezi úkoly dělej **přestávky** a nezapomeň si udělat krátkou **rozcvičku**.

(kočička, pejsek čůrá, trháme jablíčka, kroužíme rukama, chodíme jako čáp a nezapomeň každý den si hezky zazpívat.

**Píseň:**

**Když jde malý BOBR spát**

Když jde malý bobr spát, bobr spát, bobr spát, tak si uši myje rád, myje rád, myje rád. Vyčistí si pravý zub, levý zub, dupy dup a už spinká jako dub, spinká jako dub. „Prosím Vás, buďte tak hodní, dělejte to jak bobři vodní, stejně Jana jako Jan, pochodujte do hajan.“

**OKO**: vyrob si oko dle předlohy, vystřihni barevné papíry a nalep..

**Kostra ruky**: obkresli si na papír svůj obrys ruky. Popros rodiče o štětinky a nalep místo kostí štětinky dle vzoru.

**Pracovní listy:** viz příloha