

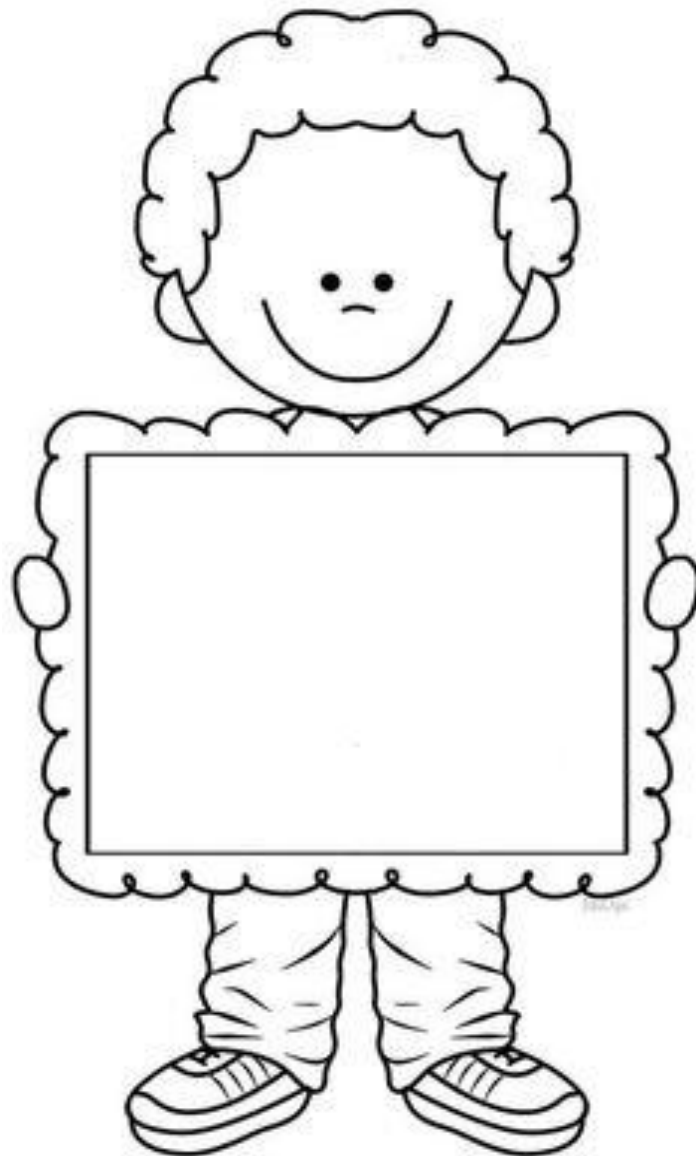
Pracovní úkolník

pro

David

Moje tělo a zdraví

15. – 19. března 2021



Vybarvi obrázek

Pracovní úkolník

pro

Charlotte

Moje tělo a zdraví

15. – 19. března 2021



Vybarvi obrázek

Pracovní úkolník

pro

Charlotte

MDŽ

Mých pět smyslů

8. – 12. března 2021



Vybarvi obrázek

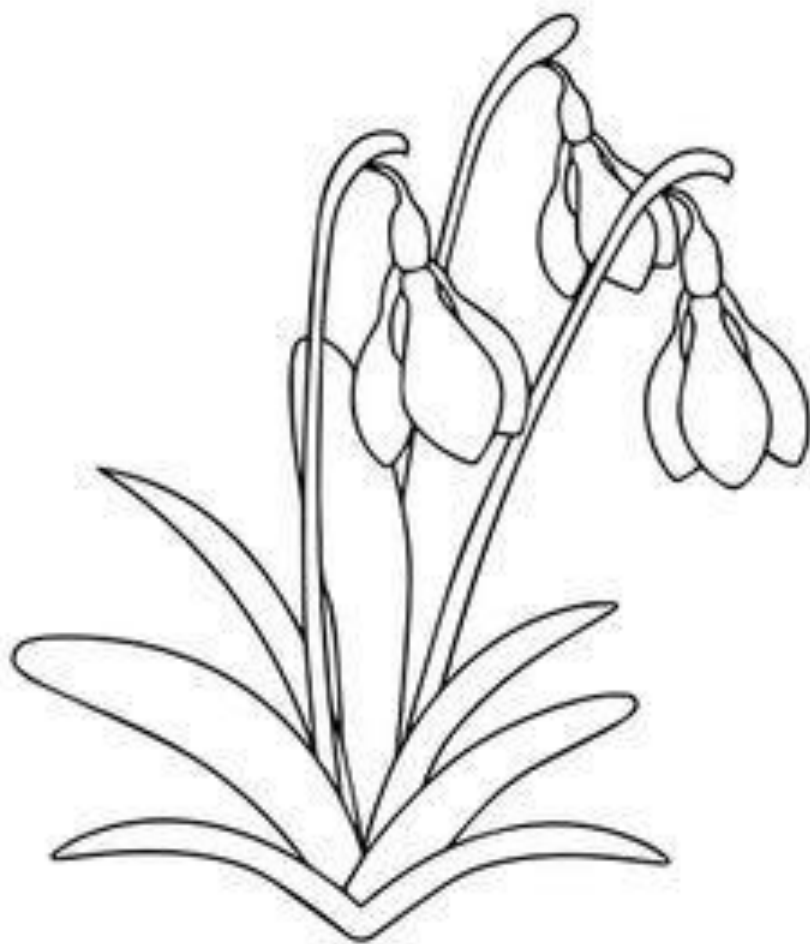
Pracovní úkolník

pro

Zdeňka

Příroda se probouzí

2. – 5. března 2021



Vybarvi obrázek

**Brzy půjdu do školy,
musím plnit úkoly.
Hlavičku si namáhám.
Když mi trošku pomůžete,
hravě zvládnou všechno sám.**

Milí rodiče předškoláka Zdeňka,

bohužel došlo k uzavření mateřské školy kvůli pandemii nemoci vyvolané koronavirem. Tento stav platí od 1. do 21. března 2021. Moc mne to mrzí, ale musíme se podřídit.

Pro Zdeňka platí povinná distanční výuka.

Připravila jsem pro Vás náměty a úkoly pro práci s ním v tomto týdnu.

Na některé úkoly si najdete trochu času, u jiných mu stačí přečíst zadání (případně vysvětlit, když něčemu neporozumí). Upozorněte ho, aby plnil úkol zodpovědně a pečlivě a nechte ho pracovat samostatně. Rozhodně nemusí vše splnit najednou, ale rozvrhněte práci do průběhu dne.

Složku s dalšími tématy obdržíte vždy v pondělí a vypracované úkoly mi vrátíte.

Děkuji za spolupráci.

S pozdravem Hroteková Jaroslava

Pokud budete potřebovat poradit nebo mi něco poslat (např. foto), zde jsou možnosti kontaktu:

Telefon: 732940310

e-mail: j.hrotekova@seznam.cz

případně můžete využít WhatsApp, Messenger

Rozcvička pro tento týden – zacvičte si a protáhněte se společně

- Pochod na místě
- Běh na místě
- Poskoky snožmo a po jedné noze

1. Stoj spojný, úklon hlavy vpravo, přidržit hlavu pravou rukou, pak vlevo. Provádět pomalu.

2. Stoj spojný, vytáhnout se na špičky a do vzpažení, nekrčit paže.

3. Stoj rozkročmo, kruhy v ramenním kloubu. Pravá paže, levá, obě, vpřed i vzad.

4. Stoj rozkročmo, úklony stranou, jedna ruka do vzpažení.

5. Dřep 10x.

6. Klek, záda vyhrbit jako kočka, prohnout.

7. Z kleku se zdvihnout do vzporu s opíráním jen o dlaně a chodidla.

8. Leh na záda, šlapeme na kole.

9. Leh na záda, zatnout všechny svaly a uvolnit.

Pobyt venku

Společná vycházka nebo pobyt dítěte na zahradě

1. Zeptejte se, jaké bylo počasí (Pokud budete mít chvíli, můžete odpovědi poznamenat sem za každý den. Vaše dítě může přikreslit malý obrázek v symbolech – mraky, polojasno, slunečno, déšť...)

ÚTERÝ:

STŘEDA:

ČTVRTEK:

PÁTEK:

2. Společně poslouvejte zvuky v okolí, pokud je dítě venku samo, zeptejte se, co slyšelo.

3. Pozorujte změny v přírodě – tráva, malí živočichové, zda už něco roste ... Můžete nechat dítěti prohlížet obrázky (atlasy zvířat, rostlin, encyklopedie, obrázkovou knížku...)

4. Když budete společně venku, dávejte dítěti úkoly: př. Najdi něco zeleného, co je větší nebo menší než ty, házejte na cíl nebo do dálky...

Četba

Najděte si chvíli a přečtete dítěti nějakou pohádku. Je důležité, aby ji vyslechlo v klidu, soustředěně a pozorně, bez přerušování, odbíhání. Tato dovednost se mu bude ve škole náramně hodit.

Může vyprávět děj pohádky.

Sem nakresli obrázek k přečtené pohádce.