

CELOROČNÍ PROJEKT PRO PŘEDŠKOLNÍ DĚTI

SVĚT NEKONČÍ ZA VRÁTKY CVIČÍME SE ZVÍŘÁTKY



ČESKÁ OBEC SOKOLSKÁ
SPORTOVNÍ VŠESTRANNOST

facebook.com/sportovnivsestrannost/



DALŠÍ INFORMACE:

www.sokol.eu

AUTORKA NÁMĚTU: DANA UZLOVÁ
METODICKÝ OBSAH: VĚRA SMEJKALOVÁ
ILUSTRACE: JAN LUKÁŠEK



PROJEKT JE REALIZOVÁN POD ZÁŠTITOU MŠMT



O PROJEKTU



- Název:** „Svět nekončí za vrátky – cvičíme se zvířátky“
- Určeno:** předškolní věk – předškoláci, rodiče a děti
kategorie 1 (3-4 roky), kategorie 2 (4-5 let), kategorie 3 (5-6 let)
- Cíl:** celoroční projekt pro předškolní děti – „otvíráme oponu“
pomocí pohybových dovedností a rozvíjení poznání
objevujeme svět
- Obsah:** přirozená cvičení – atletika, obratnost - gymnastické
dovednosti, manipulace s míčem, netradiční činnosti,
rozvíjení poznání
- Motivace:** vlak, zvířátka, samolepky
- Začátek:** září
- Místo:** tělocvičné jednoty, tělovýchovné jednoty, mateřské školy,
rodiny, kluby
- Technické zabezpečení:**
plakát – pro každou skupinu dětí (oddíl TJ, třída MŠ)
samolepky na plakát – splnění úkolu - skupina
velká samolepka na dveře budovy – zapojení do projektu
velká samolepka na dveře tělocvičny, třídy – symbol projektu
deníky pro děti včetně samolepek
manuál pro cvičitelky, učitelky, rodiče
diplom pro dítě, skupinu
drobné propagační předměty pro děti
- Vyhodnocení:**
diplomy, odměny
- Hymna projektu:**
zhudebnění říkanky „Sportujeme“



Autorka námětu: Dana Uzlová
Metodický obsah: Věra Smejkalová
Ilustrace, grafika: Jan Lukášek

Ukázka z Manuálu pro pedagoga/cvičitele, kde jsou popisy jednotlivých cviků a návody, jak je správně provádět. Tato ukázka je ze sešitu pro 1. třídu MŠ:



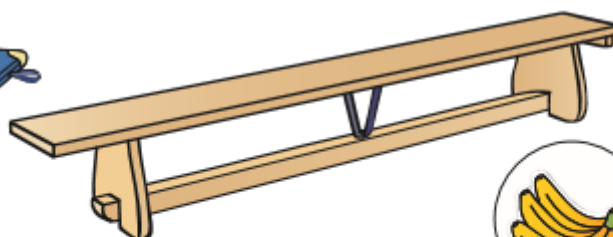
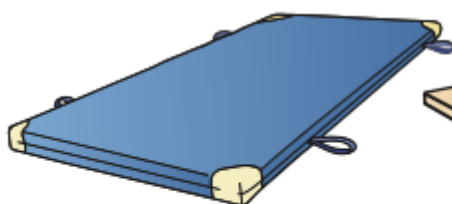
OBRATNOST

SVĚTADÍL: ASIE, BARVA: ŽLUTÁ, ZVÍŘÁTKO: OPIČKA, JMÉNO: OPIČKA HANIČKA, SYMBOL: BANÁN

pohyb	obsah - úkoly	pomůcky	popis	hodnocení	metodika
chůze po zvýšené zúžené ploše	chůze po lavičce s obratem tam, zpět	lavička, žíněnka	obrat se na mě	chůze po lavičce tam a zpět s obratem (přešlapováním), bez dopomoci, bez pádu	zvýšená, zúžená plocha - rovnováha, zpevnění těla, pohled vpřed, orientace v prostoru, překonání strachu
převaly z polohy leh, vzpažit (podélná osa - 360°)	"válení sudů"	žíněnky (případně měkký míček)	válej sudy	správné provedení převalu, zachování směru	zpevnění, správné držení těla, vedený pohyb, vzpažit, nácvik: náčiní mezi ruce, kolena, kotníky
vylézání a slézání	vylézt po žebřinách vzhůru, ručkovat stranou, slézt dolů	žebřiny, žíněnky	vylez a slez	střídání rukou a nohou, vynechání přičky	pravidelné střídání levé a pravé horní a dolní končetiny, dohmat a došlap na každou přičku, palcový úchop
změny poloh	změny poloh těla (stoj, stoj na 1 noze, klek, sed, leh...)	bez pomůcek	zkusme to spolu	reakce na pokyn, provedení cviku dle pokynu a slovního popisu	reakce na signál, provedení dle ukázky a pokynu
strachový tunel	lezení ve vzporu klečmo	žíněnky, koberec, strachový tunel (lavičky+žíněnky)	neboj se	prolezení bez dopomoci	strachová situace - překonání

Takhle cvičí opička, přestože je maličká. Dělá sudy, kotouly, dej si pozor na bouli.

klek sedmo: ramena vzhůru, dolů - 2x opakujeme
hluboký ohnutý předklon, zapažit
skrčit přípažmo a převal do lehu s pokrčením přednožmo a pokrčením předpažmo - „vytřepat nohy a ruce“



V projektu pracujeme v pěti oblastech – kromě tří pohybových (přirozená cvičení, obratnost, dovednosti s míčem), jsou zde i úkoly z oblasti rozvíjení poznání a z oblasti kulturní a společenské nazvaná Netradiční činnosti. Následující ukázka je ze sešitu pro 2. třídu MŠ:



ROZVÍJENÍ POZNÁNÍ

SVĚTADÍL: EVROPA, BARVA: MODRÁ, ZVÍŘÁTKO: VEVERKA, JMÉNO: VEVERUŠKA VĚRUŠKA, SYMBOL: STROM

kalendář	obsah - úkoly	pomůcky	popiska	hodnocení	metodika
jaro	typické znaky jara, květiny	pracovní list - "jaro", obrázky rostlin	najdi čtyřlístek	správné provedení	rostliny na jaře
léto	typické znaky léta, zvířata	pracovní list - "léto", obrázky zvířat	kde bydlí zvířátka	správné provedení	kde bydlí zvířata - dvůr, les, voda, vzduch, ZOO
podzim	typické znaky podzimu, stromy	pracovní list - "podzim", obrázky stromů	co na nich roste	správné provedení	stromy - listnaté, jehličnaté, plody
zima	typické znaky zimy, počasí	pracovní list - "zima", pomůcky k tvorbě sněhové vločky, koule (vytrhávání a mačkání papíru)	vločka a sněhová koule	správné provedení	počasí, foukání do vloček, házení koulí
doprava	vzdálenosti, dopravní prostředky, orientace	obrázky dopravních prostředků, základní dopravní značky, pastelky, vložka	kde se pohybují	správné provedení	seznámení s dopravními prostředky, rozdíly, zásady pohybu, prostředí (voda, zem, vzduch, pod zemí)
modrá planeta	světadíly, oceány	mapa světa, globus	cestujeme po světě	správné provedení	oceány (význam vody, potoky, řeky, moře, rybníky)
naše země	pravo-levá orientace	mapa republiky (pohoří, voda, lesy)	kde bydlím	správné provedení	název, vlajka, státní znak, hlavní město, národy (Čechy, Morava), moje město



Každé dítě zapojené do projektu, dostane sešit, do kterého si zaznamenává své úspěchy pomocí samolepek. Na obrázku níže je ukázka ze sešitu pro 2. třídu, kde se s jezečkem Marečkem učí pracovat s míčem a lepí si své úspěchy do příslušných okýnek:



Pedagogové/ cvičitelé si mohou úspěchy svých svěřenců zaznamenávat do tabulky, aby měli o všem přehled:

vzor tabulky



PŘIROZENÁ CVIČENÍ

SVĚTADÍL: AFRIKA, BARVA: ŠEDÁ, ZVÍŘÁTKO: KOBYLKA,
JMÉNO: KOBYLKA EMILKA, SYMBOL: ČTYŘLÍSTEK

	1.přechod položených destiček	2.sprint 10m (vodič)	3.skok snožmo do obruče	4.plazení ve vyznačené dráze	5.lezení ve vzporu dřepmošvihadla
jméno dítěte	jdi přesně	utíkej rychle	skoč dovnitř	jsem jako ještěrka	překonej překážku

www.sokol.eu

Po úspěšném dokončení a splnění všech úkolů, dostane každý účastník diplom a něco malého za odměnu. K tomu ještě každá třída či oddíl dostanou společný diplom za jejich skupinové snažení.



**TĚŠÍME SE NA VÁS A NA NAŠI
SPOLUPRÁCI V NÁSLEDUJÍCÍM
ŠKOLNÍM ROCE**

V případě jakýchkoliv dotazů nás kontaktujte na email:

akujanova@sokol.eu