

TEMATICKÝ PROJEKT:

Šablona pro přípravu tematického projektu v MŠ s programem Začít spolu		
Základní informace o tematickém projektu		
Název integr. bloku:	Léto	
Název dílčího tématu:	Slavíme s jógou a muzikoterapií	
Věková skupina dětí:	3-6 let (školka) – úkol a 2-3 let (miniškolka) – úkol b 1-2 roky (jesličky) – úkol c	
Vzdělávací cíl/cíle:	<i>Propojit velmi přirozeně všech pět vzdělávacích oblastí – Dítě a jeho tělo, Dítě a jeho psychika, Dítě a ten druhý, Dítě a společnost, Dítě a svět a rozvíjet přirozeně všechny klíčové kompetence. Rozvoj psychické i fyzické zdatnosti, rozvoj užívání všech smyslů, rozvoj komunikativních dovedností a slovní zásoby, orientace ve škále základních emocí, jejich rozeznání a harmonizace, rozvoj tvořivosti, rozvoj schopnosti sebeovládání, rozvoj sebe sama, rozvoj pozitivních citů, rozvoj kooperativních dovedností, seznamování s místem a prostředím kolem nás – vytvoření vztahu k němu.</i>	
Organizační poznámky:	<i>Vše mít dopředu velmi dobře promyšlené a připravené.</i>	
Spolupráce s rodiči/komunitou		
Ranní úkoly: (Formulujte každý úkol jako instrukci)	<ol style="list-style-type: none"> 1. Napište, co vás napadne, když se řekne „jóga“. 2. Poskládejte obrázek mandaly. 3. Roztřídte dřevěné jógové karty podle prostředí, kde jednotlivá zvířátka žijí. 4. Zaposlouchejte se do Koshi zvonkoher a určete, ke kterým živlům patří. 5. Vyberte jednu párovou pozici a zacvičte si ji. 6. Udělejte si vzájemně krátkou relaxační masáž ruky s olejíčky. 7. Doplněte správná slova do básničky k pozdravu Slunce. 8. Vytvořte z modelíny lotosový květ. 9. Vytvořte vlastní mandalu z různých materiálů. 10. Profoukněte kuličky stejně barevnou brankou. 	
Náměty na zapojení rodičů:	<ol style="list-style-type: none"> 1. Donést nosné masážní oleje – avokádový, jojobový, arganový, mandlový... 2. Zúčastnit se středečního cvičení jógy s dětmi. 3. Přinést plochý kamínek. 	
Činnosti vedené (řízené) pedagogem		
	Seznam činností a otázek	Pomůcky, zdroje, poznámky
Společné činnosti ve třídě (Náměty do ranního kruhu, činnosti pro TV)	<u>Úkoly a + b + c</u> „Brainstorming“ <i>- na dané téma, vše, co se nám vybaví</i>	<i>Čistý balicí papír, pastelky</i>

<p>chvilky a další společné činnosti ve třídě)</p>	<p>Evokační otázky: <i>„Co to je jóga?“</i> <i>„Jaké znáš jógové pozice?“</i> <i>„Co ještě k józe patří?“</i></p> <p>JÓGOVÁ HRA S KOSTKOU - cvičíme podle čísla, které hodíme - cvičíme pozici dle obrázku s daným číslem</p> <p>JÓGOVÉ PEXESO - hrajeme jógové pexeso</p> <p>LIDSKÉ TĚLO - povídáme si o lidském těle, proč je důležité mu věnovat péči a jak se o něj můžeme hezky starat</p> <p>ZDRAVÉ – NEZDRAVÉ - rozdělujeme jídlo a aktivity na zdravé a nezdravé - vystřihujeme z časopisů dobroty a lepíme na dva papíry, dle toho, zda je jídlo zdravé či ne</p> <p>POMŮCKY K JÓZE - názorná ukázka pomůcek, které můžeme používat při józe – podložka, cvičební úbor, olejíčky, muzikoterapeutické nástroje...</p> <p>POZDRAV SLUNCI - <i>každý den si v rámci ranního kruhu zacvičíme</i> <i>Pozdrav Slunci</i></p> <p>JÓGA VE STUDIU (ŠKOLKA) - společné cvičení s rodiči</p>	<p><i>Kostka, hra</i></p> <p><i>Pexeso</i></p> <p><i>Časopisy, nůžky</i></p> <p><i>Pomůcky na jógu</i></p>
<p>Společné činnosti venku:</p>	<p>MANDALA Z PŘÍRODNIN - vytvořte si v lese z přírodnin mandalu</p> <p>ZVÍŘÁTKA - zacvičte si jógové pozice zvířátek, která žijí tam, kde se právě nacházíte (louka, les)</p>	<p><i>Přírodniny</i></p> <p><i>Dřevěné jógové karty</i></p>

Samostatné činnosti (dle volby dětí) v centrech aktivit

Každá z činností respektuje tyto 4 zásady:

1. Činnost dělají děti bez přímého vedení učitelkou – samostatně.
2. Činnost umožňuje dětem spolupracovat.
3. Činnost dětem umožňuje volit vlastní postup, samy objevují jednotlivé kroky řešení úkolu.
4. K činnosti si samy děti volí pomůcky, materiály. Samy si potřebné materiály přichystají i uklidí.

Centrum aktivity		Pomůcky, zdroje, poznámky
Knihy a písmena (Školička)	<p>a) + b) ŘAZENÍ JÓGOVÝCH POZIC</p> <ul style="list-style-type: none"> - seřadte dřevěné kartičky od nejvíc dynamického cviku po nejkliďnější cvik - připomeňte si i jednotlivé básničky <p>a) + b) + c) HLEDÁNÍ KARET POZIC</p> <ul style="list-style-type: none"> - zkuste najít kartičku párových pozic z obrázku - přiřaďte kartičky k sobě 	<p>Dřevěné kartičky světa dětské jógy</p> <p>Párové pozice</p>
Hudba	<p>a) + b) MANTRY</p> <ul style="list-style-type: none"> - vyberte si kterýkoliv hudební nástroj a za jeho doprovodu si zazpívejte vaši oblíbenou mantru <p>a) + b) HUDEBNÍ LÁZEŇ</p> <ul style="list-style-type: none"> - dopřejte si s kamarádem vzájemně hudební lázeň - zahrajte si na lehátko, sundrum a na koshi zvonkohry a relaxujte svou duši a tělo 	<p>Hudební nástroje</p> <p>Rezonanční lehátko, sundrum, koshi zvonkohry</p>
Ateliér	<p>a) + b) + c) MANDALA</p> <ul style="list-style-type: none"> - obkreslete si na čtvrtku plastový talířek ve tvaru kruhu a poté ho vystříhnete - kruh potřete klovatinou a zapouštějte barvy dle své fantazie - nebo si vytvořte mandalu úplně podle své fantazie <p>a) ZVÍŘÁTKO POZICE</p> <ul style="list-style-type: none"> - pastelkami nakreslete zvířátko své oblíbené jógové pozice <p>a) + b) + c) MANDALA NA KÁMEN</p> <ul style="list-style-type: none"> - pomalujte si kamínek z jedné strany tak, aby představoval mandaly 	<p>Čtvrtky, plastový talíř, štětce, klovatina, temperové barvy, tužky, nůžky</p> <p>Pastelky, čtvrtka</p> <p>Kámen, barvy</p>
Dramatika	<p>a) + b) OSLAVA</p> <ul style="list-style-type: none"> - uspořádejte si oslavu na Mezinárodní den jógy s vhodným občerstvením 	<p>Plastové jídlo, nádobí</p>

Pokusy a objevy	<p>a) BUBLINOVÝ HAD</p> <ul style="list-style-type: none"> - Příprava: od prázdné PET lahve opatrně odřízněte dno, kousek látky upevněte pomocí gumičky na dno lahve - Pokus: dno láhve ponořte do bublinového roztoku v misce, lahev vytáhněte z roztoku a začněte foukat do úzkého hrdla plastové lahve <p>a) + b) + c) ZKOUMÁNÍ VŮNÍ AROMA OLEJÍČKŮ</p> <ul style="list-style-type: none"> - prozkoumejte lahvičky aroma olejíčků na stole - zkuste poznat podle obrázku a vůně o jaký olejíček jde 	<p><i>Pet lahev, kus látky, gumička, bublinový roztok (jar, voda)</i></p> <p><i>Esenciální oleje</i></p>
Domácnost	<p>a) + b) ZDRAVÉ MLSÁNÍ</p> <ul style="list-style-type: none"> - připravte si zdravé mlsání z ovoce a zeleniny - nakrájejte na malé kousky a můžete se do toho pustit 	<i>Ovoce, zelenina</i>
Dílna	<p>a) DEŠŤOVÁ HŮL</p> <ul style="list-style-type: none"> - vyrobte si z ruliček a luštěnin vlastní dešťovou hůl - naťukejte hřebíky do ruličky a poté tam nasypete luštěniny - zadělejte na obou stranách 	<i>Ruličky, luštěniny, kladívko, hřebíky, izolepa</i>
Voda a písek	<p>a) + b) + c) VODA A POUŠŤ</p> <ul style="list-style-type: none"> - rozřídte zvířátka podle toho, jestli žijí ve vodě nebo na poušti a správně je pojmenujte <p>a) + b) MANDALA</p> <ul style="list-style-type: none"> - pomocí kapátka a vody nakapejte kapičky do všech kruhů, které jsou na mandale znázorněny 	<p><i>Voda, písek, figurky zvířátek</i></p> <p><i>Zalaminovaná mandala, kapátko, voda</i></p>
Kostky a doprava	<p>a) OBLÍBENÁ JÓGOVÁ POZICE</p> <ul style="list-style-type: none"> - postavte z kostek zvířátko, které v józe nejraději cvičíte <p>a) + b) + c) MANDALA Z KOSTEK</p> <ul style="list-style-type: none"> - z barevných dřevěných kostek poskládejte společně s kamarády barevnou mandalu <p>a) + b) LIDSKÉ TĚLO</p> <ul style="list-style-type: none"> - obestavte kamaráda kostkami a pak mu pomozte se opatrně zvednout 	<p><i>Dřevěné kostky</i></p> <p><i>Dřevěné barevné kostky</i></p> <p><i>Dřevěné ploché kostky</i></p>
Manipulativní a stolní hry	<p>a) + b) MANDALOVÉ PEXESO</p> <ul style="list-style-type: none"> - zahrajte si s kamarády mandalové pexeso - připomeňte si zároveň i pravidla 	<i>Mandalové pexeso</i>

	a) + b) + c) POZICE ZE STAVEBNICE - pomocí magnetické stavebnice (tyčky a kuličky) zkuste podle předlohy postavit jógovou pozici	<i>Stavebnice geomag</i>
Jóga	a) JÓGOVÉ HRY - zahrajte si jakoukoli jógovou hru a) JÓGOVÁ OPRAVOVNA - zahrajte si s kamarády na jógovou opravovnu. a) + b) + c) POZDRAV SLUNCI - společně s kamarády si zacvičte Pozdrav Slunci a) + b) + c) RELAXACE - zkuste vymyslet s kamarády jaké jsou možnosti relaxace - připravte si prostředí a pomůcky a navzájem si s kamarády udělejte relaxaci	<i>Kartičky se cviky</i> <i>Podložky</i> <i>Pomůcky na relaxaci</i>
Školní zahrada	a) + b) + c) JÓGA NA TERASE - v případě pěkného počasí si zacvičte jógu na terase	