

# Distanční výuka – Moje tělo

---

## Básničky

- **Vyberte si s dětmi dvě básničky, které se naučí.**
- **Děti se básničkami učí zapamatovat si krátký text, frázování, rozvíjí správnou výslovnost.**

### Zoubky

Čistím zoubky řízy,řízy,

Ať jsou bílé jako břízy.

Vpravo, vlevo, vpředu, vzadu,

Horní a pak spodní řadu.

Ať jsou bílé jako sníh,

Ať má každý radost z nich.

a nakonec malíček,

hubený jak špalíček.

### Bacil

Byl jeden bacil,

Do hlavy mě bacil.

Hlava hodně bolela,

Zavolejte doktora.

Pak mi sedl na plíce,

Bolelo to velice.

Nejedl jsem vitamíny,

Ted' mám nosík plný rýmy.

### Ukazovací

Tohle je můj paleček,

malý jako hříbeček.

Ukazovák, velký pán,

stojí jako voják sám.

Uprostřed je prostředníček,

vedle něho prsteníček

### Ruce

Jedna ruka, druhá ruka,

Třetí ruka, tralala.

Kde máš, kluku/holko, třetí ruku?

Kampak se ti schovala?

Spočítáme si je znova,

Ať se hlava procvičí,

jedna ruka, druhá ruka,

To jsou ruce klučičí/holčičí.

## Básnička s kreslením

- Při této básničce nejdříve kreslí dospělý, následně dítě napodobuje, společně si u kreslení básničku recitují
- Procvičuje se jemná motorika, koordinace ruky a oka, vnímání textu.

Šla babička do městečka, koupila tam dvě vejíčka.

Dědečkovi hůlčičku a hřebínek pro Marušku.

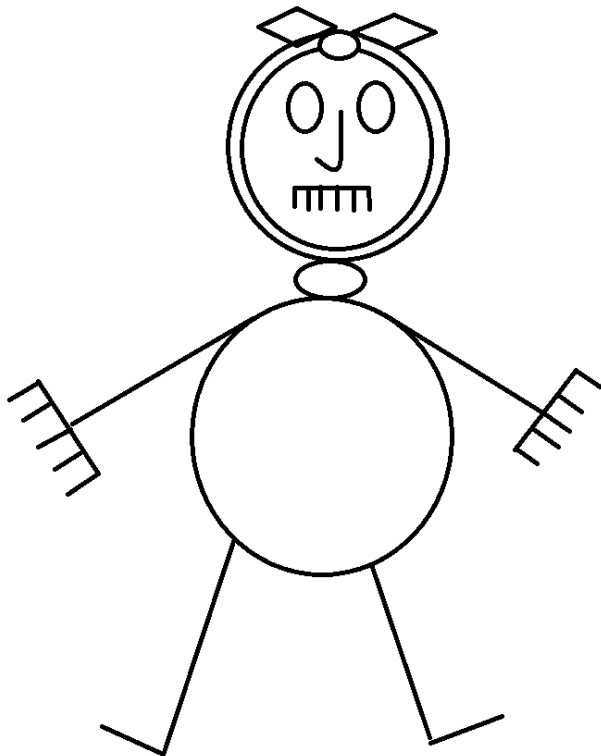
Svázala to do uzlíčku.

Ještě mýdlo, pecen chleba,

Toho je vždy hodně třeba.

Na zahrádku hrabičky,

Pro Jiříka motyčky.



## Cvičení

- Děti procvičují hrubou motoriku

### Procvičení plosky nohou

- Stojíme střídavě na patách a na špičkách – **Houpy hou, houpy hou, já se houpu na nohou.**
- Sbíráme drobné předměty pomocí prstů na nohou – **Předvedu vám opičku, šikovnou má nožičku**
- Pokoušíme se kreslit prsty na nohách pastelkou
- Plosky nohou válíme míček po zemi ( koulíme knedlíky) – **Koulím, koulím knedlíky, ty už budou veliký.**
- Sedíme na zemi a snažíme se oběma nohama zvednout míček ze země
- Snažíme se jednou nohou sundat ponožku z druhé nohy
- V sedě na zemi spojíme plosky nohou k sobě a takto spojenýma nohama jezdíme po zemi dopředu a dozadu (žehlička) –**Sem a tam se najezdím, než to všechno vyžehlím**

### Hlava, ramena, kolena, palce

- U tohoto cvičení se zároveň zpívá i ukazuje, nejdříve velmi pomalu, postupně se tempo zvyšuje. Opakujeme několikrát

Hlava, ramena, kolena, palce

The image shows a musical score for the song 'Hlava, ramena, kolena, palce' in 2/4 time. The score is divided into four lines of music, each with lyrics and colored dots indicating which finger to point to for each note. The lyrics are: 'Hla - va, ra - me - na, ko - le - na, pal - ce, ko - le - na, pal - ce, ko - le - na, pal - ce, hla - va, ra - me - na, ko - le - na, pal - ce, o - či, u - ši, pu - sa, nos.' The colored dots are: purple for 'Hla', blue for 'ra', yellow for 'ko', and red for 'pal'. The score ends with a double bar line.

<https://www.youtube.com/watch?v=h0XcdGIKTIY>

## Hoky Koky

- **Jedná se opět o ukazovací básničku. Části těla se mohou měnit.**

Ted' dám pravou ruku sem (*dát pravou ruku dopředu*)

A pravou ruku tam (*dát pravou ruku dozadu*)

Sem, tam, sem (*dát ruku dopředu a dozadu*)

A tak s ní zatřesem. (*zatřást rukou*)

Uděláme Hoky Koky rotaci, (*otáčet se dokola*)

Ať máme legraci. (*zatleskat*)

## Výtvarná práce

- **Na obrázcích jsou náměty výtvarných prací, které si děti mohou doma vyzkoušet a zároveň si tím procvičí jemnou motoriku, stříhání dle linie, práci s lepidlem, rozlišování pro tělo zdraví prospěšných potravin a skládání papíru do harmoniky.**


















## Hádkanky

- Děti si rozvíjí správnou výslovnost, porozumění textu, pochopení jednoduché hádkanky, nalezení rýmu.
- Teplotu neměříme perem, ale nýbrž....(**teploměrem**)
- Pro chřipku je přímo jedem teplý čajík s včelím...(**medem**)
- Naše tělo světem nosí, ať jsi obut nebo bosý. Po cestě si pěkně jdou, vzorně jedna za druhou (**Nohy**)
- Na nemoc a teploty, dává doktor...( **tablety**)
- Můžeš s nimi malovat, hrát si nebo pracovat. Víš to dobře přece, jsou to tvoje....(**ruce**)

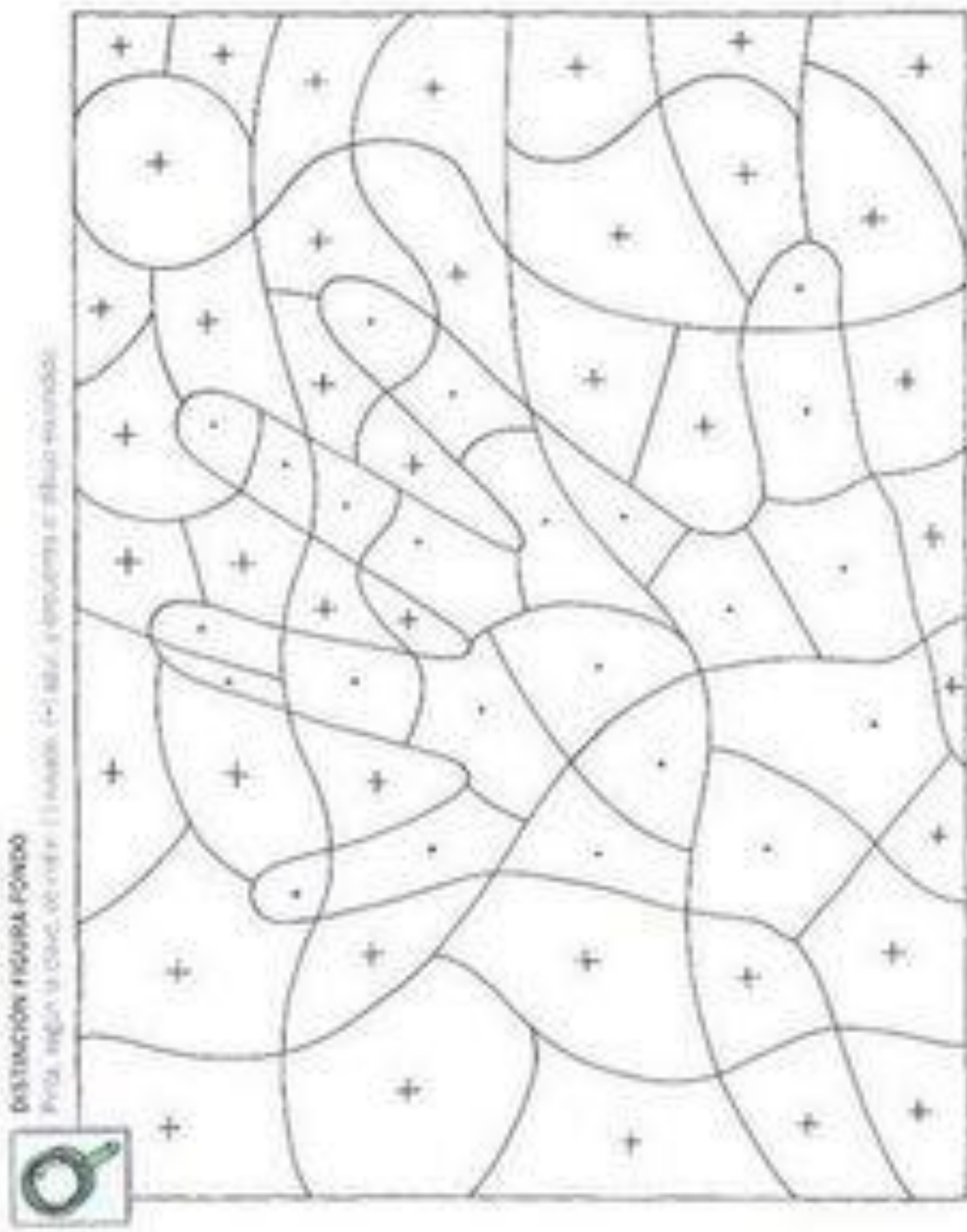
## Pracovní listy

### Clothes And Body Parts

Match the images on the left to their corresponding images on the right.

	•	•	
	•	•	
	•	•	
	•	•	
	•	•	
	•	•	
		•	

➤ Pospojovat čárou, jaké oblečení patří ke které části těla

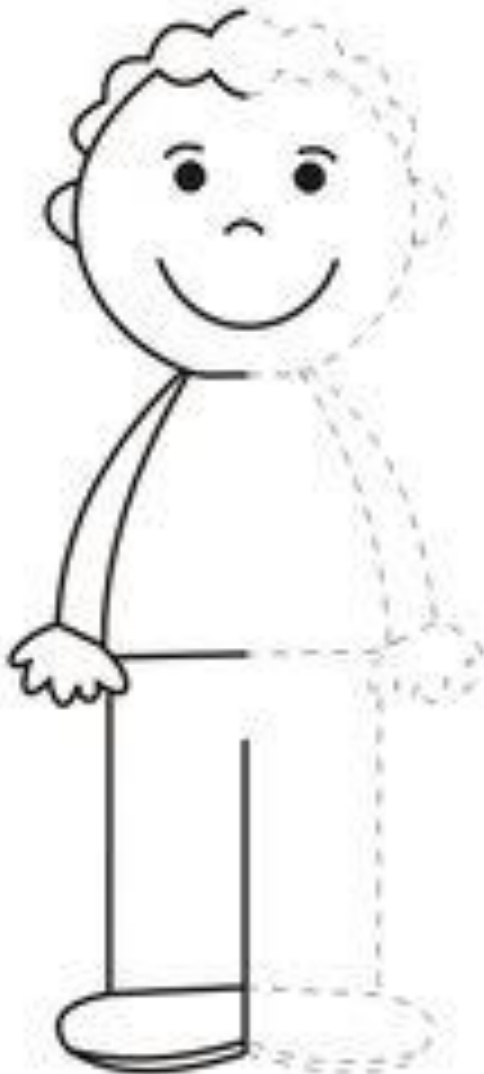


- Křížky vymalovat žlutě, tečky červeně nebo růžově

Úloha 8-7-1-(Nápev) ROZVIJAME GRAFOMOTORIKU



Prezri si obrázok. Ktorá polovica tela nie je dokreslená?  
Pomenuj časti tela na obrázku.



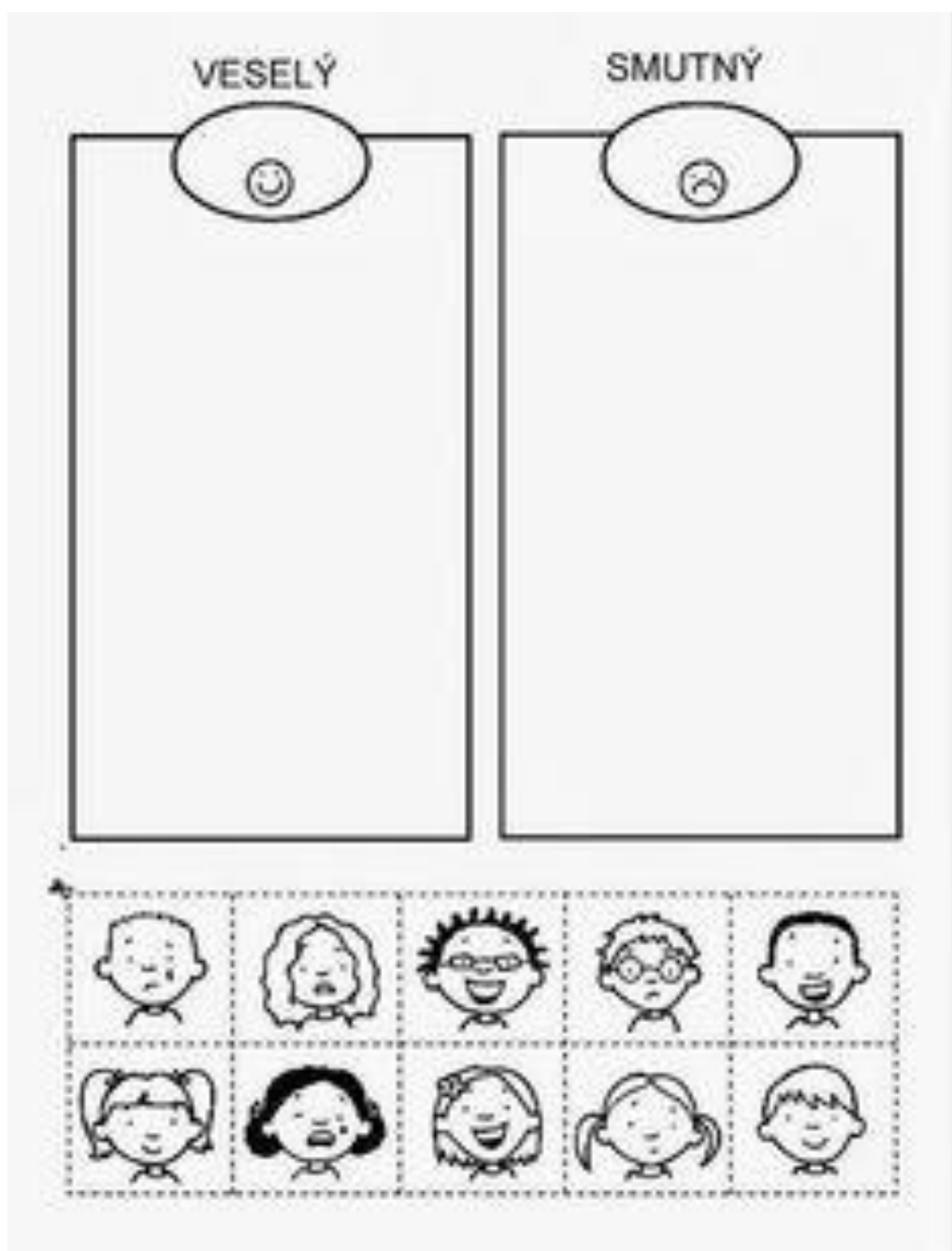
Obtiahni všetky prerušované čiary a dokresli druhú polovicu tela.  
Vyfarbi obrázok.

autor: © ABC Materská škola

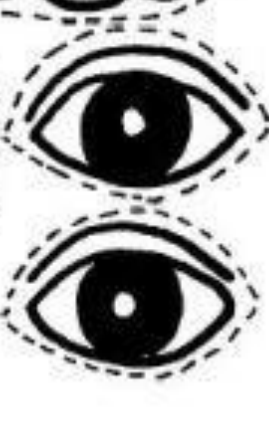
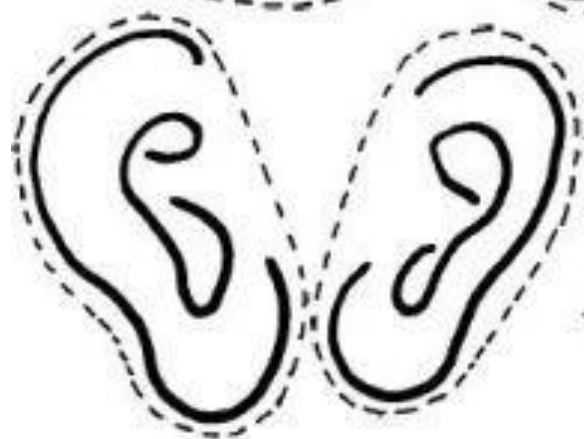
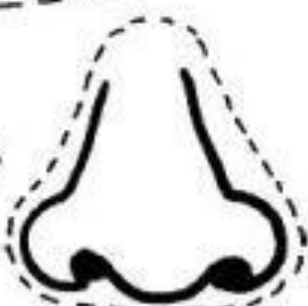
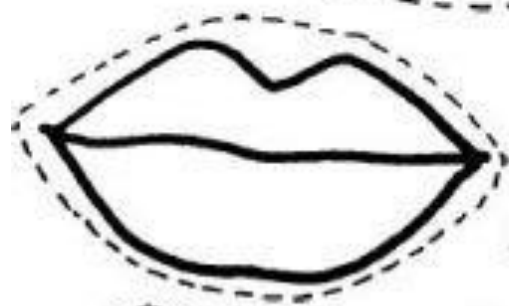
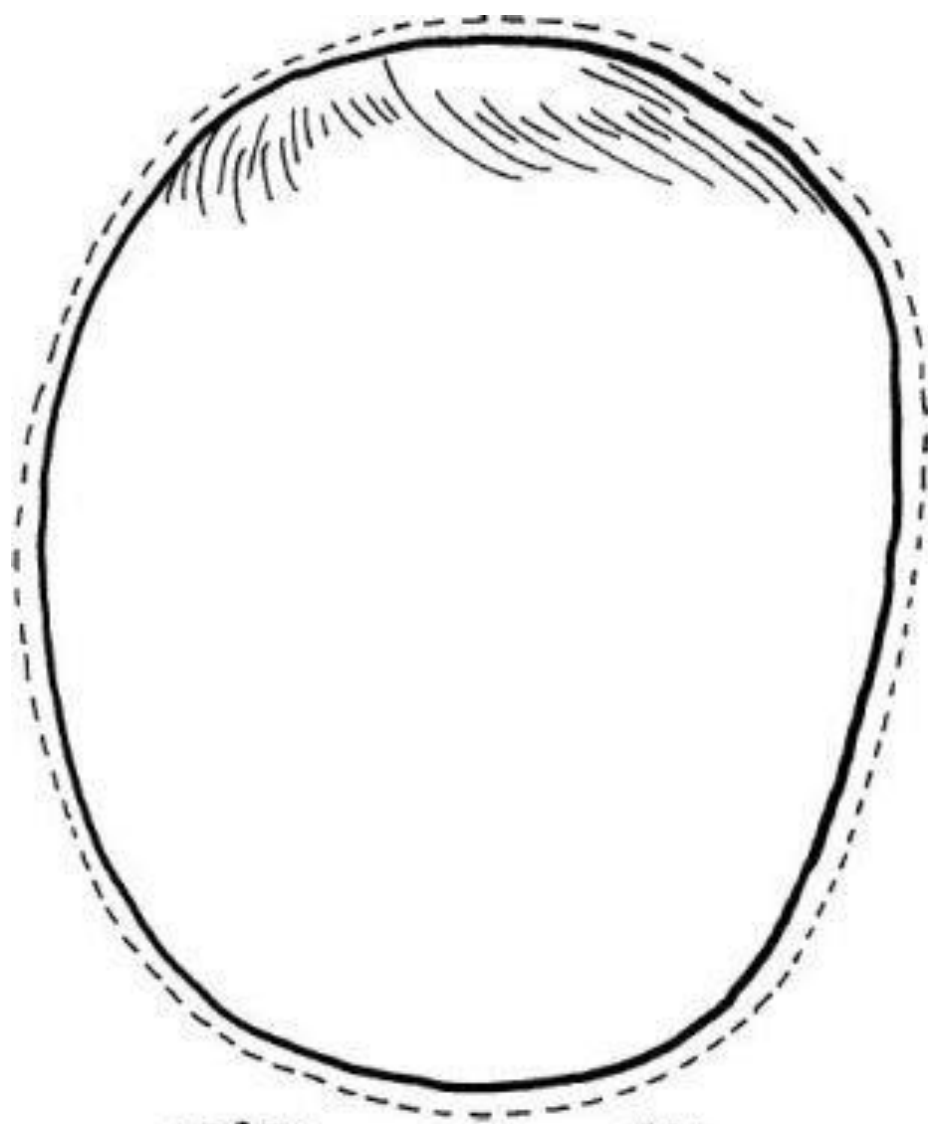
[www.obcmaterskeskoly.sk](http://www.obcmaterskeskoly.sk)

➤ Dokresliť druhou polovicu tela





- Vystřihnout obličej a nalepit je do správné části tabulky, děti mohou obličej vybarvit



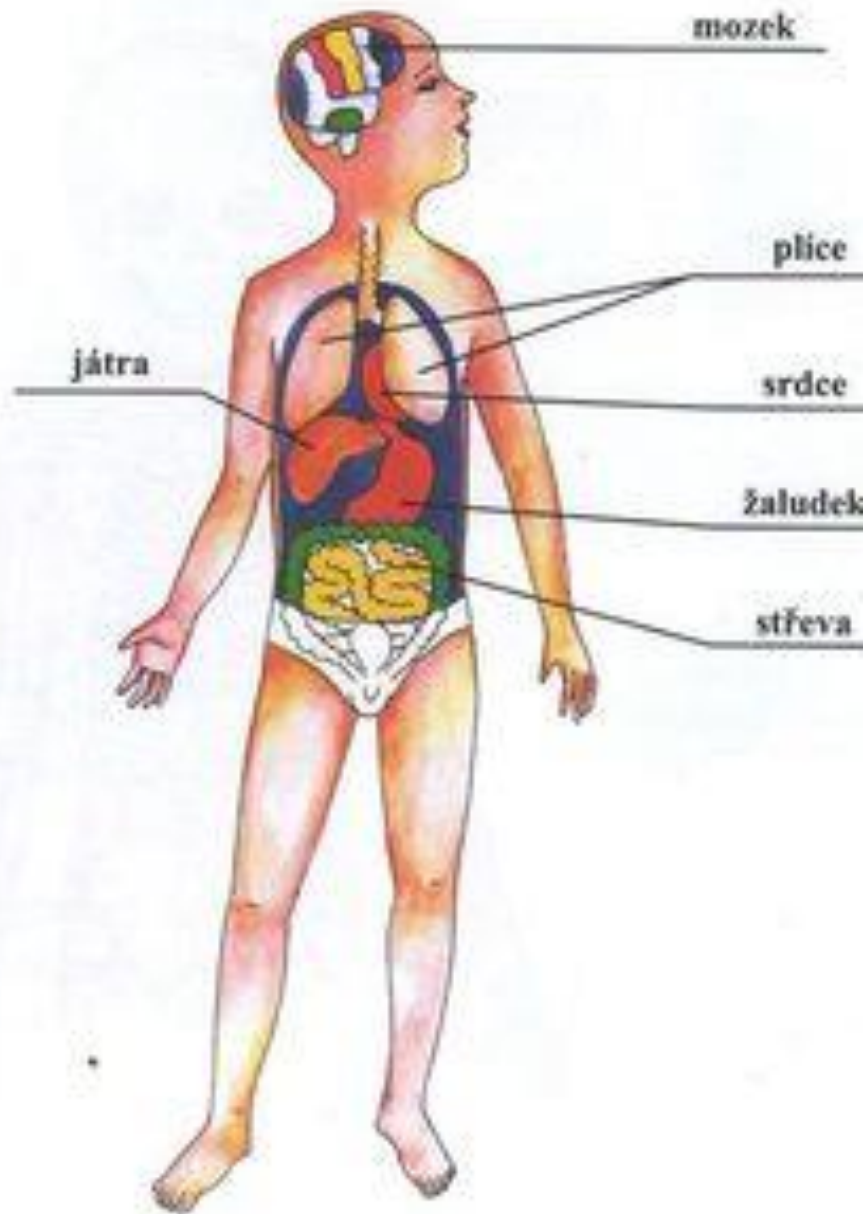
## Pexeso



- Pro hraní pexesa je nutné vytisknout list 2x. Nechte děti vystříhnout pexeso

## Obrázek těla

- Děti podle obrázku poznávají části lidského těla a jeho názvy



## Webové odkazy

- <https://www.youtube.com/watch?v=TGLsHiLhxxg&feature=share>
- <https://www.youtube.com/watch?v=IAnDVe-pTvl&list=PLvXrIHRiN68sX51RYJeyY4W19vQD-Gua>
- <https://edu.ceskatelevize.cz/predmet/lidske-telo-a-zdravi?stupen=predskolni&tema=lidske-telo>
- <https://edu.ceskatelevize.cz/video/1336-pohadka-o-paleckovi>
- [https://www.youtube.com/watch?v=MKi6GPiC\\_pc&list=PLWz4YUdhSveJ7KPr9VnD4y\\_29jatu\\_t6X3&index=4](https://www.youtube.com/watch?v=MKi6GPiC_pc&list=PLWz4YUdhSveJ7KPr9VnD4y_29jatu_t6X3&index=4)