

# CELOROČNÍ PROJEKT CVIČÍME ZUMBU

## Září

### IB – Dětskýma očima – Téma: Všichni jsme kamarádi

#### Dílčí cíle :

##### ❖ Dítě a jeho tělo

- uvědomění si vlastního těla
- rozvoj pohybových schopností a zdokonalování dovedností v oblasti hrubé i jemné motoriky (koordinace a rozsahu pohybu, dýchání, koordinace ruky a oka apod.), ovládnutí pohybového aparátu a tělesných funkcí

#### Činnosti zaměříme na :

- hry a činnosti zajišťující spokojenost a radost
- zdravotně zaměřené činnosti – vyrovnávací, protahovací, uvolňovací, dechová a relaxační činnosti
- lokomoční pohybové činnosti – chůze, běh, skoky a poskoky, lezení, nelokomoční pohybové činnosti – změny poloh a pohybů těla na místě
- činnosti zaměřené k poznávání lidského těla a jeho částí
- manipulační činnosti a jednoduché úkony s předměty, pomůckami, nástroji, náčiním,

## Říjen

### IB – Vůně podzimu – Nabídka podtémat:

Malíř podzim, Foukej foukej, Plody podzimu, Les půjde spát se zvířátky, Babiččina zahrádka

#### Dílčí cíle :

##### ❖ Dítě a jeho tělo

- Rozvoj fyzické i psychické zdatnosti
- rozvoj pohybových schopností a zdokonalování dovedností v oblasti hrubé i jemné motoriky – koordinace a rozsahu pohybu, dýchání, koordinace ruky a oka apod., ovládnutí pohybového aparátu a pohybových funkcí
- Rozvoj a užívání všech smyslů
- Osvojení si věku přiměřených praktických dovedností

#### Činnosti zaměříme na :

- ✓ lokomoční pohybové činnosti – chůze, běh, skoky a poskoky, lezení, nelokomoční pohybové činnosti – změny poloh a pohybů těla na místě
- ✓ manipulační činnosti a jednoduché úkony s předměty – pomůckami, materiálem, náčiním
- ✓ smyslové a psychomotorické hry
- ✓ hudební a hudebně-pohybové hry a činnosti

## Listopad, prosinec, únor, Květen, Červen

### IB – Lidové tradice a svátky - Nabídka podtémat:

Listopad - Drakiáda, Dýňování, Zamykání zahrady,

Prosinec - Mikuláš, Vánoce,

Únor - Karneval

Duben – Velikonoce X nebo viz. Témata níže

Květen – Den matek

Červen – Den dětí

### Dílčí cíle :

#### ❖ Dítě a jeho tělo

- ✓ Rozvoj a užívání všech smyslů
- ✓ Osvojení si věku přiměřených praktických dovedností

### Činnosti zaměříme na :

- ✓ Hudební a hudebně-pohybové hry a činnosti
- ✓ zdravotně zaměřené činnosti – vyrovnávací, protahovací, uvolňovací, dechová a relaxační činnosti
- ✓ lokomoční a nelokomoční pohybové činnosti
- ✓ manipulační činnosti a jednoduché úkony s předměty, pomůckami, nástroji, náčiním,

## Leden, Únor

### IB – Paní zima - Nabídka podtémat:

Stopy ve sněhu, O dvanácti měsíčkách, Zimní sporty, Zvířátka v zimě, Brzy budu školákem, Pozor, klouže to!, Moje tělo, Moje smysly, Projekt – Když jsme zdraví, svět nás baví!

### Dílčí cíle :

#### ❖ Dítě a jeho tělo

- ✓ Rozvoj pohybových dovedností v oblasti hrubé motoriky
- ✓ Vytváření zdravých životních návyků a postojů jako základů zdravého životního stylu
- ✓ Osvojení si poznatků o těle a jeho zdraví, o pohybových činnostech a jejich kvalitě

### Činnosti zaměříme na :

- ✓ činnosti zaměřené k poznávání lidského těla a jeho částí
- ✓ hudební a hudebně pohybové hry a činnosti
- ✓ dramatické činnosti a mimické vyjadřování nálad
- ✓ lokomoční a nelokomoční pohybové činnosti
- ✓ manipulační činnosti a jednoduché úkony s předměty, pomůckami, nástroji, náčiním

## Březen

### **IB Jarní probuzení - Nabídka podtémat:**

Přišlo jaro do vsi, Malí zahradníci, Na tom našem dvoře, Domácí zvířata a jejich mláďata, Jak se žije ve městě a na vesnici, Bylo nebylo, Já jsem muzikant

#### **Dílčí cíle :**

##### **❖ Dítě a jeho tělo**

- ✓ rozvoj a užívání všech smyslů
- ✓ rozvoj pohybových schopností a zdokonalování dovedností v oblasti jemné a hrubé motoriky, ovládání pohybového aparátu a pohybových funkcí

#### **Činnosti zaměříme na :**

- ✓ lokomoční pohybové činnosti - pohybové hry, dovednosti s míčem, překážkové dráhy, cvičení s náčiním a na nářadí, podbíhání lana, a jiné pohybové aktivity
- ✓ smyslové a psychomotorické hry
- ✓ hry a činnosti, které vedou děti k ohleduplnosti k druhému, k ochotě rozdělit se s ním, půjčit hračku, střídat se, pomoci mu, ke schopnosti vyřešit vzájemný spor
- ✓ zdravotně zaměřené činnosti – vyrovnávací, protahovací, uvolňovací, dechová a relaxační činnosti
- ✓ rytmicke a melodizace říkadel, hra na tělo, uplatňování tanečních prvků, pohybové vyjádření hudby, poslech, dechová cvičení, hudební hádanky, dynamika, výška a hloubka tónů atd.
- ✓ lokomoční a nelokomoční pohybové činnosti
- ✓ manipulační činnosti a jednoduché úkony s předměty, pomůckami, nástroji, náčiním

## Duben

### **IB – Poklad nejcennější, naše Země - Nabídka podtémat:**

Den Země, Co je vesmír, Dinosvět, Chceme čistou zemi, Doprava, Třídíme odpad, Voda v přírodě, Lidé z jiných světadílů, Česká republika- naše vlast

#### **Dílčí cíle :**

##### **❖ Dítě a jeho tělo**

- ✓ Osvojení si poznatků a dovedností důležitých k podpoře zdraví, bezpečí, osobní pohody a pohody prostředí
- ✓ Osvojení si věku přiměřených praktických dovedností
- ✓ Rozvoj fyzické i psychické zdatnosti

#### **Činnosti zaměříme na :**

- ✓ smyslové a psychomotorické hry
- ✓ zdravotně zaměřené činnosti – vyrovnávací, protahovací, uvolňovací, dechová a relaxační činnosti
- ✓ manipulační činnosti a jednoduché úkony s předměty, pomůckami, nástroji, náčiním
- ✓ lokomoční a nelokomoční pohybové činnosti
- ✓ lokomoční a nelokomoční pohybové činnosti

- ✓ sociální a interaktivní hry, hraní rolí, dramatické činnosti, hudební a hudebně-pohybové hry
- ✓ kooperativní činnosti ve dvojicích, ve skupinkách