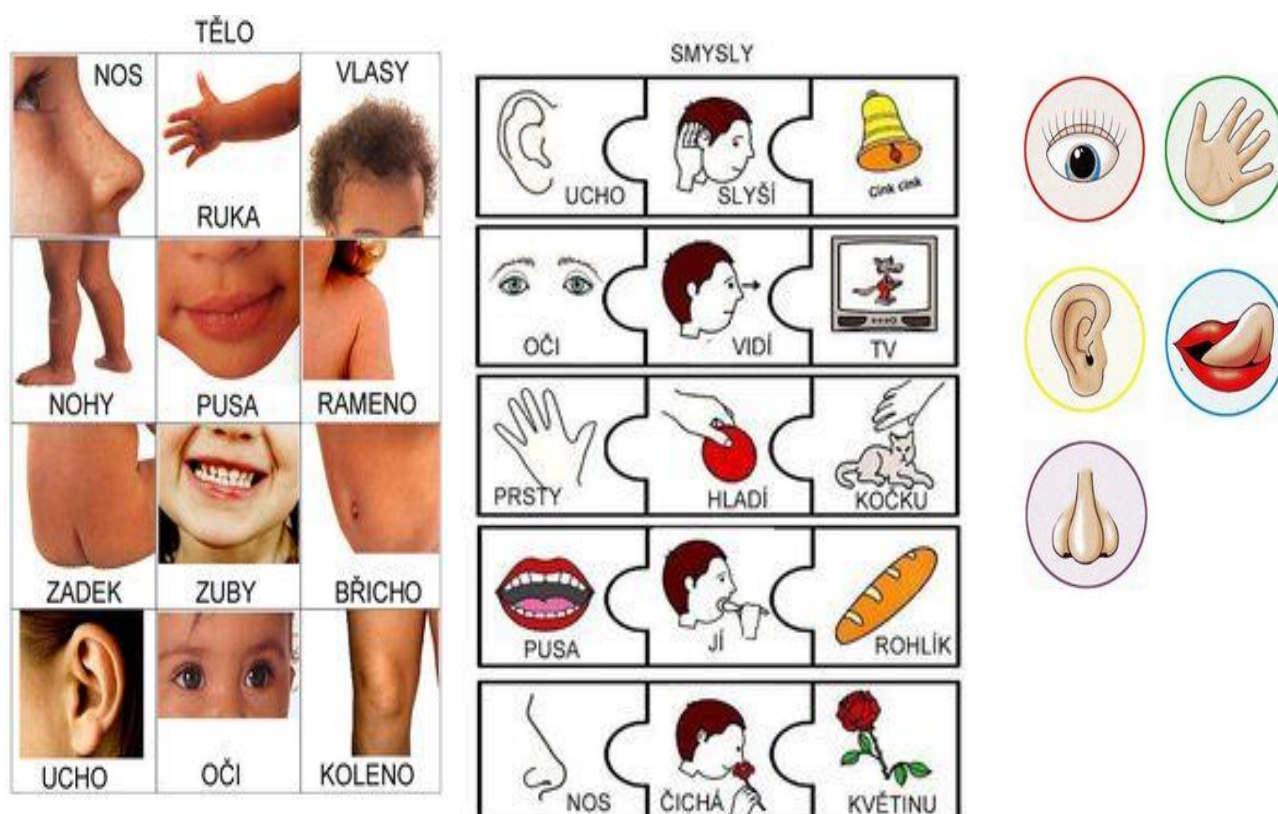


"Já člověk, chci být zdravý"

V měsíci listopadu si budeme povídat o našem těle, o zdraví, nemocech a o tom co můžeme udělat proto, abychom byli všichni zdraví jako rybičky. Určitě všichni víte, že když jsme nemocní, tak ležet v postýlce je pěkná otrava. Tak pojďme si zkrátit tu dlouhou chvíli společně.

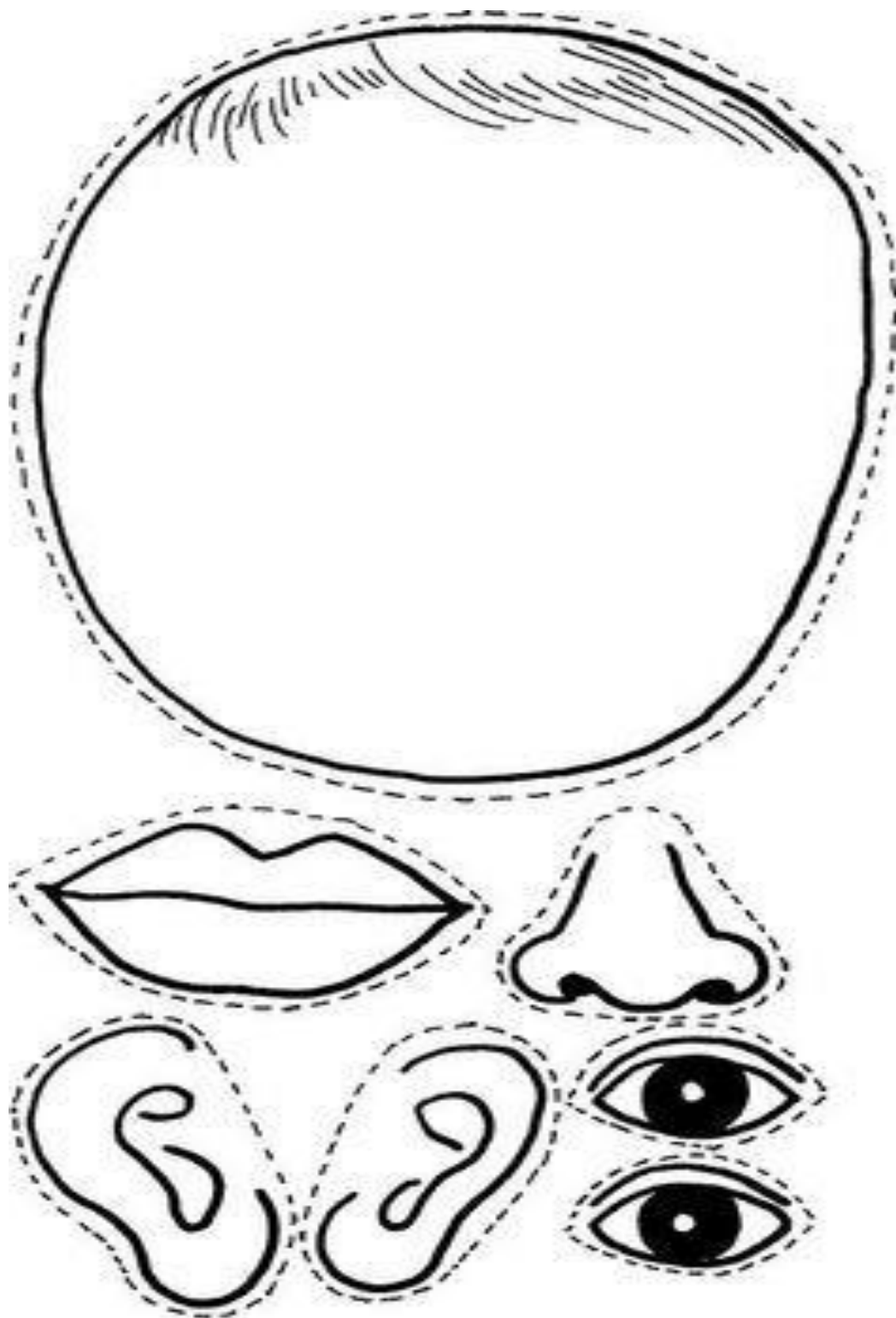
Podívej se co je na obrázku a zkus pojmenovat jednotlivé části těla a ukázat, kde je máš ty. Na druhém obrázku zkus vyčíst z obrázků na co nám jednotlivé části těla slouží, říká se jim smysly.



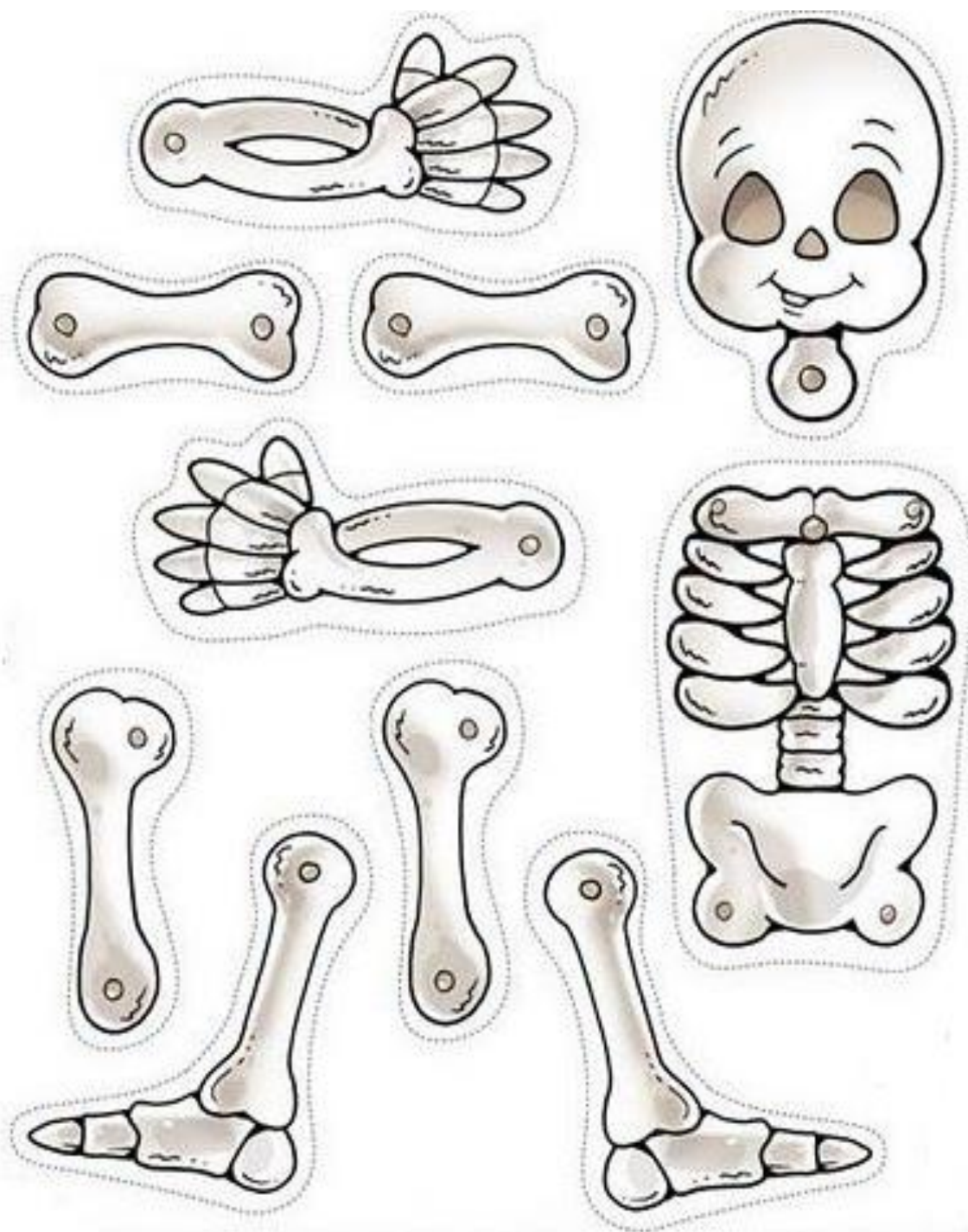
Určitě jste obrázky všichni poznali a pojmenovali a teď si můžete na protažení zahrát hru "Hlava, ramena, kolena, palce" říkáš známou říkanku, ukazuješ části těla a postupně zrychluješ.

Kdo by měl pohybu málo může poprosit mamku nebo taťku ať mu na You tube vyhledají cvičení s Míšou (<https://www.youtube.com/watch?v=gIxsLSJCwmo>) nebo můžou zkopírovat odkaz v závorce. A když nebudeš moc cvičit, tak si alespoň s Míšou zazpíváš.

Papír, nůžky, lepidlo a pastelky máte doma určitě všichni, tak honem do práce. Vystříhněte jednotlivé části obličeje a nalepte, jak správně patří. Potom můžete vybarvovat, ale pozor na barvy.

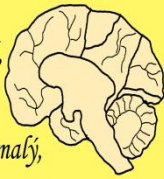


Určitě máš doma nějakou hezkou knihu o těle. A víš, že tělo je složené z kostí, svalů a důležitých orgánů pro život. Dokážeš vyjmenovat některé z nich? Jednoho kostlivce můžeš vystříhat a poskládat. Určitě to zvládneš.





Moje tělo mozek řídí,
oči ty to dobře vidí.

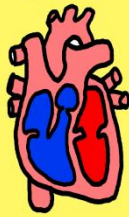


Pod hlavou je krček malý,
na rukách jsou velké svaly.

Na nich máme prstů pět,
spočítáme si je hned.

V hrudním koši srdce máme,
do břicha si jídlo dáme.

Nohy obě procvičí se,
venku dobře skotačí se.



E-předškoláci

Doktorská

Poslechněte srdíčko, vyšetřete oči,

na palci mám bebičko, hlava se mi točí.

V zádech mi loupá, horečka stoupá

- po celou noc, svědil mě nos,

pane doktore, prosím o pomoc.

Zhluboka dýchat, narovnat záda,

přestaň už vzlykat, tak zní má rada.

Přestaň už prášky brát, začni se s námi smát.

Když je někdo líná kůže, ani doktor nepomůže.

Tak z postele hybaj ven, dneska máme krásný den.

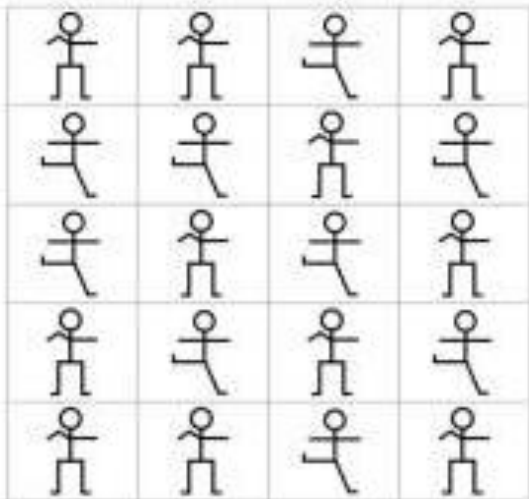
Boj s rýmou

Vlezla na mě rýma, je mi pořád zima.

Když je zimní plískanice, bacilů je mnohem více.

Zalezu si do postýlky, dám si čajik od maminky.

Přikryju se peřinou, tak zvítězím nad rýmou.



Popis hlavy

Nos ten cítí,
někdy pšíká,
uši slyší,
co kdo říká.

Oči vidí
celý svět,
ústa umí
vyprávět.
Oko chrání
víčko, řasy,
hlavu zdobí
také vlasy.



Ještě tváře a i bradu, obočí zas dělá řadu.
To vše na hlavičce máme
a teď už to dobře známe.

Najdi stejné panáčky jako je ten nahoře v rámečku a označ je.

Aby ti chutnal zdravý čaj, tak si ozdob hrneček, tak aby se hlavně tobě líbil. Můžeš ho i vystříhnout.



Všichni určitě víme, jak se správně starat o zuby. Jak si je čistit a jak se ubránit kazu.



**ČIŠTĚNÍ ZOUBKŮ
MŮŽE BÝT I ZÁBAVA!**

Čistím zoubky řízy, řízy,
ať jsou bílé jako břízy.
Čistím zoubky říz a říz,
ať jsou bílé jako sněh.
Vlevo, vpravo, vpředu, vzadu,
horní a pak dolní řadu.
Čistím zoubky říz a říz,
ať má každý radost z nich.



Veselé a úspěšné čištění zoubků!

Bytredeti
www.facebook.com/bytredeti.cz

Vystříhej a nalep obrázky potravin z letáků a roztříd' je správně podle toho, zda jsou pro zoubky zdravé nebo nezdravé.

Všichni doma i ve školce určitě používáte příbor. Podívej se pozorně na obrázek.



Je na obrázku správně připravený příbor?? Pokud ne, pokus se to napravit.

Co se má vždy dělat před jídlem?? Vzpomeneš si??

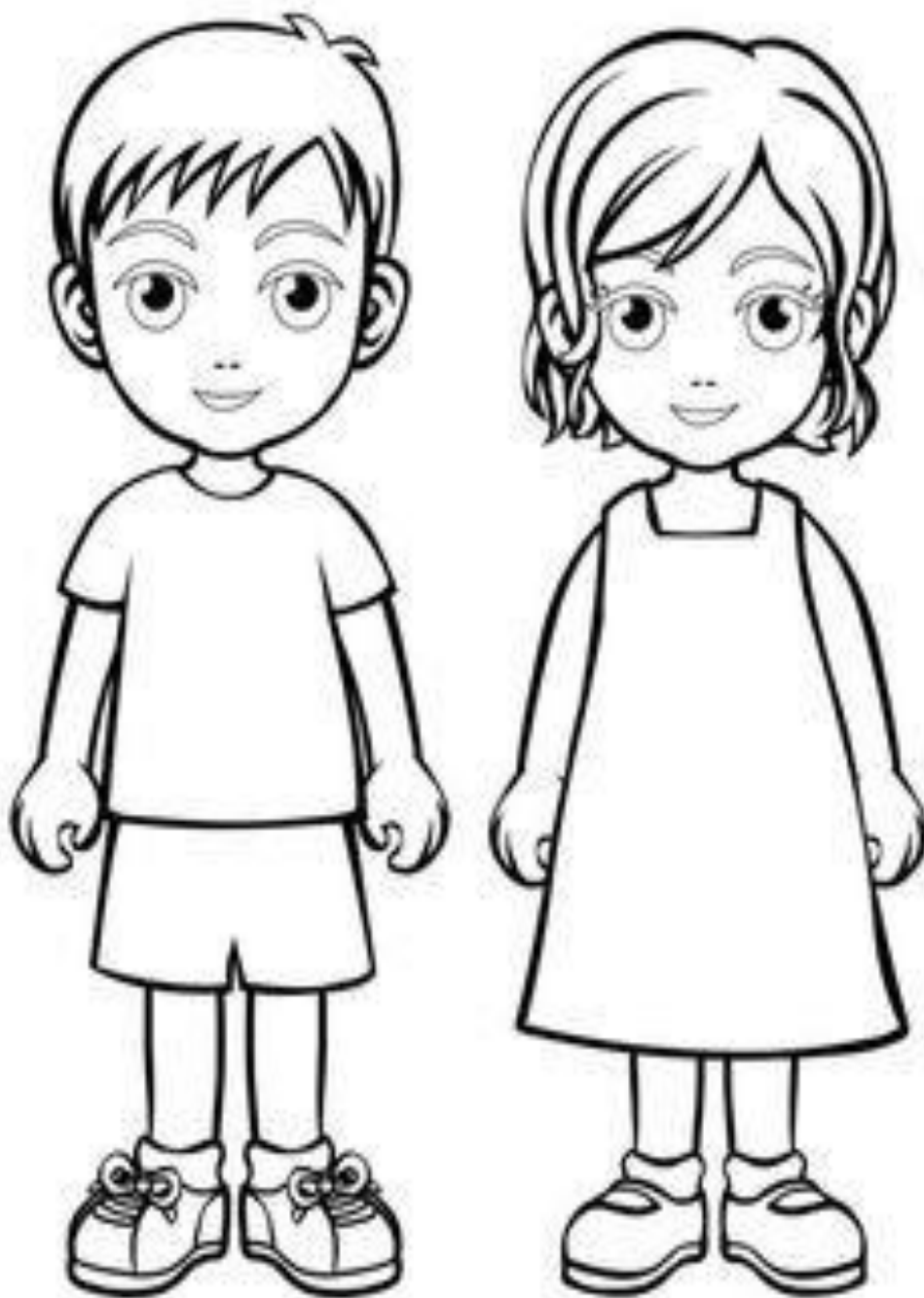
MYTÍ RUKOU:
Celý den si ruce hrají,
všechno možné osahají,
hračky, písek, botičky...
špinavé jsou ručičky!

Copak ruč kám pomůže
a tu špinu přemůže?

Voda, mýdlo, umyvadlo,
to je správné zaklínadlo!

Vybarvi nebo ukaž smajlíky podle toho - jestli jsou potraviny pro nás zdravé - usměváček, a nebo nezdravé - mračoun.

Nakonec zkus namalovat sám sebe. Nezapomeň, nejsi žádný trpaslík. Máš pro sebe celou prázdnou stránku. Tak ti držím palce, ať se ti obrázek povede.



Za odměnu pak můžeš shlédnout pohádky "Byl jednou jeden život"

(https://www.youtube.com/watch?v=Y-NmZovXLqU&list=PLKFZKkKW-yoa1kaWGvz7-zttmU_Rw2hyd)

