

# ZÁSOBNÍK CVIČENÍ A HER PRO PŘEDŠKOLÁKY

Vypracován týmem uč. MŠ Prokopa Holého

Bc. Irena Zavadilová, Mgr. Soňa Švejdová, Mgr. Markéta Bártová,  
Bc. Lenka Vísnerová, DiS., Zdeňka Havlová, Zdeňka Nevoralová,

## 1. Grafomotorické dovednosti

### Uvolňovací říkanka:

Ťuká, ťuká deštník (ťukají do sebe palec a ukazováček)  
na široký deštník, (ťukají do sebe palec a prostředníček)  
ťuká, ťuká prstíkem, (ťukají do sebe palec a prsteníček)  
kdo je pod tím deštníkem? (ťukají do sebe palec a malíček)

To jsem já, panenka, (krouživé pohyby zápěstím na jednu stranu)  
točí se mi sukénka, (krouživé pohyby zápěstím na druhou stranu)  
běžím, běžím k sluníčku, (krouživé pohyby zápěstím na druhou stranu)  
usušit si sukničku.

### Jemná motorika :

- postupné dotyky palce s ostatními prsty
- postupné dotyky stejných prstů na obou rukou –hvězda

### Uvolňování ruky :

- taktování celou paží – doprovod písně
- pohyb „hodinového kyvadla“ pokrčenou paží
- postupné vysouvání prstů z pěsti na podložce
- píšeme, kreslíme sousedovi na záda

### Prstové cvičení – povídání s prsty RODINA

Táta, máma, babi, děda, Bobina - postupně zvedáme prsty od palce k malíčku  
to je naše velká rodina - ruku sevřeme v pěst  
Když se ráno vítáme - palec se postupně spojí s ukazováčkem,  
,pusinky si dáváme prostředníčkem.....  
Když jdeme večer všichni spát, - palec se postupně spojí obráceně-  
s malíčkem,  
říkáme si, mám tě rád prsteníčkem, prostředníčkem.....

### **Uvolňovací říkanka:**

Všechny naše prsty, (rozevřeme dlaň s prsty)  
schovaly se v hrsti (postupně prsty schováváme od malíčku po palec).  
Jedna, dva, tři, čtyři, pět (postupně prsty vytahujeme od palce po malíček - co prst to číslo), prsty už jsou zpět. (se všemi prsty zavlníme, zatřepeme).

Vrabec skáče hop, hop, hop (palec + ukazovák),  
kuře zobe zob, zob, zob (palec + prostředníček),  
datel ťuká, ťuk, ťuk, ťuk (palec + prsteníček),  
psst, už ani muk (palec + malíček).

### **Motanice**

Barevné balonky – postupujeme od prostředka, na závěr dokreslíme provázek od balonku dolů

Sněhové koule

Klubíčka

### **Míchání těsta**

Děti míchají ve vzduchu rukou těsto na koblížek se slovy říkanky:

„Míchám těsto na koblížek pro našeho dědečka,  
na okýnku vychladne hned, bude to jen chvílička.“

Poté si vezmou do ruky pastelku a v leže na zemi kreslí na velký formát papíru kruhy, spirály v rytmu výše napsané říkanky – míchají těsto na koblížek. Uvolňují tak celou paži od ramenního kloubu. Následně mohou nakreslit a vybarvit koblížek na formát A4 během sezení u stolu.

Podobně mohou kreslit vlnky, ostří (zuby) pilky na slova jiné vymyšlené říkanky.

## **2. Rozvoj sluchové paměti:**

Hra Přijela tetička z Číny – Děti postupně říkají: “Přijela tetička z Číny a přivezla mi ..... každé dítě vymyslí, co mohla tetička přivést. Další dítě zopakuje větu po předchozím dítěti a přidá, co mohla přivést jemu.

Např.: 1. dítě : Přijela tetička z Číny a přivezla mi plyšáčka.

2. dítě: Přijela tetička z Číny a přivezla mi plyšáčka a autíčko.

3. dítě: Přijela tetička z Číny a přivezla mi plyšáčka, autíčko a stavebnici.

### **Hláška – s – nás probudí**

Dětem, které leží - „ spí, předříkáváme různá slova. Uslyší-li slovo, ve kterém je hláška s (hlásky obměňujeme), “probudí se „ a vyskočí. Hlásku zařazujeme nejdříve na začátek, pak nakonec, následně i doprostřed slova.

### **Na mimozemšťany**

Rozvoj sluchové analýzy slov- 1. dítě je „ mimozemšťan “ a musí říci různá slova tak, že je slabikuje nebo později hláskuje (na-ko-peč-ku sto-jí do-me-ček, d-o-m-e-č-e-k), 2. dítě řekne slovo, větu, jak rozumí.

### **Určování první hlásky – u svého jména, příjmení**

Letí ptáček, letí, ptá se našich dětí. Děti, děti, kdo tu je, kdo se na „L,, jmenuje (hlásky vystřídat)

- dítě vykřikne své jméno, může i příjmení

### **Rozlišování zvuků**

- Děti poslouchají nahrávku či ukázkou různého zvonění, mají za úkol zvuk pojmenovat (rolničky, triangl, malý zvoneček, velký zvon, cinkání na sklenici, ...)
- Děti sedí se zavřenýma očima a mají za úkol při zazvonění zvonečku vykonat nějaký pohyb (např. zakývat hlavou ze strany na stranu jako zvon), učitelka přitom chodí po třídě a vydává různé zvuky (ťukání, bouchání, škrábání, šustění, ... cinkání)

## Rýmovačky

- Určují, zda se dvojice slov rýmuje nebo nerýmuje.
- Například: „Sako – víko, les – pes, úl – stůl, řepa – máma, ves – mez, tupý – úpí, sáně – koně, mísa – vůz, kára – dříví, dříví – míří, strom – lom, potok – řeka, kluk – miska, láska – páska, luk – puk, prak – drak, vědro – louka.
- Na slova, která se nerýmují, vymýšlejí rýmující se slova.

## Rychlý pátrač – hledej obrázky

- Řekneme dítěti několik názvů předmětů například: „Konev, rýč, stůl, sekýra.“ Jeho úkolem je najít předměty na obrázcích z většího souboru obrázků a poskládat je do řady v pořadí, jak je slyšelo. Později můžeme zadat více názvů předmětů.

## Tajemný zvuk

Nejdříve dítěti předvedeme několik zvuků, které jsou vydávány při určitých činnostech (např. stříhání papíru, bouchnutí dveří, tekoucí voda atd.) Poté dítěti zakryjeme oči šátkem a dané zvuky předvedeme. Úkolem dítěte je poznat zvuk, který jsme předvedli. Při těžší variantě hry zvuk dopředu nepředvádíme a rovnou dítěti zavážeme oči a předvádíme dané zvuky. Při hře se zabaví děti i rodiče.

## **3. Zrakové vnímání**

Rozvoj zrakové paměti:

### Kimova hra

1. fáze: Na stoleček umístíme 10 předmětů (můžeme začínat na počtu 5 předmětů, ale předškolák by měl zvládnout 10 předmětů), po dobu 1 minuty necháme dítě předměty si prohlížet, následně zakryjeme všechny předměty šátkem, dítě by je mělo všechny vyjmenovat
2. fáze: Pracovní list rozdělíme na dvě poloviny, do horní poloviny nakreslíme (nalepíme) 5 – 10 předmětů (značek, tvarů, věcí,...). Do dolní poloviny nakreslíme (nalepíme) tytéž obrázky, ale ještě k nim některé další přikreslíme (přilepíme). Dítě si po dobu 1 minuty prohlíží pouze horní část pracovního listu, po jedné minutě horní část zakryjeme a dítě musí v dolní části pracovního listu vybarvit (zakroužkovat) pouze ty obrázky, které byly v horní části.

## **Hra „Kdo zmizel?“**

1. varianta :Jedno dítě jde za dveře, další vybrané dítě (jen které chce ) zakryjeme větším šátkem. Na otázku, kdo zmizel ?, hádá, kdo je pod šátkem, kdo zmizel.

2.varianta: Co se změnilo ve třídě ? - obdoba 1. varianty. Dítě hádá změnu ve třídě – musí být výrazněji rozpoznatelná.

## **Hra: každé dítě má barevný papír a tkaničku**

dané pravidlo: kraje tkaniček nesmí jít souběžně, křížit se mohou

úkol : udělejte z tkaničky na papíře nějaký obrázek – dítě potom řekne, co to je

složitější úkol : učitelka dá nabídku- zkuste kytičku, zvířátko.....

## **Hledání rozdílů na obrázku.**

Spojování obrázků a jejich stínů.

Vyřazování obrázků, které se liší od ostatních.

Rozlišování odstínů barev.

Omalovánky – vybarvujeme dle zadání, např. dle geometrických tvarů, čísel (políčka s tímto tvarem či číslem mají přiřazenou určitou barvu)

## **Co se změnilo?**

- Sedíme s dětmi v kruhu nebo sedí u stolečků a vybereme jedno z nich, kterého si ostatní mají dobře prohlédnout. Poté jej vyšleme za dveře, aby ostatní žáci neviděli a neslyšeli, a pomůžeme mu něco malého na sobě změnit (sundat brýle, vlasy dát za ucho, sundat náušnici, přijít bez bot, rozepnout knoflíček apod.),
- dítě se poté vrátí do třídy a ostatní se snaží uhodnout, co se změnilo.

Obměnou je varianta, kdy změníme něco ve třídě, a děti poznávají, co se změnilo.

## 4. Prostorové vnímání a vnímání času

### Užívání předložkových vazeb (pasivní x aktivní):

Pasivně:

Každé dítě bude potřebovat židličku a plyšáčka. Dle našich pokynů bude plyšáčka umisťovat. Např. Plyšáčka dej na židličku, pod židličku,.... (vedle, vlevo od, vpravo od, před, za, mezi,...)

Aktivně:

Plyšáčka umísťuje učitelka, dítě aktivně používá předložkové vazby, říká, kam plyšáčka umístila.

### Hledej na obrázku

Dítě hádá podle pokynu určitou věc – najdi věc, zvíře, apod., které je vlevo od autíčka, nad domečkem,

### Kreslení podle diktátu :

Společné na velké ploše nebo každý má svůj papír – nakresli doprostřed domeček, nad domeček sluníčko, vpravo od sluníčka mráček.....

### Vnímání času, časová posloupnost:

Řazení obrázků dle časové a dějové posloupnosti, popsat děj.

### Časoprostorová hra:

Učitelka si vezme 2 děti za ruce, zbytek dětí sedí a pozoruje

Jdou kamkoliv ve třídě a v herně (musí je vidět) – k židlím, k tabuli, k oknu..... učitelka se průběžně ptá sedících dětí :

Kde jsme byli nejdřív?

Kam půjdeme teď ?

Už tam jsme?

Kde jsme byli?

Kde jsme byli předtím?

## **Skládání obrázků**

Učitelka pomocí prostorových pojmů děti navádí, kam umístit jednotlivé tvary tak, aby vznikl nějaký obrázek (domeček, panáček, mašinka, ...)

## **Hra na slepce**

Jedno dítě má zavázané oči a děti ho navigují k určitému cíli (dva kroky dopředu, otoč se doprava, skloň se dolů, ...)

## **Hledej svůj strom**

Hru hrajeme v přírodě nebo parku, protože vyžaduje dostatek prostoru.

Dvojice dětí spolupracuje. Jeden druhému zaváže oči, několikrát ho otočí a vede oklikou ke stromu, který si předem očima vybral.

Přitom mu cestou říká například: „Tady se sešni pod větvemi, jdeme nahoru do kopce, teď jdeme vedle stromu, vedle kamene, mezi stromy.“

Dovede ho ke stromu, tam si dítě, které má zavázané oči strom rukama osahá a potom ho jeho průvodce opět oklikou dovede do startovního místa.

Tam mu oči rozváže a úkolem dítěte, které mělo zavázané oči, je určit strom, ke kterému došlo.

Poté si ve dvojici vymění úlohy. Děti pracují potichu, aby nerušily ostatní. Každá dvojice dětí si samozřejmě vybere jiný strom. Slovní komentáře dětí během cesty ke stromu nemusí být vždy pravdivé. Snaží se ztížit svému kamarádu hledací úlohu.

## **Hra „Na Bystrozrakého“**

- děti zavřou oči/nejlépe v kleče sbalené na zemi, oči přikryté dlaněmi/
- uč.položí určený předmět na viditelné místo /neschová ho/
- na pokyn děti oči otevřou a předmět hledají
- když předmět uvidí, pošeptají jeho polohu uč. a posadí se k ní

Pravidla:

- a/ vše se děje bez mluvení!
- b/ nesmí se ukazovat rukou, domlouvat se s kamarádem, prozrazovat ostatním
- c/ na nic se nesahá, v ničem nehrabe, neotvírá, neodkrývá - předmět je celý vidět
- d/ starší děti se učí blafovat/i když už vím, kde je, dělám, že hledám/
- e/ děti se snaží přesně popsat polohu
- f/ hra končí, až všechny děti najdou předmět-může se vymyslet nápověda / uč.nebo zvolené dítě/



## 5. Početní a předpočetní představy

### Třídít a vnímat více kriterií najednou:

Připravíme si geometrické tvary (kruhy, čtverce, obdélníky, trojúhelníky) různých barev (červená, žlutá, modrá, zelená) a dvou velikostí (malé, velké) – v každé variantě alespoň v počtu tří kusů. Dítě ze všech tvarů vybírá podle tří kriterií. Např.:

Vyber všechny malé žluté trojúhelníky.

Vyber všechny velké červené kruhy.

### Poznávání a pojmenování geometrických tvarů

Pracovní plochy s nakreslenými geometrické tvary (malý a velký trojúhelník, malý a velký čtverec....), děti dávají podle diktátu libovolná PET víčka na určitý tvar. Mohou pracovat i ve dvojici, jeden diktuje, druhý pokládá – mám zpracované.

### Početní představivost

Jedno dítě vytleská po slabikách určené slovo, druhé dítě počítá, kolikrát tlesklo.

### Nikitin materiál – kostky s barevnými stěnami

Stavba je manipulace – je důležitá, kostky mohou uskakovat, balancovat, spadnout

Zadání bez pravidel: -- postavte jakou chcete stavbu

zbourej a udělej jinou

s pravidly: - stěna na stěnu ( i barevně)

stěna na spár

stěna na mezeru .....

## **Stavění zdi z cihliček**

Děti hází kostkou a dle počtu teček přidávají počet cihliček.

## **Jednoduché slovní úlohy**

na sčítání a odčítání motivované pohádkou, aktuálním tématem...

## **Názvy geometrických tvarů**

Na zem položíme čtverec, trojúhelník, obdélník a kruh, děti stojí v řadě za sebou a postupně skáčou k jednotlivým tvarům a musí je pojmenovat, příp. říct jejich barvu (hop – žlutý čtverec, hop – modrý trojúhelník, hop – červený obdélník, hop – zelený kruh). Můžeme pojmut jako závody, vyhrává družstvo, které udělá méně chyb.

## **Geometrické tvary**

Manipulace s geometrickými útvary, při které má dítě za úkol skládat geometrické útvary tak, aby vytvořilo obrazec. Můžeme například čtverec, či jiný útvar rozstříhat a dítě se pokusí tento útvar z jednotlivých částí poskládat. Toto cvičení u dětí rozvíjí také kombinační schopnosti, protože aby dítě přišlo na správné řešení, musí útvary různě otáčet a zkoušet různé možnosti.

- Použijeme magnetické barevné pentagramy – děti mohou skládat na magnetické tabuli nebo na zemi