

# Téma týdne Čarodějnický rej

## STŘEDA

### Ranní protažení a cvičení

Cvičení na posílení klenby a chodidel. Plochá noha u dětí totiž může souviset s bolestmi zad, bolestmi hlavy, ale i růstovými bolestmi. Takže hurá do cvičení, ať těmto obtížím předejdeme :-)

1/ Stoj na špičkách a zpět na paty

2/ Krátká chůze po špičkách

3/ Sbíráni drobných předmětů prsty u nohou

4/ Kreslení tužkou vloženou mezi prsty u nohou.

5/ Krčíme a natahujeme prsty u nohou a přitom jimi pohybujeme směrem vpřed/ vzad.

6/ K uvolnění a lepšímu prokrvení chodidel využijeme masážního ježka.

Další tipy: Umožněte dítěti chodit co nejčastěji naboso (ve starých ponožkách) v nerovném terénu/ písku/trávě. Dobře poslouží i rohože naplněné různým materiálem (oblázky, kůra, písek).

VIDEO NA POSÍLENÍ KLENBY A CHODIDEL: <https://fb.watch/55DuCwLYO4/>

### Básnička s pohybem:

#### Čarodějnické zaklínadlo

Černé chlupy, žabí slina, *Mírně pokrčené ruce, dlaně otočené směrem od těla děláme velké kruhy (čarujeme*

jeden dráp a pak šupina, *Uděláme špetku a velký oblouk rukou odzadu vpřed (házíme něco do hrnce)*

křídlo, slzu, vlasy tři *Ukazujeme na prstech 1,2,3*

hvězdným prachem nešetří. *Uděláme špetky na obou rukou a pohyb jako když solíme*

Přidej ještě zlatý zub, *Zdvižený ukazovák „napomínáme“*

kapku rosy a jed z hub. *Třeme dlaně o sebe nad hrncem*

Ať z ošklivé babice,  
je rázem krásná mladice.

Naznačíme drápy a pohyby jako když se na něco sápeme  
Otočka na jedné noze a póza ☺

## Komunitní kruh

---

- OTÁZKA DNE: Jaká je tvoje nejoblíbenější pohádková postavička? A proč?

TÉMA TÝDNE: ČARODĚJNICKÝ REJ

OPAKOVÁNÍ:

- Poslední dubnový večer se ve městech i na vesnicích na vyhrazeném místě postaví hranice a na její vrchol se umístí čarodějnice – figurína z dřevěných tyčí a slámy, oblečená do hadrů. Po setmění se hranice zapálí.
- Jak vznikl tento zvyk? Lidé odedávna věřili, že v noci na 1. května mají zlé síly (třeba čarodějnice) největší moc. V ohni spalovali slaměné figuríny, protože doufali, že s nimi spalují všechno zlé, z čeho mají strach.
- Jak si představuješ svou čarodějnici?

NOVÉ:

- *(Nestihli jsme v rámci prvouky v úterý)* Bezpečnost u ohně. Dokázali byste říct, jak se u ohýnku musíte chovat? Jak má vypadat správné ohniště a čím ho uhasíte? Koho voláme, kdy hoří? Znáte telefon na hasiče? Můžeme rozdělovat oheň v lese? ....atd.

**Svačinka/pauza cca 20-30min**

## Environmentální výchova

---

- Sazení sazeniček, které jsme si ve školce vypěstovali, do skleníku.
- Úprava záhonů (vytrhání plevelu, zalévání)
- Doma s dětmi můžete vyrazit na procházku a hledat na louce jedlé květy/ rostliny a bylinky. Květy můžete ochutnat. Z bylinek si uvařit čaj.
- Jedlé květy, které už na louce najdete (můžete přidat do salátů či jimi ozdobit dort): pampeliška, sedmikráska, zimní fiala...
- Rostliny: pažitka, medvědčí česnek, kopřiva (vyzkoušejte vynikající kopřivový špenát)
- Bylinky na čaj: pampeliška, sedmikráska, kopřiva, kontryhel, jitrocel ad.

## Vaření

---

Nepečený dort pro oslavence

Ingredience:

- 250g dětské piškoty
- 400 ml zakysaná smetana

- 250g měkký tvaroh
- 840 g konzerva loupaných broskví (či jiné ovoce dle chuti)
- čokoláda na vaření – hoblinky cca 20g
- 2x vanilkový cukr (příp. moučkový)
- jedlé květy na ozdobu (sedmikrásky, pampelišky atd.)

Postup přípravy receptu:

- Připravíme formu na dort. Dno poklademe dětskými piškoty, aby bylo zcela pokryté. V misce mezitím smícháme zakysanou smetanu a tvaroh, přidáme vanilkový cukr.
- Na piškoty dáme vrstvu tvarohu se smetanou a poklademe ovocem. Pokud používáme kompot, přecedíme šťávu do rendlíku.
- Na ovoce dáme piškoty a opět zakryjeme smetanovou směsí a poklademe ovocem. Poslední vrstvu piškotů a smetany a nakonec ozdobně položíme ovoce.
- Na závěr dort ozdobíme jedlými květy.
- Dáme do chladu, nejlépe přes noc.

DOBROU CHUŤ ☺

---

**Pobyt a hra venku**

---

**OBĚD**

---

Příprava a sklízení

**ODPOČINEK**

---

S pohádkou ...