

Téma týdne Malovaná vajíčka

PONDĚLÍ

Ranní protažení a cvičení

Protažení + relaxace

Protažení:

Děti si lehnou na zem na záda. Obě ruce protahují najednou jedním směrem a nohy opačným. Jako lano, které se napíná. Potom se děti stočí do klubička (protipozice).

Děti si kleknou na všech čtyři. S nádechem vyhrbí záda směrem vzhůru (jako naježená kočka). Pak s výdechem záda prohnu, hlava směřuje vzhůru. Protipozice – řekněte dětem, ať udělají kamínek.

Znají ze školky ;-)

Děti si stoupnou rovně, zhluboka se nadechnou. S výdechem se předkloní a prsty se snaží dotknout země. S nádechem se přes kulatá záda pomaličku opět narovnají.

Relaxace – dětská meditace:

Relaxační techniky pro děti přispívají k jejich zklidnění a zlepšení výkonnosti, sebeovládání a sebekontroly, čímž zároveň napomáhají k lepšímu životnímu stylu a k umění lépe zvládat zátěžové situace. Relaxace pomůže dětem, které jsou úzkostné, neklidné, nesoustředěné, které trpí nočními můrami, vadami řeči, tiky, a které somatizují – tedy převádějí psychickou zátěž na tělesné příznaky (typické je bolení břicha, pro které není jiné vysvětlení).

Odkaz: <https://www.youtube.com/watch?v=inDocN5Hhec>

Básnička s pohybem:

Hody, hody doprovody,
já jsem malý zajíček,
utíkal jsem podle vody,
nesl košík vajíček.
Potkala mě koroptvička,
chtěla jedno červené,
že mi dá lán jetelíčka
a já říkal: Ne, ne, ne.
Na remízku mezi poli,
mám já strýčka králíčka,
tomu nosím každým rokem,
malovaná vajíčka.

Pohyb rukou, jako když v ní máme pomlázku a koledujeme

Prsty napodobíme zaječí ouška

Hopkáme jako zajíček

Spojíme ruce před bříškem jako bychom objímali košík

Máváme rukou na pozdrav

Spojíme dlaně a uděláme z nich mističku

Rukama opišeme veliký kruh

Prstem děláme gesto nesouhlasu

Ruku zvedneme a obloukem natáhneme před sebe

Prsty napodobíme zaječí ouška

Spojíme ruce před bříškem jako bychom objímali košík

Spojíme dlaně a uděláme z nich mističku

Komunitní kruh

- OTÁZKA DNE: Jak se vítáte s rodiči/sourozenci/kamarády, když se dlouho nevidíte?
- Povídáme si, co jsme zažili o víkendu....., co se nám líbilo, nelíbilo, co se nám podařilo.....

Téma týdne: Malovaná vajíčka

Velikonoce:

- Co je to za svátek? (V dřívějších dobách se v tomto čase oslavovalo procitnutí přírody ze zimního spánku. Šlo o vítání jara. Také je to největší křesťanský svátek – zmrtvýchvstání Ježíše Krista)
- Jaké známe znaky Velikonoc.
- Vysvětlení, že jde o pohyblivý svátek – každý rok se slaví v jinou dobu a to vždy první neděli po prvním jarním úplňku, který může být v období mezi 22.3-25.4.

Rozumová výchova – navazuje na KK

Soustředíme se pouze na světské zvyky. S dětmi si probereme jednotlivé dny a zvyky, povídáme si o nich. Následně si každý den v komunitním kruhu jednotlivé dny a zvyky pro daný den blíže probereme + je můžeme rovnou praktikovat. V pondělí si tedy probereme blíže Modré pondělí (můžeme být celý den v modrém).

- **Co je to svatý týden:** Svatý týden začíná Květnou nedělí a graduje takzvaným triduem neboli třídením. Velikonoční triduum představuje nejvýznamnější dny Velikonoc a zároveň nejvýznamnější křesťanské svátky. Velikonoční týden je období mnoha zvyků a tradic. Jsou to dny očisty skutečné i symbolické a také dny střídmosti-půstu, klidu, ticha i mlčenlivosti, soustředění.
- **Barvy velikonočního týdne** - je známo, že se v názvech dnů Svatého týdne nachází hned několik barev. Tou první je modrá, poté šedivá či žlutá, zelená a bílá. Proč jsou zrovna barvy spojené s těmito dny? Jejich určení není úplně jasné a někdy se dokonce jedná pouze o historickou záměnu slov.
- **Názvy dní a jejich zvyky:**

Každý ze dnů velikonočního týdne má svůj název a také význam. Některé dny jsou méně významné, jiné v sobě skrývají důležité historické události a symboliku. Co se odehrálo v těchto dnech a jaké tradice a zvyky se dodržovaly v minulosti a jaké se dodržují dnes?

- Květná neděle - má hned několik různých názvů, říkalo se jí také Květnice nebo Beránkova či Palmová neděle. Název je připomínkou příchodu Ježíše Krista do Jeruzaléma, který byl uvítán palmovými ratolestmi (u nás jsou symbolem kočičky - letošní výhonky stromů či keřů).
- Modré pondělí nemá z historického hlediska žádný velký význam. V tento den se v kostelích pouze vyvěšuje modrá látka, jinak se neodehrávají žádné obřady. Tradice velí v tento den nechodit do práce, i když se něco takového už dnes nedodržuje. Hospodyně by měly zahájit velký úklid.
- Šedivému úterý se také někdy říká Žluté úterý, což jsou dosti odlišné barvy. Šedivá barva je nejspíš připomínkou zvyku, který by se měl v tento den dodržovat. Jedná se o vymetání pavučin a prachu ze všech koutů v domě. V kostelích je o Šedivé úterý klid, nedějí se žádné speciální obřady.
- O Škaredé středě došlo v souvislosti s Ježíšem Kristem k velkému zvratu. V ten den byl totiž zrazen jedním ze svých učedníků - Jidášem. Jidáš Ježíše udal za 30 stříbrných a podle pověstí se v ten den na Ježíše mračil a škaredil, odtud pochází i název tohoto dne. Z toho důvodu byste se neměli o Škaredé středě mračit ani vy, jinak vám to podle pověr zůstane. Mezi hlavní zvyky patří vymetání sazí z komína a pečení Jidášů, sladkého pečiva, které se snídá na Zelený čtvrtek.
- Zelený čtvrtek - i když vznikl název tohoto dne záměnou německých slov grein (pláč) a grün (zelený), všechno zelené je na Zelený čtvrtek vítáno. Připravují se zelené pokrmy, nejčastěji z jarních bylinek (kopřivy, špenát, pažitka) a snídají se jidáše.
- Velký pátek - podle pověstí se na Velký pátek otevírají dějí zázraky a otevírají poklady. To se prý projevuje různými puklinami ve skalách či v zemi, odkud vychází světlo. Zároveň by se nemělo pracovat se zemí - rýt

nebo okopávat a také se nesmí půjčovat žádné věci, aby nebyly v tento magický den očarovány.

- Bílá sobota - co se týče světských zvyků, o Bílé sobotě jich bylo hodně. Bylo zvykem, že se vymetal hmyz z domu za zvuku kostelních zvonů nebo že se před kostelem pálily ohně, do nichž lidé nosili polínka ze svých domovů. Lidé také třásli s ovocnými stromy, aby byla dobrá úroda.
- Boží hod velikonoční - slaví se Zmrtvýchvstání Páně. V kostelích se slouží oslavné mše a všechno má slavnostní atmosféru. Po půstu se může opět začít jíst maso, a tak se na Boží hod jedly k obědu bohaté masové pokrmy. Velikonoční dobroty se nosí do kostela k posvěcení, v některých krajích se dříve části svěceného jídla odnášely na pole, aby byla dobrá úroda. Na Boží hod je rovněž zvykem péct beránky a mazance, chlapci zase pletou pomlázky na Velikonoční pondělí.
- Velikonoční pondělí - i když v minulosti měly význam hlavně dny Svatého velikonočního týdne, dnes se slaví především Velikonoční pondělí. V tento den vrcholí oslavy Zmrtvýchvstání Páně, zároveň se provádějí tradiční křesťanské zvyky při pondělním hodování. Velikonočnímu pondělí se někdy říká také pondělí Červené. V tento den chodí chlapci a muži koledovat s pomlázkami k děvčatům, aby si mrskáním vykoledovali vajíčko. U té příležitosti se odříkávají a zpívají různé velikonoční koledy. Ke snídani se jí mazance a velikonoční beránci, oblíbená je také velikonoční nádivka. V různých krajích se některé zvyky v minulosti lišily, například někde chodila v úterý koledovat děvčata, jindy je chlapci polévali vodou a dnes platí, že pokud přijdou chlapci koledovat po dvanácté hodině dopolední, dívky je mohou rovněž polít.

Svačinka/pauza cca 20-30min

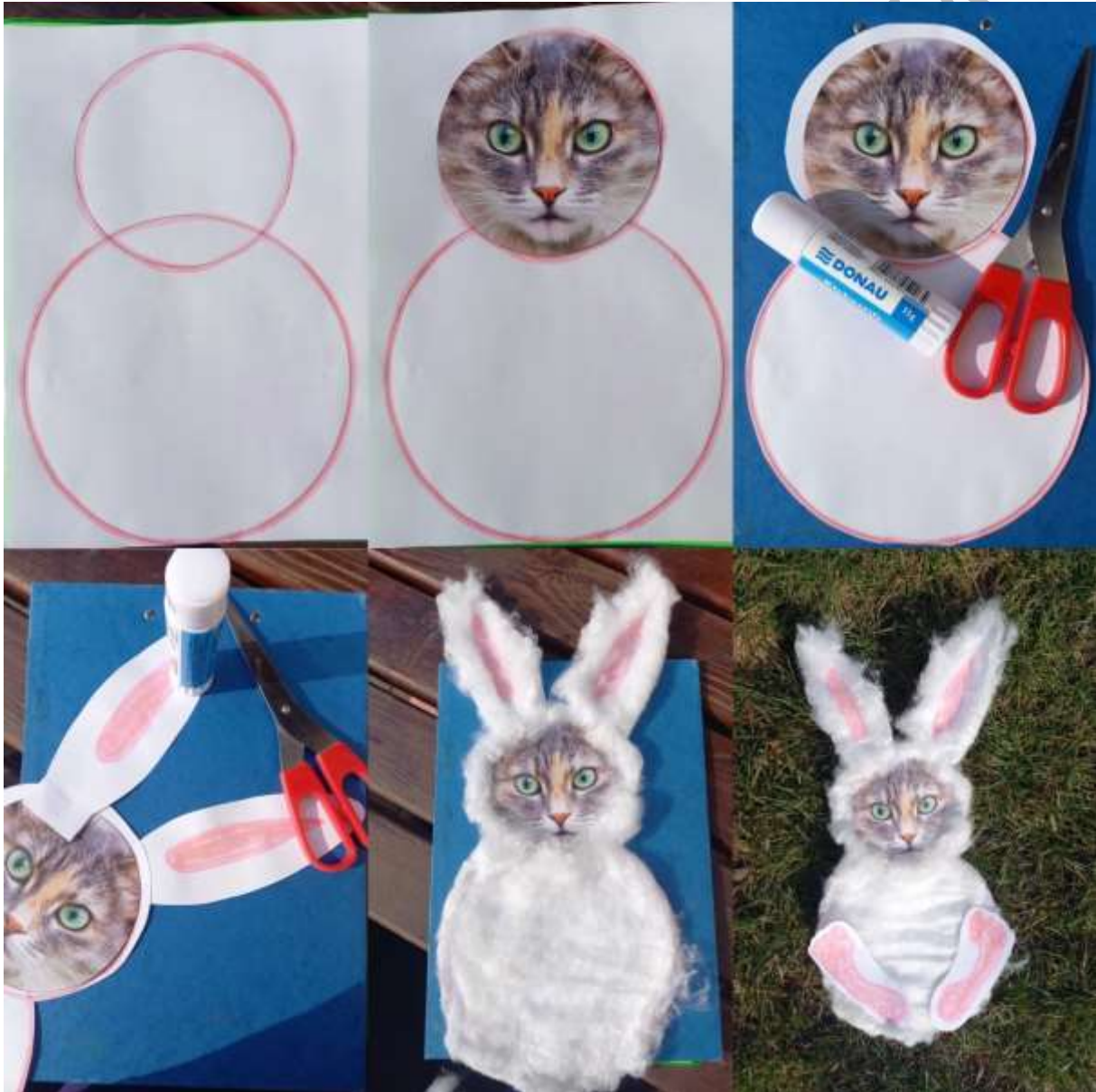
Výtvarná výchova

Velikonoční zajíc:

Co je potřeba: čtvrtka 2x, nůžky, vata, lepidlo, temperové barvy (prstové barvy), fotografie obličeje dítěte, vlhčené ubrousky.

1. Vystříhnete si obličej dítěte z fotografie.
2. Na čtvrtku obkreslete větší a menší kolečko (viz obrázek). Můžete si pomoci obkreslením okraje talíře (větší kruh), hrnečku.
3. Do středu menšího kolečka nalepíme vystřižený obličej. Okraje necháme dostatečně široké, aby se nám tam vešla vata a přilepení oušek.
4. Na čtvrtku si nakreslete zaječí uši a vystříhneme. Udělejte je delší, protože část délky využijeme na přilepení.
5. Uši přilepíme na horní část menšího kolečka.

6. Na zem připravte druhou čtvrtku a poté nabarvěte dítěti chodidla prstovou/temperovou barvou. Dítě přeneste a postavte na čistou čtvrtku. Chodidla se obtisknou. Dítě zase zvedněte, posaďte na židli a očistěte mu zbytky barvy z chodidel.
7. Stopy nechte zaschnout a poté vystříhněte.
8. Vezměte vatou a chomáčky postupně lepte po okraji oušek (střed oušek můžeme vybarvit) a kolem fotky v malém kolečku. Velké kolečko vyplníme vatou celé.
9. Vystřižené stopy přilepíme na vatou, na velkém kolečku.



Pobyt a hra venku

OBĚD

Příprava a sklizení

ODPOČINEK s pohádkou

MŠ LIŠKA BYSTROUŠKA