



# HRAJEME SI S MYŠ-LIŠ

## PRACOVNÍ LISTY + METODIKA K VYBRANÝM TÉMATŮM

Hravou terapií pomáháme dětem k rozvoji.

Určeno především pro předškolní děti a pro děti s opožděným psychomotorickým vývojem





E-BOOK VZNIKL DÍKY PODPŮŘE:



DĚKUJEME

Název knihy: Hrajeme si s MYŠ-LIŠ

Autor: Jindra Bartošová

Ilustrace: Linda Řeháková

Vydala: Flami, z.s.

[www.flami.cz](http://www.flami.cz), [www.myslis.com](http://www.myslis.com)

ISBN 978-80-7568-XXX-X (Na obálce musí být uveden EAN (čárový kód).)

Vydání první

# OBSAH:



1. JÁ A TY
2. PODZIM
3. TĚLO
4. MIKULÁŠ
5. ZIMA
6. VÁNOCE
7. TŘI KRÁLOVÉ
8. VALENTÝN
9. BARVY
10. DEN ŠTĚSTÍ
11. JARO
12. APRÍL
13. VELIKONOCE
14. DEN ZEMĚ
15. DEN MATEK
16. DEN RODINY
17. DEN DĚTÍ
18. STATEK
19. LÉTO
20. ODPOČINEK

# JÁ A TY



Já jsem tady, ty jsi tady,  
jsme tu spolu dohromady.

Ty jsi ty a já jsem já.  
Kdo z nás se teď usmívá?



Já jsem tady, ty jsi tady,  
jsme tu spolu dohromady.

Každý z nás je jinačí.  
Kdo z nás se teď zamračí?

## METODIKA K PÍSNÍČCE/BÁSNIČCE:

### ZVĚDOMOVÁNÍ JÁ, TY, MY, DOHROMADY, USMÍVAT SE, MRAČIT SE.

Určeno pro předškolní děti a děti s opožděným psychomotorickým vývojem. Ve skupinkách lze použít také jako rozpočítadlo.

Pohyby a gesty podpoříme koordinaci dítěte (pohyby můžeme různě zaměřovat podle toho, co chceme podpořit - např. „dohromady“ se dá ztvárnit různě). Při širokém úsměvu a vehementním mračení aktivujeme zároveň naše mluvidla a můžeme písničku/básničku použít např. pro logopedickou rozcvičku.

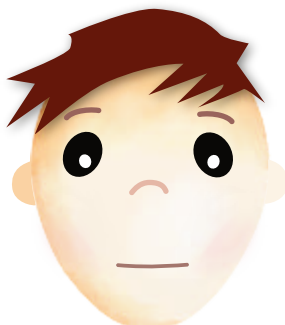
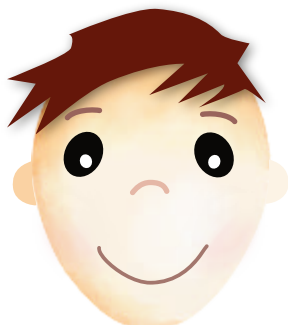
Děti se učí i nápodobou, proto se nebojíme pohyby i mimiku přehánět, abychom děti motivovaly k akci.

Písničku naleznete na youtube Flami, z.s.  
nebo na stránkách [www.myslislis.com](http://www.myslislis.com).





# JÁ A TY



## Povídejte si s dětmi o emocích:

1. Jak se má panáček na obrázku? Co se mu asi stalo? Jaký měl den? Kdy ses tak cítil ty? Jak se cítíš právě teď?
2. Zkuste domalovat ústa holkám/klukům v druhé řadě. Jak se mají?
3. V třetí řádce domaluj panáčkům co jim chybí. Jak se budou tvářit? Zkuste vymyslet příběh... můžete obličej vystříhnout, nalepit je na papír a dokreslit jim nejen obličej, ale i těla a třeba i prostředí. Kde jsou a kde příběh probíhá?



# PODZIM - DRACI

A D  
FÚ A FÚ A FÚ  
A  
podzim už je tu.  
A D  
FÚ A FÚ A FÚ  
G D A  
vítr fouká, vítr fouká.

A D  
FÚ A FÚ A FÚ  
A  
podzim už je tu.  
A D  
FÚ A FÚ A FÚ  
E A  
koukni do mraků.

E A  
Co to v nebi lítá za obrovské ptáky?  
D A E  
Křídla to má, ocas to má, barevní jsou taky.  
E A  
My už všichni víme, co v nebi vidíme.  
G D  
Že to nejsou žádní ptáci!  
E A  
To jsou přeci draci!



Písničku naleznete na youtube Flami, z.s.  
nebo na stránkách [www.myslis.com](http://www.myslis.com).

# PODZIM - DRACI



## METODIKA K PÍSNIČCE/BÁSNIČCE:

### PODPORA DECHU A DOBRÉ NÁLADY

Dechová cvičení stimulují a posilují naše vnitřní orgány, zlepšují krevní oběh a stimulují i uklidňují náš nervový systém. Proto je dobré dech u dětí podporovat pravidelně díky různým zábavným aktivitám. Písničku s podzimní tematikou můžeme použít všelijak.

Ať už jdeme opravdu pouštět draky ven, když fouká vítr, a nebo si můžeme udělat takovou menší drakiádu v místnosti s balónky, šátky, vlaštovkami. Podpoříme tak i koordinaci, pozornost, spolupráci, orientaci v prostoru. Foukáme, pinkáme si, můžeme si hrát s dynamikou, povídáme si. Všechno se počítá.

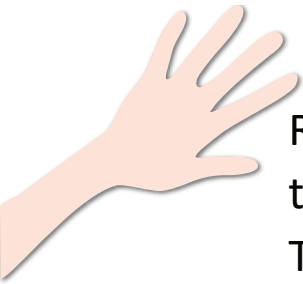
Písničku naleznete na youtube Flami, z.s. nebo na stránkách [www.myslis.com](http://www.myslis.com).



Zamotali se nám draci, pomůžeš je rozmotat?  
Najdeš kde má jaký drak konec?

# TĚLO

## NĚCO CHYBÍ, ALE CO?



Ruka, ruka, noha, noha,  
tělo a pak hlava.

Ta je těžká, to vám povím,  
krku zabrat dává.

A to moje hladké čelo  
pohladit by jistě chtělo.

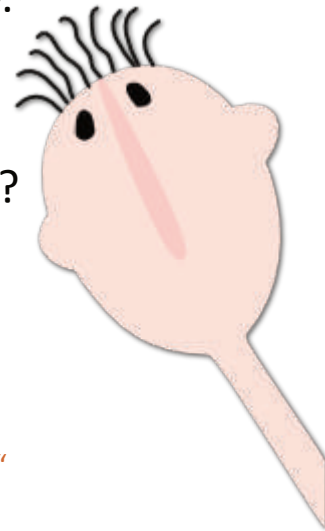
Brada, nos i oči, uši,  
takhle mi to vážně sluší.

Potom ještě moje vlasy.  
Tak se mi to líbí!

Proč mám ale pořád  
pocit, že mi něco chybí?

### PU - SA

Možnost pro rodiče k dokončení  
básničky: „Chybí přece pusinka!  
To vyřeší maminka.“ nebo „Chybí  
přece pusinka, pusinka od tatínka.“



### METODIKA K BÁSNIČCE:

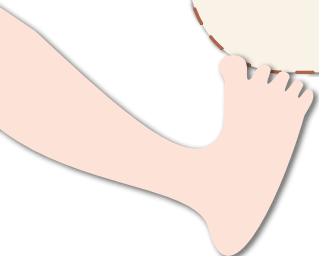
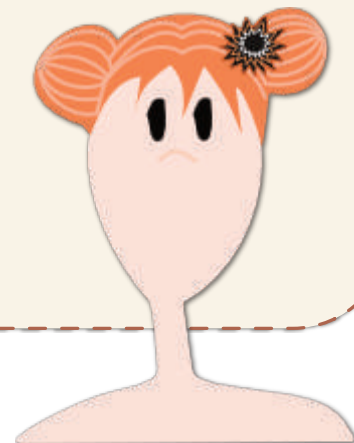
Básnička o těle pro děti 1-3 let nebo pro děti s opožděným psychomotorickým vývojem. Zvědomování svého těla, procvičování jednotlivých slovíček, podpora koordinace.

Ukazujeme/zvedáme jednotlivé části těla podle básničky. Když mluvíme o hlavě, kýveme s ní ze strany na stranu. Po několika opakováních básničky můžeme dítě zapojit více a snažíme se ho přimět k tomu, aby nám samo ukazovalo.

Děti, které jsou schopné, byť minimální verbální komunikace, se snažíme podporovat ve vyslovení zapojených slov.

Čím víc se dospěláci zapojí a hrají si s radostí, tím mají děti větší motivaci k akci.

Inspirativní video naleznete na youtube Flami, z.s.  
nebo na stránkách [www.myslislis.com](http://www.myslislis.com).



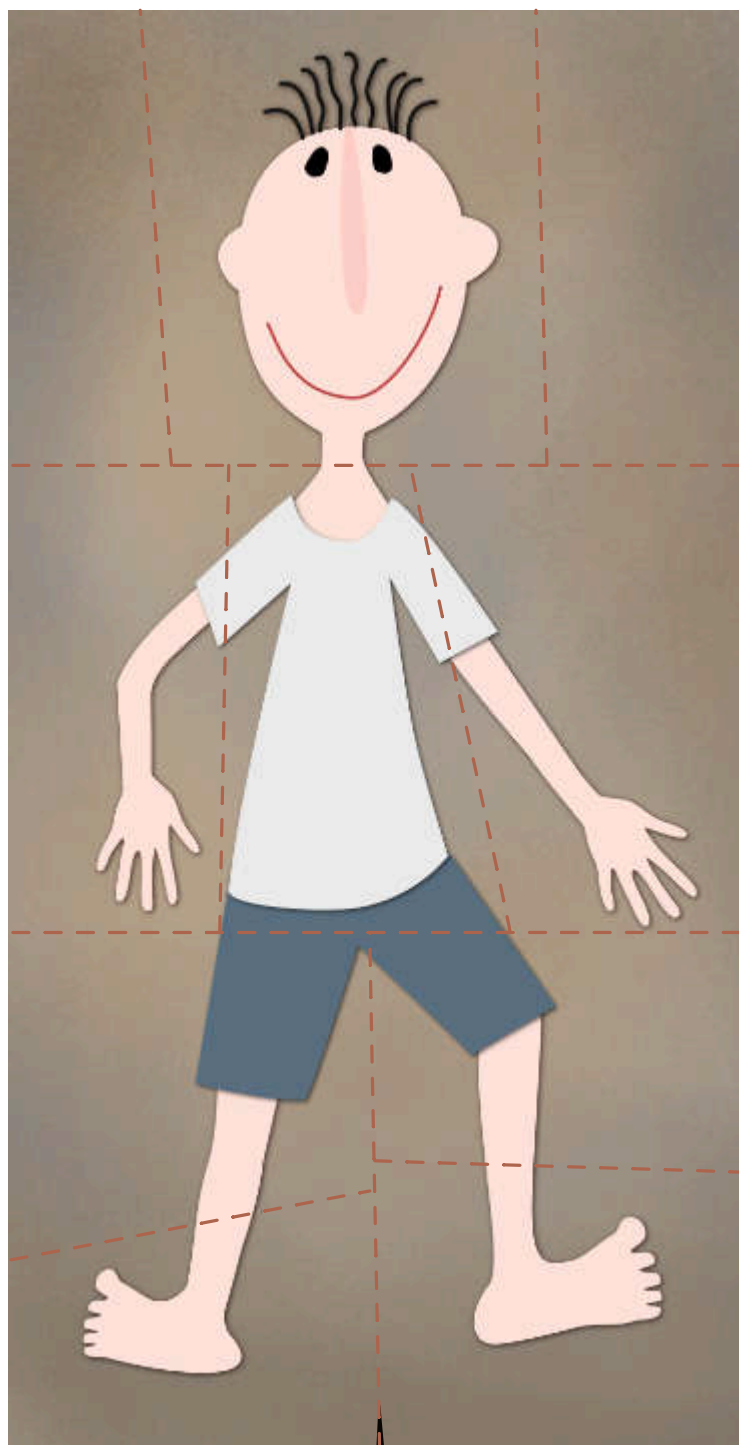
# TĚLO

## NĚCO CHYBÍ, ALE CO?

**Panáčka můžete využít hned na dvě aktivity:**

1. Vystříhnete názvy jednotlivých částí těla a s dětmi je přiřazujete k obrázku.
2. Obrázek rozstříhejte na části a skládejte puzzle.

RUKA
NOHA
TĚLO
HLAVA
KRK
ČELO
BRADA
NOS
OČI
UŠI
VLASY
PUSA



# MIKULÁŠ

## JAK ZLOBÍ ČERTI?

CE CE DG DG

ČERTI, ČERTI, ČERTI,

CE CE DG DG

ZLOBIVÝ ČERTISKA.

CE CE DG DG

JAK ZLOBÍ ČERTI?

DG DG CE CE

ZADUPOU A ZAVÝSKAJ.

CE CE DG DG

ČERTI, ČERTI, ČERTI,

CE CE DG DG

ZLOBIVÝ RARAŠI.

CE CE DG DG

JAK ZLOBÍ ČERTI?

DG DG CE CE

ZADUPOU A ZAPRÁŠÍ.

DG DG CE CE DG DG DG DG

POJĎTE SI S ČERTAMA HRÁT,

DG DG CE CE DG DG DG DG

SPOLEČNĚ SI ZABLBLAT.



Písničku naleznete na youtube Flami, z.s. nebo na stránkách [www.myslislis.com](http://www.myslislis.com).

# MIKULÁŠ

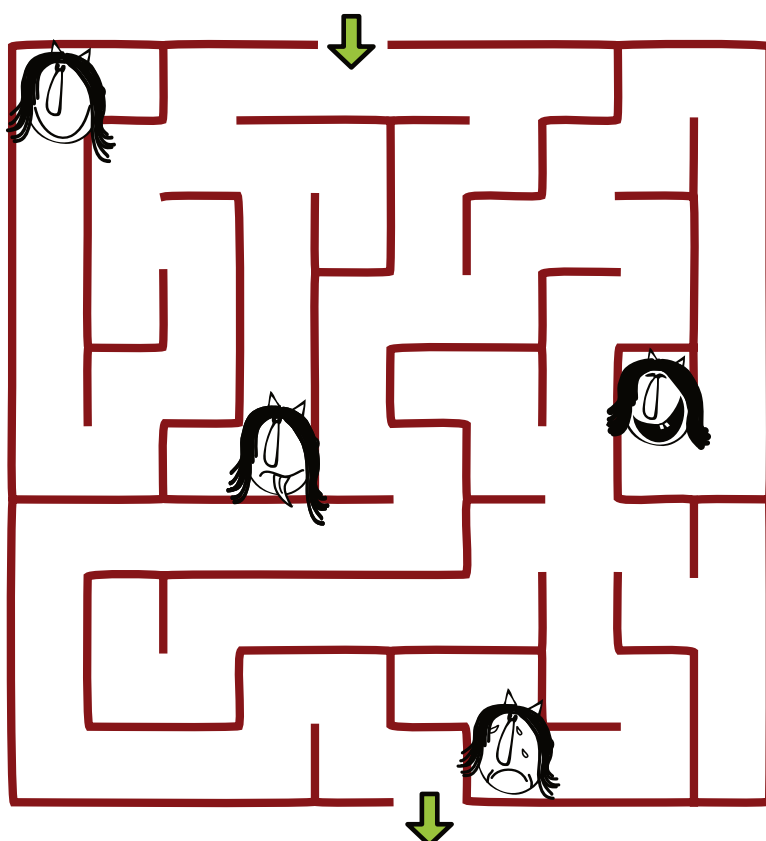
## JAK ZLOBÍ ČERTI?

### METODIKA K PÍSNÍČCE:

**DOPROVOD MOŽNÝ NA BOOMWHACKERS, LADĚNÉ ZVONKY, XYLOFON**

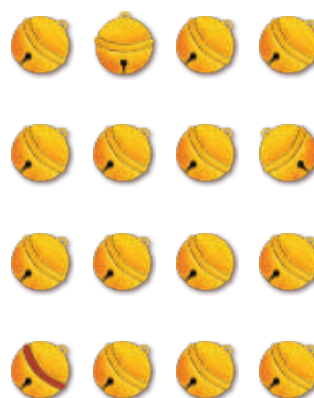
Písnička na procvičení RYTMU, DYNAMIKY, KOORDINACE, KONCENTRACE. Čerti mohou hrát na zmíněné laděné nástroje, ale zrovna tak můžeme využít jakékoliv jiné nástroje.

Čerti samozřejmě mají povoleno a dokonce se od nich očekává, že budou dupat, výskat, blblat a skákat (snožmo, na jedné noze, ze strany na stranu, nebo v řadě za sebou – podle toho, co potřebují děti trénovat). Samotným blbláním už děláme velkou službu našim mimickým svalům a každý logoped by nás za tuhle rozcvičku jistě pochválil (blblejte rychle, pomalu, tiše i nahlas-naše jazýčky to ocení a pak se odmění).



← **NAJDEŠ CESTU Z BLUDIŠTĚ?**

**POZNÁŠ, KTERÁ ROLNIČKA V ŘADĚ JE ODLIŠNÁ OD OSTATNÍCH?**





# ZIMA

## PODÍVEJ SE VLOČKA

FA FA EG CE FA FA EG

Podívej se, vločka, venku padá sních.

FA FA EG CE DF EG FA

Všude kolem zvoní dětský smích.

FA FA EG CE FA FA EG

Podívej se, vločka, volá sněhulák.

FA FA EG CE DF EG FA

Kdo si s námi počká na zážrak.

FA FA EG CE FA FA EG

Cinky linky cinky, cinky linky cink

FA FA EG CE DF EG FA

Cinky linky cinky, cinky linky cink.

### METODIKA K PÍSNÍČCE:

Jednoduchou zimní písničku si můžeme s dětmi zahrát na xylofon, boomwhackers nebo laděné zvonky. Zároveň ale můžeme využít i další nástroje, které se nám k zimě hodí. Písnička nám přináší nejen zimní tematiku, ale také zamyšlení se nad zázraky a setkání se s naší fantazií, kterou stojí za to podporovat. My si hodně o nich povídáme a pak se nám mnohem lépe ty zázraky tvoří a žijí.



Písničku naleznete na youtube Flami, z.s. nebo na stránkách [www.mylis.com](http://www.mylis.com).



# SNĚHULÁK



**POJDTE SI S NÁMI  
VYROBIT SNĚHULÁKA  
K ZAVĚŠENÍ ČI JAKO  
ZIMNÍHO KAMARÁDA.**

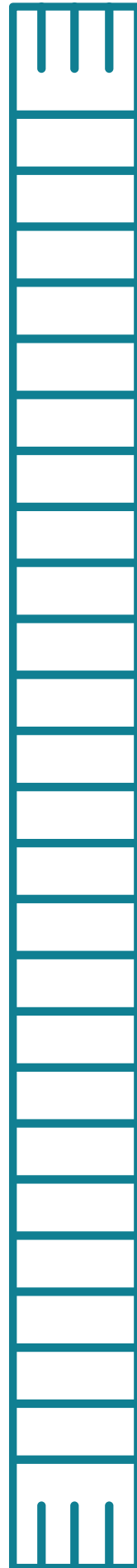
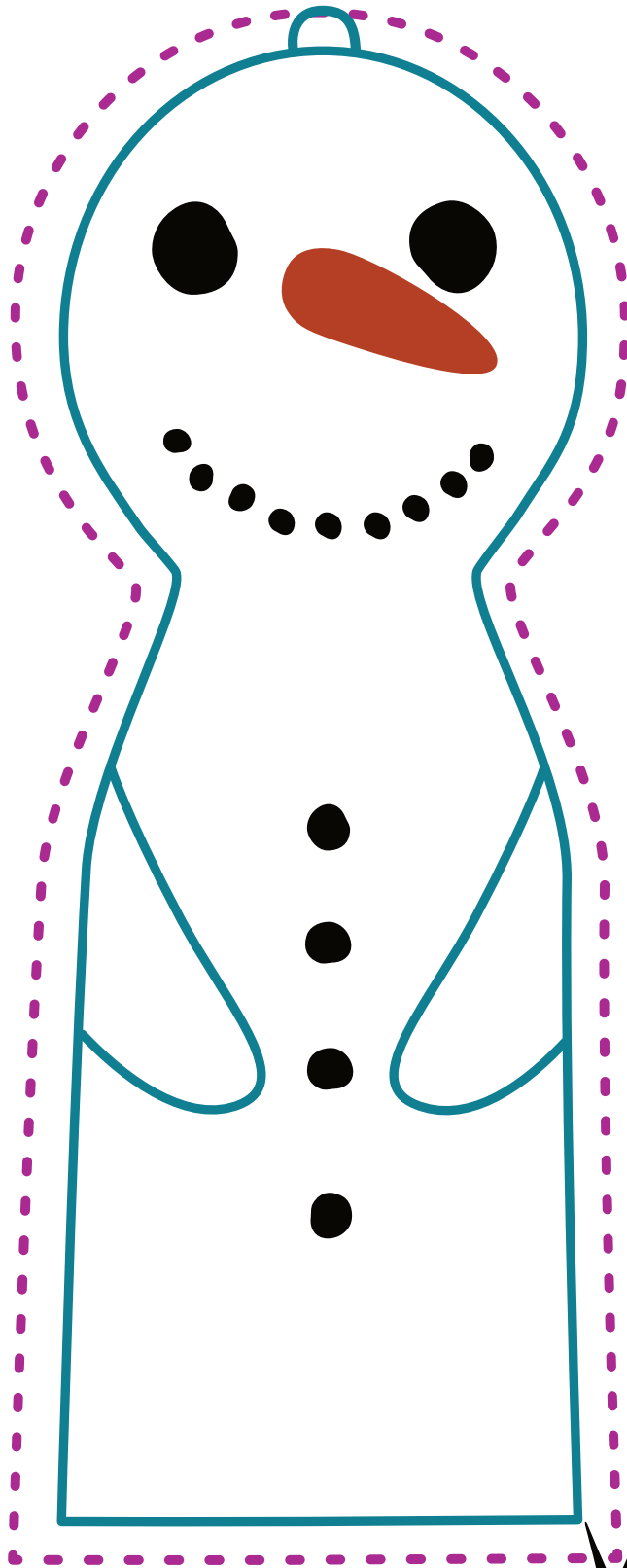
## POSTUP:

1. Vezmi bílou látku (min. 22 x 22cm), přelož ji na půl.
2. Vystřihni šablonu sněhuláka z papíru a přilož ho na látku.
3. Obkresli jej, sešpendli látku.
4. Obšij sněhuláka podle obkreslené modré čáry na šicím stroji nebo v ruce, dole jej nesešivej!
5. Obstřihni sněhuláka cca 5mm kolem dokola (podle fialové čáry).
6. Sněhuláka obrať naruby a vycpi jej vatou nebo výplní na hračky.
7. Po vyplnění sněhuláka dole sešij nebo slep za pomoci tavné pistole.
8. A teď už ho můžeš ozdobit dle své fantazie...
9. Tento vzor může posloužit i pro výrobu třeba anděla nebo jiného kamaráda... viz, fotka.



**ŠABLONU K VYSTŘIŽENÍ  
NAJDEŠ NA DALŠÍM LISTU...**

# SNĚHULÁK





# VÁNOCE

## ZVONÍ, ZVONÍ



C  
JEŽÍŠKU MILÝ, POSLOUCHEJ CHVÍLI,  
AMI G  
ZPÍVÁME PRO TEBE KOLEDU.

C  
ROLNÍČKY ZVONÍ, CUKROVÍ VONÍ,  
C DMI C G  
BUDEME ŘADIT NA LEDU.

C  
KOUZLA SE DĚJÍ, LIDÉ SE SMĚJÍ,  
DMI C G  
PŘIŠEL ČAS MILÝCH TAJNOSTÍ.

C  
TEĎ JE TA CHVILKA, ZVONEČEK CINKÁ,  
EMI DMI C  
VZDUCH VONÍ NAŠÍ RADOSTÍ.

AMI C DMI C  
R: ZVONÍ, ZVONÍ, TAK JAKO LONI,  
AMI C DMI C  
ZVONÍ, ZVONÍ, PRO NĚJ I PRO NI.



Písničku naleznete na youtube Flami, z.s. nebo na stránkách [www.myslis.com](http://www.myslis.com).

# VÁNOCE

## ZVONÍ, ZVONÍ



### METODIKA K PÍSNICĚ:

Vánoce jsou krásné a velmi bohaté téma pro povídání. Můžeme si s dětmi povídat o vánocích, zvycích, vůních, štedrovečerní večeři, „vánočních“ hudebních nástrojích, můžeme se ptát, na co se kdo těší.

Písnička nám napovídá, jaké nástroje jsou v dané chvíli nejdůležitější. Vystřídají se rolničky a zvonečky. Do refrénu můžeme zapojit např. triangel, nebo cokoliv nám přijde vhodné.

Když si atmosféru umocníme světýlky a nějakými vánočními vůněmi, docílíme milého naladění na období kouzel a zázraků. Protože (nejen) Ježíšek má rád, když se těšíme a radujeme.

A vůbec! Může vzduch vonět naší radostí? Co myslíte?

Písničku naleznete na youtube Flami, z.s. nebo na stránkách [www.myslislis.com](http://www.myslislis.com).

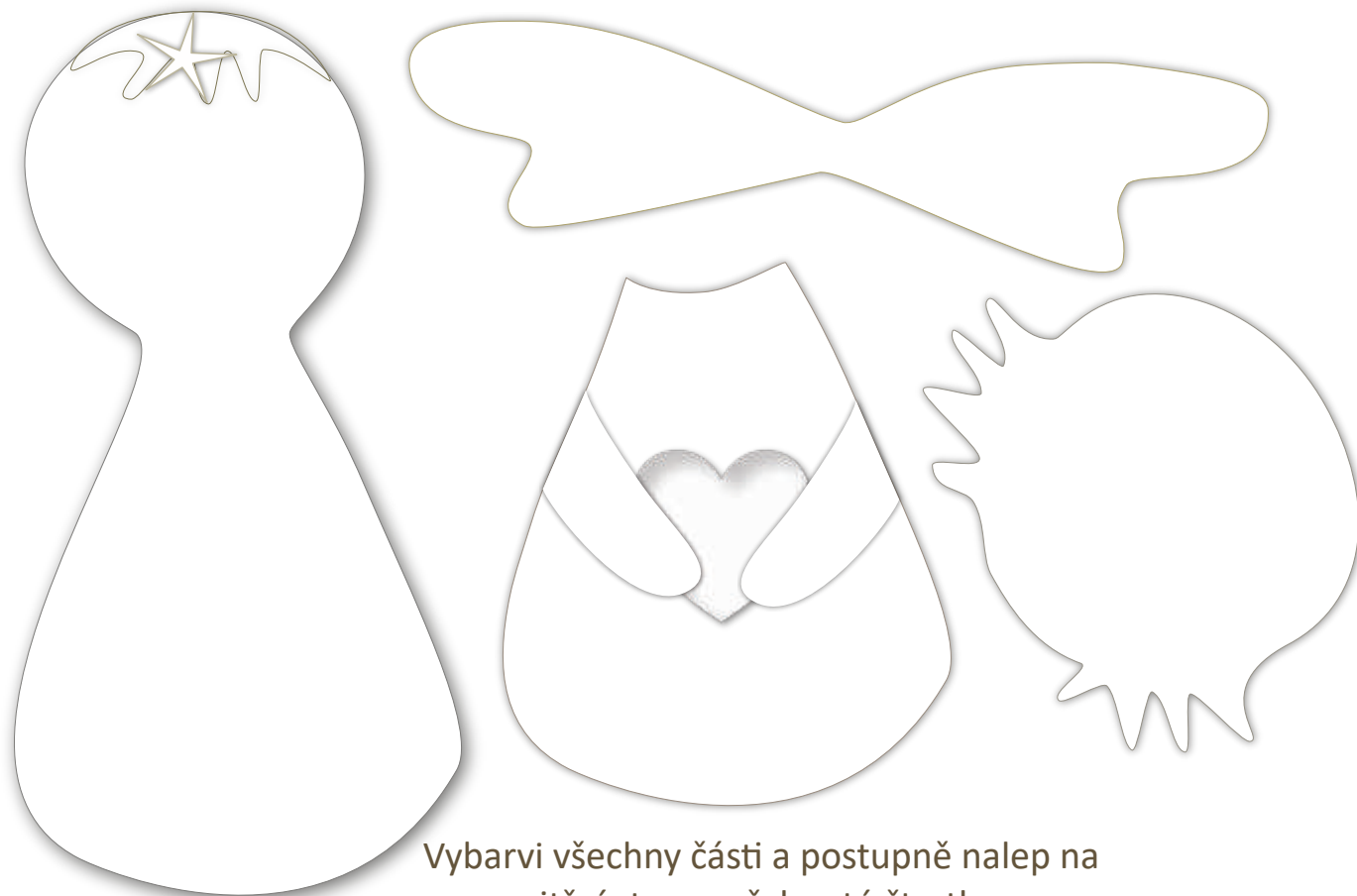




# VÁNOCE

## VÁNOČNÍ ANDĚL

Vytvoř vánočního anděla,  
přání pro někoho blízkého...



Vybarvi všechny části a postupně nalep na  
vnitřní stranu přehnuté čtvrtky...

- 1) Křídla nalep pouze  
v prostřední části, aby mohl  
anděl křídly stále hýbat...

- 2) ... teď nalep vlasy,

- 3) ... potom celé tělo,

- 4) a na závěr anděla obleč ;-)

Tak teď už víš, jak na  
to! Dalšího anděla už  
můžeš vytvořit úplně  
celého, po svém,  
včetně tvaru.





# TŘI KRÁLOVÉ



**KAŠPAR, MELICHAR, BALTAZAR!**

**KTERÝ Z TĚHLE TŘÍ JE KRÁL?**

KORUNAMI NEŠETŘÍ!

KRÁLOVÉ JSOU VŠICHNI TŘI.

**KAM CESTUJÍ? KDO TO POVÍ?**

NESOU DÁRKY JEŽÍŠKOVI.

**CO MU DAJÍ? LEPIDLO?**

ZLATO, MYRHU, KADIDLO!

**KDE HO NAJDOU? V PRÁDELNĚ?**

LEŽÍ V CHLÍVKU V BETLÉMĚ!

**TO JDOU PODLE NAVIGACE?**

S TĚBOU JE FAKT TĚŽKÁ PRÁCE!

HVĚZDA CESTU UKÁZALA,

TÍM LEGENDA ZAPOČALA.

TŘÍKRÁLOVÉ POŽEHNÁNÍ

OD TĚ DOBY LIDI CHRÁNÍ.

**A UŽ KONEC VŠEHO PTANÍ!**

DOPŘEJ MIMČU KLIDNÉ SPANÍ.



# TŘI KRÁLOVÉ



## METODIKA K BÁSNIČCE:

Opět si nejdříve můžeme o legendě Tří králů popovídat. Co to přinesli za dary? Co bychom přinesli Ježíškovi my? Co bychom my požehnali každému domu na světě, kdybychom mohli?

Básničku můžeme zdramatizovat a ztvárnit ve dvojici nebo ve dvou skupinkách jako rozhovor dvou stran. Můžeme si k naší „hře“ namalovat i rekvizity a kulisy. Např. koruny, dárky, Betlém, betlémskou hvězdu, atd.

Vše už záleží pouze na naší fantazii.

MY VÁM PŘEJEME PŘÍJEMNÉ HRANÍ A KLIDNÉ SPANÍ 😊.

J + L + MYSLIS 2024



## STÍNOVÉ PEXESO

VYSTŘIHNÍ  
JEDNOTLIVÉ  
ČÁSTI. PROMÍCHEJ  
JE A ZKUS  
POSKLÁDAT  
K SOBĚ  
PO DVOJICÍCH.

AŽ JE BUDEŠ  
VŠECHNY ZNÁT,  
OPĚT JE  
PROMÍCHEJ.  
POLOŽ  
OBRÁZKEM DOLŮ  
A STEJNĚ JAKO  
KDYŽ HRAJEŠ  
PEXESO. HLEDEJ  
DVOJICE.

Hrou podpoříte paměť a zrakovou percepci.

# VALENTÝN

## SVÁTEK ZAMILOVANÝCH

Písnička na melodii Prší, prší

Právě držím ve své ruce  
jedno velké, krásné srdce,  
které ti chci z lásky dát,  
radost ti tím udělat.

Právě držíš ve své ruce  
poskládané, krásné srdce,  
můžeme ho otevřít,  
aby mohlo pohladit.



### METODIKA K PÍSNÍČCE:

V naší zemi někdo Valentýna slaví a někdo zase vůbec. Ale my vám chceme nabídnout, že nemusíme vyjádřit to, že někoho máme rádi, jenom jeden den v roce. My to můžeme dělat každý den! A to je báječná zpráva. Proto si můžete kdykoliv vytvořit srdíčko, nakreslit do něj hezký obrázek nebo napsat hezká slova a někomu jej darovat.

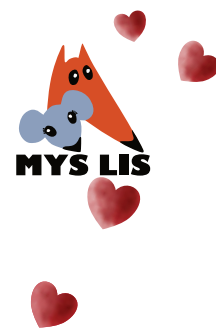
A k tomu si můžete zazpívat písničku na známou melodii lidové písničky Prší prší.

Když nebudeme mít vyrobené srdíčko, ale budeme si chtít písničku zazpívat, tak můžeme srdce "jako" schovat do dlaní, předat ho "jako" tomu druhému a v závěru písničky dlaně rozpojit a pohladit "opravdu" toho, s kým písničku zpíváme :-).

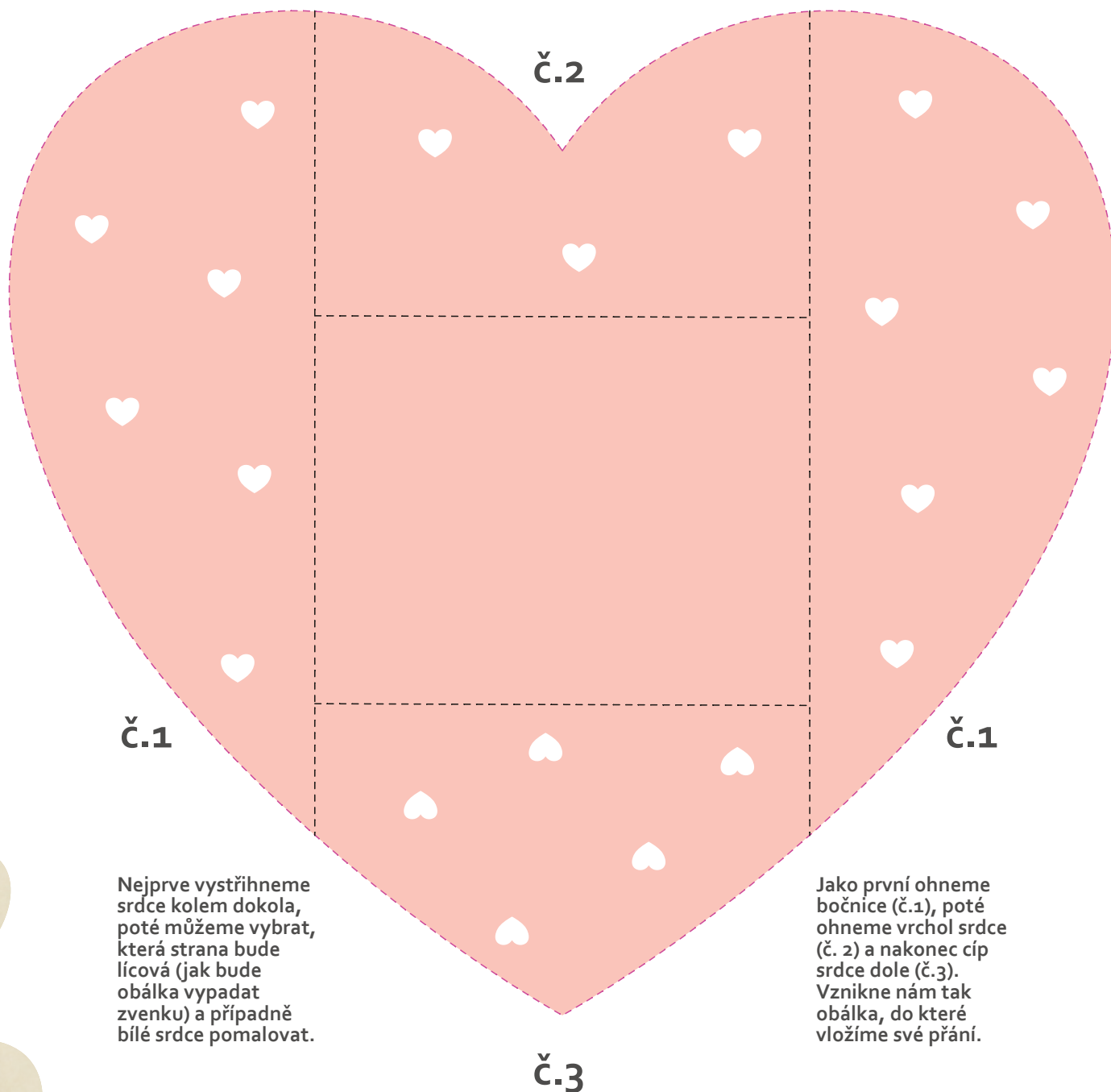


# VALENTÝN

## SVÁTEK ZAMILOVANÝCH



### Valentinská obálka na přání



Nejprve vystříhneme srdce kolem dokola, poté můžeme vybrat, která strana bude lícová (jak bude obálka vypadat zvenku) a případně bílé srdce pomalovat.

Jako první ohneme bočnice (č.1), poté ohneme vrchol srdce (č. 2) a nakonec cíp srdce dole (č.3). Vznikne nám tak obálka, do které vložíme své přání.

Vzkaz do obálky nemusí být dlouhý, vždyť pár slovy můžeme říct tak moc...

# BARVY

## KOLIK MÁME BAREV NA SVĚTĚ?

Zpíváme na melodii písničky *Kočka leze dírou*.

**KOLIK MÁME BAREV NA SVĚTĚ, NA SVĚTĚ?**

**JEDNA VEDLE DRUHÉ HŘEJE TĚ,  
JEDNA VEDLE DRUHÉ HŘEJE TĚ.**



### METODIKA K PÍSNIČCE:

Písničku můžeme použít např. jako rozpočítadlo a na koho to padne, ten nám řekne třeba jednu věc v určité barvě nebo nám tu kterou barvu přinese. Písnička se dá také využít na trénink rytmu a pozornosti a při zpěvu si mezi sebou můžeme házet do rytmu např. míčem. Můžeme si o barvách povídat, hledat je kolem sebe.

My písničku využíváme často jako úvodní aktivitu na zpřítomnění a sladění se ve skupince. Začínáme díky ní často téma, kterému se chceme věnovat a nemusí se týkat pouze barev. Rozpočítadlo nám dává tu možnost, že ten, kdo má poslední míč v ruce, třeba odpovídá na předem určenou otázku. Např. Co mi dělá radost? Jaké zvíře mám nejraději?

Určitě vymyslíte ještě spoustu dalších aktivit, jak písničku využít.

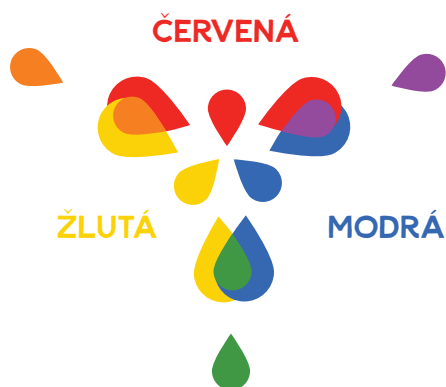
Přejeme vám hezké, barevné hraní.

Písničku naleznete na youtube [Flami, z.s.](#)  
nebo na stránkách [www.myslislis.com](http://www.myslislis.com).



# BARVY

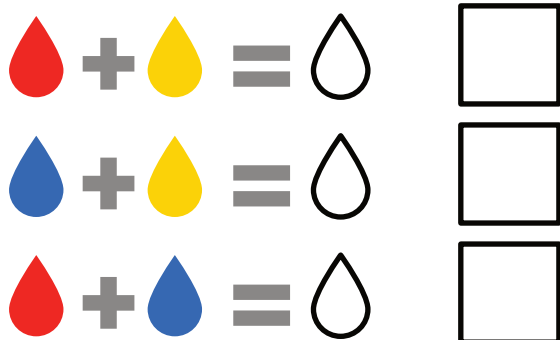
## KOLIK MÁME BAREV NA SVĚTĚ?



ZÁKLADNÍ BARVY:



DOPLŇKOVÉ BARVY:



Můžeme si odpovědět na otázky:

Jakou mám nejraději barvu?



Která barva mě nejvíce zahřeje?



Která barva na mě působí studeně?



Kterou barvu bych přiřadil/a k „RADOSTI“.





## KOMINICKÁ PÍSNIČKA

Písnička s pohybem na podporu koordinace, rytmu, spolupráce a šťastné nálady

C G

Zazpívej si každý s námi

C G

kominickou písničku

C G

zadupej si, zatancuj si

C G C

na veselou notičku.

G

Když se umíš smát,

C G

můžeš radost rozdávat.

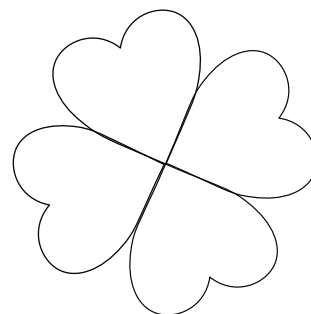
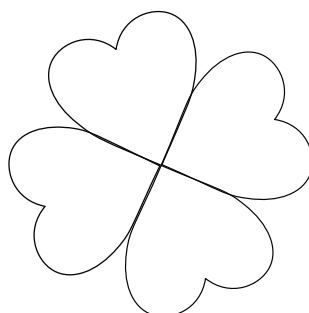
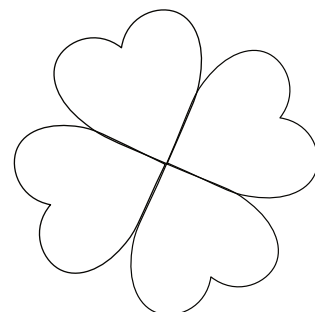
C G

Když vidíš hezký svět

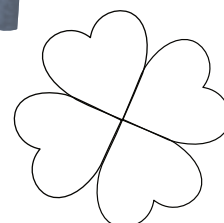
C G C

můžeš štěstí přinášet.

Písničku naleznete na youtube Flami, z.s.  
nebo na stránkách [www.myslislis.com](http://www.myslislis.com).



VYBARVI SI  
ČTYŘLÍSTEK  
PRO ŠTĚSTÍ!



# ŠTĚSTÍ

## 20. 3. - DEN ŠTĚSTÍ

### METODIKA K PÍSNÍČCE:

Kominíci prý přináší štěstí. Tuhle písničku se kominík Kuba naučil ve světě, když tam hledal štěstí. Pak se vrátil ke své Andulce do rodné vesničky a naučil ji všechny své sousedy a hodně s nimi nad štěstím přemýšlel.

**Jak vlastně to štěstí vypadá? Jak ho poznáme?  
Má každý to štěstí stejné?  
Má nějakou barvu?  
Co je to moje štěstí?  
Můžeme ho nějak rozdávat?**

Písničku můžeme doplnit pohyby. Některé nám písnička sama napovídá, můžeme ale přidat např. pohyby do strany (krok sun krok), otáčení se do kola (podpořit pravolevou orientaci), společný tanec v kruhu, tleskání do rytmu (nebo hra na dřívka a jiné perkuse), atd. Zapojíme cokoliv, co děti potřebují trénovat.

PŘIPRAV SI HRACÍ KOSTKU:	
6	PADNE-LI ČÍSLO 6, VYJMENUJ 6 BAREV, KTERÉ VIDÍŠ KOLEM SEBE.
5	PADNE-LI ČÍSLO 5, VYMYSLI PĚT ČINNOSTÍ, KTERÉ DĚLAŠ MOC RÁD.
4	PADNE-LI ČÍSLO 4 VYJMENUJ ČTYŘI KVĚTINY, KTERÉ KVĚTOU ŽLUTĚ.
3	PADNE-LI ČÍSLO 3 VZPOMEN SI NA TŘI BLÍZKÉ OSOBY, SE KTERÝMI JE TI DOBRĚ.
2	PADNE-LI ČÍSLO 2, VYJMENUJ ALESPŇ DVĚ ZVÍRATA, KTERÁ NOSÍ ŠTĚSTÍ.
1	PADNE-LI ČÍSLO 1, VYMYSLI JEDNU VĚC, KTEROU MŮŽEŠ ZMĚNIT, ABY TI PRAVĚ TED BYLO LIP.
K JEDNOTLIVÝM ČÍSLŮM SI MŮŽETE VYMYSLĚT DALŠÍ ÚKOLY.	



**POPOVÍDEJ SI S  
DOSPĚLÁKY, CO TI  
PŘINÁŠÍ ŠTĚSTÍ. PŘI  
JAKÉ ČINNOSTI SE  
CÍTÍŠ ŠTASTNÝ,  
NEBO  
V PŘÍTOMNOSTI  
KOHO JSI  
ŠTASTNÝ...**



F C Dmi  
Jaro už nám voní pod nos, všechno  
C  
rozkvétá.

F C Dmi C F  
Zima už si balí kufry, na rok odlétá.

F C Dmi C  
Příroda už jarem pučí, slunce zahřeje.  
F C Dmi C F  
Včelky kolem uší bzučí, každý zaseje.

G C G C  
Jaro tu máme/ Jaro tu máme

G C G C  
Tak zaspíváme/ tak zaspíváme

F C Dmi C

Zvířátka se probouzí ze spánku zimního

F C Dmi C F  
Ježek zas už dupe na hra-boše polního.

F C Dmi C

Pro radost nám zpívaj ptáci jarní písničku

F C Dmi C F

Samečci však zpívaj hlavně pro svou samičku.

*(možnost hrát na xylofon, boomwhackers, zvonky)*

Písničku naleznete na youtube Flami, z.s. nebo na stránkách [www.myslislis.com](http://www.myslislis.com).



# JARO



## METODIKA K PÍSNIČCE:

Jaro už samo o sobě přináší spoustu barev, jevů, činností, o kterých si můžeme dlouho povídat a tím se naladit do jarní, prosluněné nálady.

Písnička v sobě nese záměr zapojit děti do společné tvorby. V refrénu JARO TU MÁME, TAK ZAZPÍVÁME se mohou děti zapojit hrou na barevné, laděné zvonky, nebo na boomwhackers, případně můžeme nabídnout i xylofon (nosné jsou tóny G a E). Větší skupince můžeme nabídnout jakákoliv chřestidla či rytmické nástroje a trénovat tak zároveň s písničkou smysl pro rytmus.

Na závěr můžeme potrénovat trošku naši sluchovou percepci a na některá slovíčka, která děti do povídání přinesou vytvořit rýmy. Třeba nám vznikne úplně nová písnička 😊.

Např. KYTIČKA – PÍSNIČKA; SLUNÍČKO – JABLÍČKO, PŘÍRODA - JAHODA

## Jarní sázení ze semínek

1. Co k sázení potřebujeme? Semínka, zem, vodu a ještě kousek vaty a cedník. Jaká semínka? Nemusíte přímo běžet do zahradnictví. Stačí nakouknout k mamce do spíže. Parádně klíčí třeba zelený hrách nebo slunečnicová semínka (přebytky obojího, co nezasadíme, můžeme sníst ;-)).
2. Semínka nejprve namočíme, necháme je namočené klidně celou noc, ráno slijeme vodu, semínka přes cedník propláchneme. Můžeme je v cedníku nechat a tak 2x za den prolít vodou. Aby měla semínka tmu a teplo, přikryjeme je kouskem vaty nebo odličovacím tampónem.
3. Druhý nebo třetí den už vidíme první klíčky. Stále pokračujeme v proplachování. Když už je klíček dostatečně velký, můžeme vzít malý květináč, truhlík nebo kelímek, nasypeme do něj zem, do země uděláme malý důlek a klíčící semínko do něj vložíme a hlínu zahrneme.
4. Teď už jen občas zaléváme a sledujeme, jak nám postupně rostlinky rostou před očima.





# APRÍL

## 1. 4. - DEN, KDY JE VŠE MOŽNÉ

DĚTI MĚLY VE ŠKOLE NAPSAT KRÁTKÝ PŘÍBĚH.  
JULINKA SE OŠÍVALA V LAVICI. DRBALA SE NEJPRVE  
ZA LEVÝM A PAK HLED ZAS ZA PRAVÝM UCHEM...

A PAK NAPSALA: BYLO NEBYLO A ASI SPÍŠ BYLO  
NEMALÉ, NEVELKÉ KRÁLOVSTVÍ. V NĚM BYDLELA...

PANÍ UČITELKA SI DLOUZE POVZDECHLA NAD TAK  
KRÁTKÝM PŘÍBĚHEM...

### POMŮŽETE JULINCE PŘÍBĚH DOKONČIT?

MŮŽETE NAPSAT DO PŘIPRAVENÝCH ŘÁDKŮ  
A NEBO JEN VYPRÁVĚT

BYLO NEBYLO A ASI SPÍŠ BYLO, NEMALÉ, NEVELKÉ  
KRÁLOVSTVÍ. V NĚM BYDLELA...

.....

.....

.....

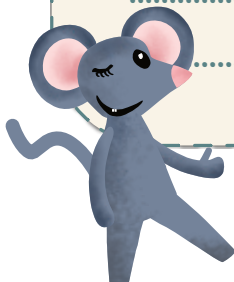
.....

.....

.....

.....

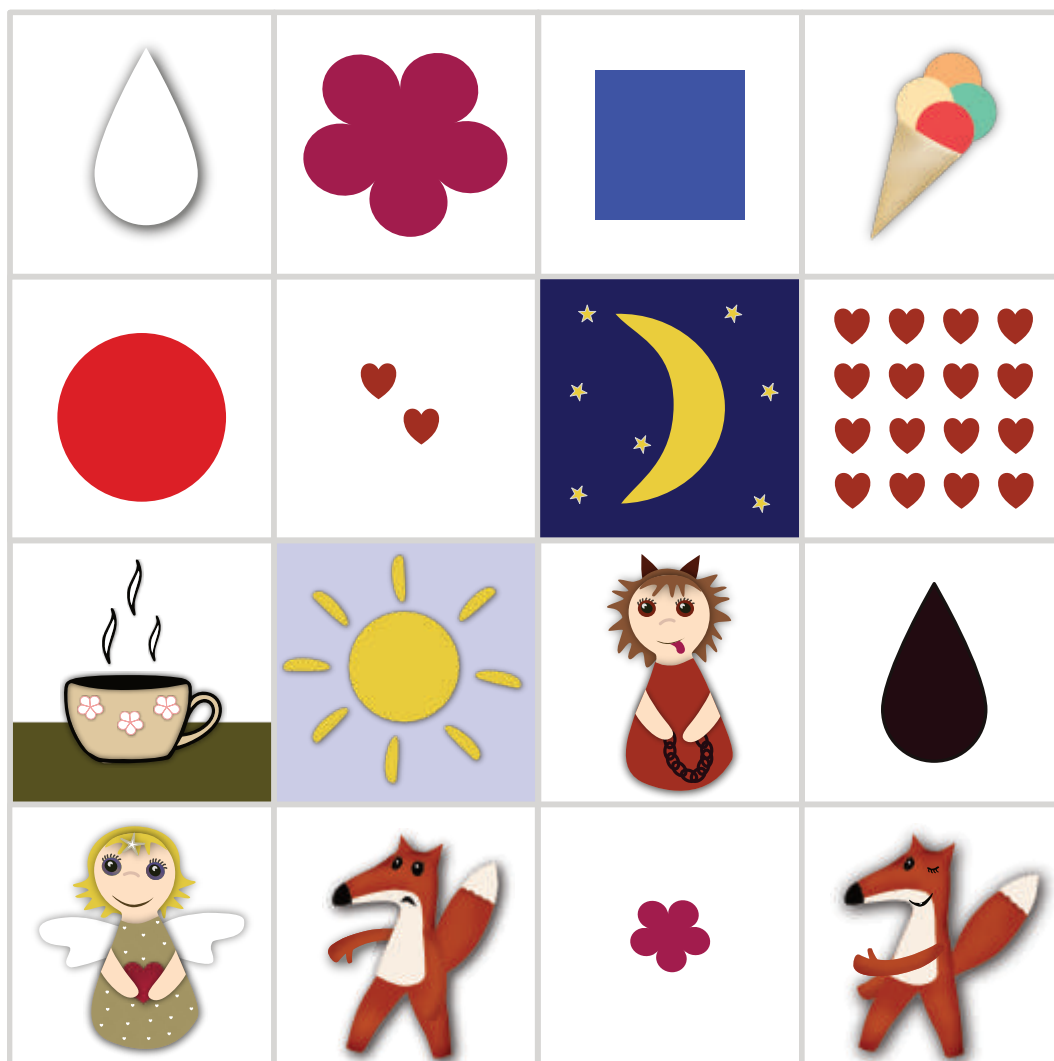
.....





# APRIL

1. 4. DEN JE VŠE MOŽNÉ



1. NAJDETE KARTIČKY S PROTIKLADNÝMI (OPAČNÝMI) VÝZNAMY? KARTIČKY SI VYSTŘIHNĚTE A PŘIŘADTE DVOJICE K SOBĚ.

2. TAKÉ MŮŽETE S KARTIČKAMI HRÁT PEXESO (OTOČÍTE JE OBRÁZKY DOLŮ A PO DVOJICÍCH OTÁČÍTE).

3. KARTIČKY NÁHODNĚ SEŘADÍTE ZA SEBOU (TŘEBA 5 KUSŮ) A MŮŽETE Z NICH VYTVOŘIT PŘÍBĚH. MŮŽETE SE TAKÉ STŘÍDAT A KAŽDÝ NAVÁŽE S PŘÍBĚHEM NA PŘEDCHOZÍHO HRÁČE. PAK SI VYTÁHNE KARTIČKU DALŠÍ A POKRAČUJE S VYPRÁVĚNÍM PŘÍBĚHU.

# VELIKONOCE



## VELIKONOCE Z POHLEDU SLEPICE

Písničku můžete najít na youtube Flami, z.s.

C F G

Slepice sedí v kurníku a vejíčka svá chrání.

C F G C

Jen se hospodář přiblíží, je slyšet kokodání.

F C G C F C G C  
Ko ko ko ko dám, já vejce spočítám.

Ko ko ko ko kó, dej pozor na oko.

F C G C F C G C  
Však nejsem skrblice, budeš mít kraslice.

Jsem dobrá v klování, kuřátka ubráním.

F C G C F C G C  
Ko ko ko ko kó, vajíček bude sto.

Ko ko ko ko dák, dej pozor na frňák,

F C G C F C G C  
Padesát ti jich dám, padesát vychovám.

jsem dobrá v klování, kuřátka ubráním.

C F G

Hospodář slušně zaprosí, že přijdou koledníci.

C F G C

A že by rád dal každému alespoň po kraslici.

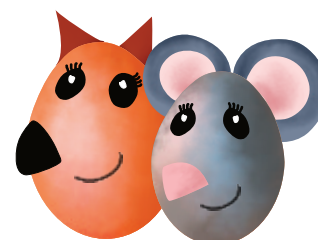
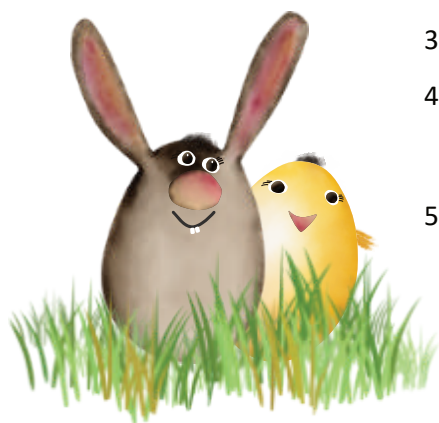
Písničku naleznete na youtube Flami, z.s. nebo na stránkách [www.myslislis.com](http://www.myslislis.com).



# VELIKONOCE



1. Která vajíčka nemají druhé stejně barevné vajíčko do páru? Kolik vajíček nemá dvojíčku?
2. Které vajíčko ti připomíná nějaké ovoce/zeleninu? Domaluj mu pecku, stopku, lístek, apod.
3. Které vajíčko dokážeš přetvořit ve zvířátko? Namaluj ho!
4. Máš rád velikonoční svátky? Ať už ano nebo ne, vyber si jedno z vajíček a nakresli mu obličej, který bude vyjadřovat, tvůj vztah k Velikonocům.
5. Určitě ti zbyla ještě nějaká vajíčka nepokreslená, máš-li chuť, nějak netradičně je vyzdob.



# DEN ZEMĚ

22. 4. - DEN ZEMĚ

FÚÚÚÚ A FÍHÁÁÁÁ, TO TO FUČÍ,  
MELUZÍNA KOLEM HLUČÍ.  
ZA MALÍCKÝ OKAMŽIK  
ROZTOČÍ SE VĚTRNÍK.

FÚÚÚÚ A FÍHÁÁÁÁ, STÁLE VÍCE,  
VÍTR - TEN MÁ VELKÉ PLÍCE,  
TO TO FOUKÁ! SVĚT SE TOČÍ  
NA VESMÍRNÉM KOLOTOČÍ.

## METODIKA K BÁSNÍČCE:

Další zábavná aktivita, díky které můžeme podpořit náš dech. Můžeme foukat do větrníku nebo do šátků, které tak mohou kolem nás poletovat.

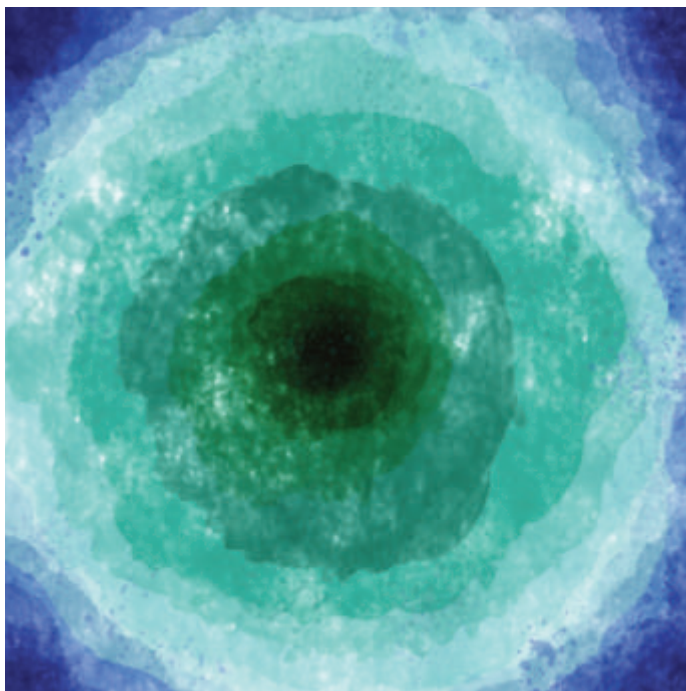
Pokud ale potřebujeme spíše podpořit spolupráci, nebo orientaci v prostoru, pravo-levou orientaci, atd. – můžeme se chytit za ruce, říkat básničku a točit se dokola na jednu a na druhou stranu.

Případně na Fúúúú můžeme např. dávat ruce nahoru a na Fííííhááá zase dolů (nebo jít do kruhu a zpět – jako u Pásla ovečky). Tohle už je zcela na vás!



# DEN ZEMĚ

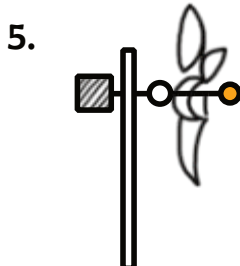
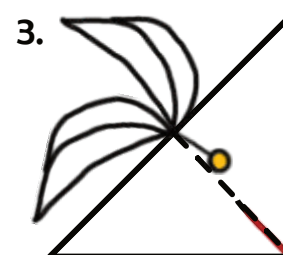
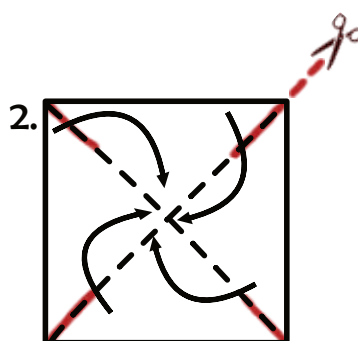
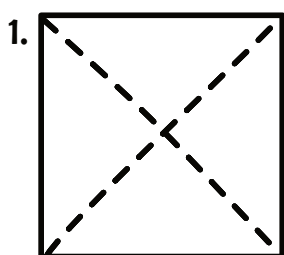
## 22. 4. - DEN ZEMĚ



## DUHOVÝ VĚTRNÍK



NÁVOD NA VÝROBU:



# DEN MATEK

## DRUHÁ KVĚTNOVÁ NEDĚLE

### Písnička pro maminky

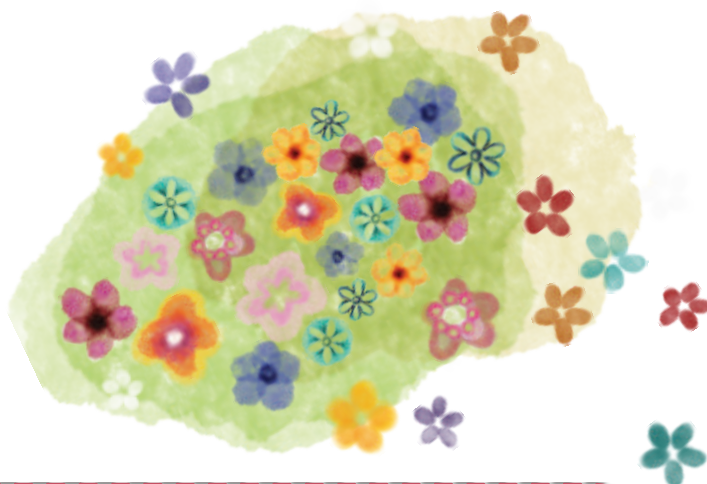
C G  
Maminko moje nejmilejší,  
F G C  
Zazpívám ti písničku.

C G  
Maminko moje nejmilejší,  
F G C  
Poslouchej mě chvíličku.

C G  
Někdo má síťku na motýli,  
F G C  
Já si chytám úsměvy.

C G  
Někdo se balí do spacáku  
F G C  
A já zase do něhy.

Ami C  
Když oči tvé mě pohladí,  
F G  
Já pak můžu klidně spát.  
C G  
A vím, že svět je rázem hezčí,  
F G C  
Když má jeden druhého rád.



### METODIKA K PÍSNÍČCE:

Tuhle písničku nemusíme maminkám zpívat jen na den matek, ale kdykoliv, kdy je budeme chtít potěšit.

A když budeme chtít přidat sloku i pro tatínky (ať už na den otců, nebo jen tak někdy pro radost), tak můžeme jen místo „maminko moje nejmilejší“ zpívat „tatínku, ty můj nejmilejší“.

Písničku naleznete na youtube Flami, z.s. nebo na stránkách [www.myslislis.com](http://www.myslislis.com).

# DEN MATEK

## DRUHÁ KVĚTNOVÁ NEDĚLE

POUKÁZKA PRO MAMINKU



POMOC V KUCHYNI

---

NĚKDY JE TOHO NA MAMINKY TROCHU MOC A TŘEBA BY JIM HODNĚ POMOHOLO. KDYBYSTE JIM NACHYSTALI TROŠKU NETRADIČNÍ DÁREK.



POUKÁZKA PRO.....



PŘIPRAVTE PRO MAMINKU DÁREK POMOCI.



POUKÁZKA PRO.....



VYMYSLETE, JAKÝ DRUH POMOCI BY MAMINKA OCENILA. VYNECHTE TO, S ČÍM BĚŽNĚ DOMA POMÁHÁTE.



POUKÁZKA PRO.....



MŮŽETE VYUŽÍT POUKÁZKY NEBO NAMALOVAT OBRÁZEK S ČÍM MAMINCE POMŮŽETE.



POUKÁZKA PRO.....





# DEN RODINY

15. KVĚTEN

## MILÁ BABI, MILÝ DĚDO

C F  
Milá babi, milý dědo,  
G C  
přicházíme za Vámi.

F  
A když Vám třeba někdy bude šedo,  
G C  
zahřejem Vás barvami.

C F  
Na dálku Vás objímáme  
G C  
a prosíme o úsměv.

C F  
Věříme, že s Vámi dáme  
G C  
na dálku i zpěv.

C G  
Jsme stále spolu,  
C G  
nic nás nerozhází.

C G  
I kdyby na severním pólu  
F G C  
ocitli jsme se.

C G  
Jsme stále spolu,  
C G  
nic nás nerozhází.

C G  
I kdyby svět byl hlavou dolů,  
F G C  
všechno zvládne se!

Písničku naleznete na youtube Flami, z.s. nebo na stránkách [www.myslis.com](http://www.myslis.com).

### METODIKA K PÍSNÍČCE:

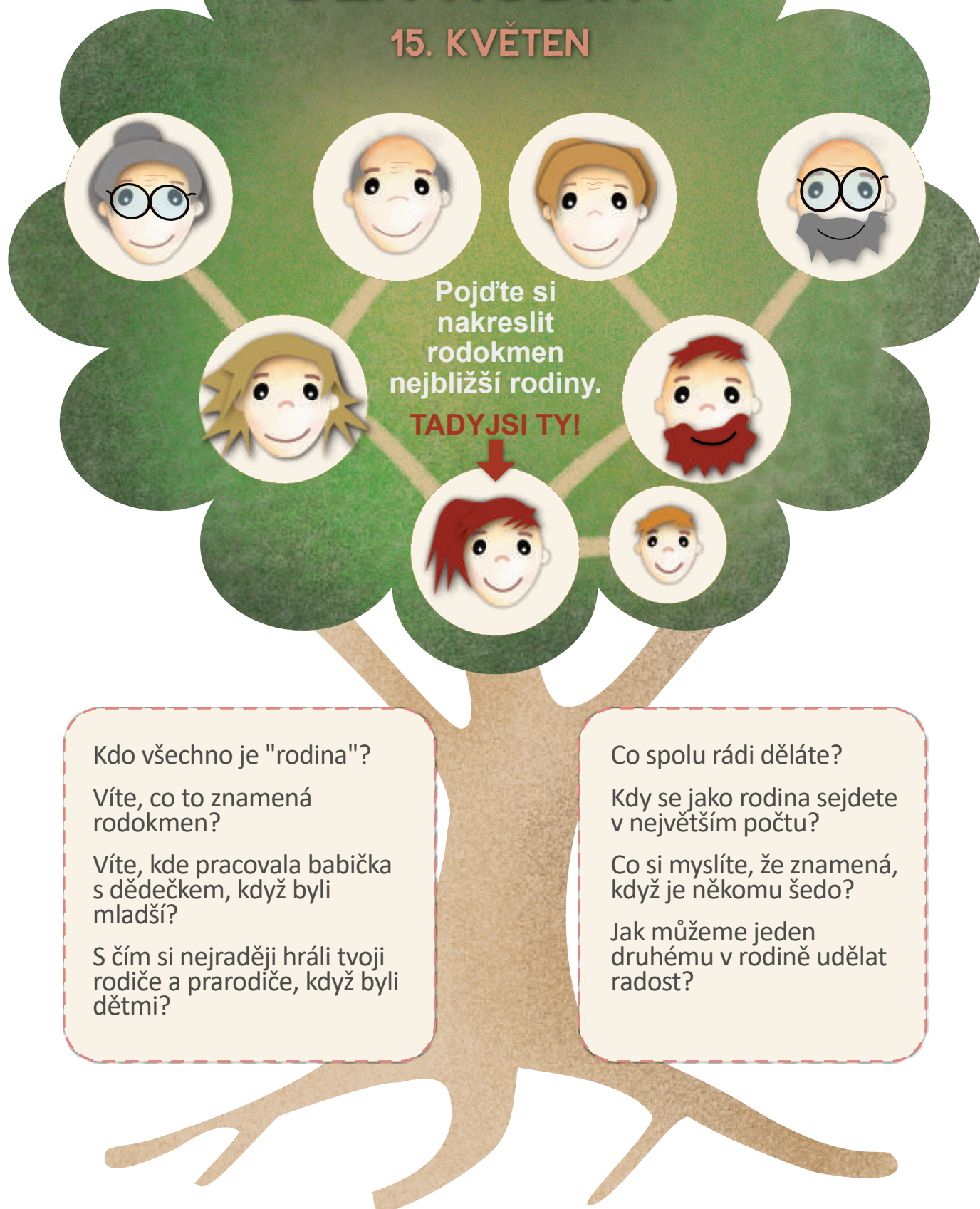
CO VÍME O RODINĚ? POJĎME SI CHVILIČKU POVÍDAT...

Je to fajn si rodinu hýčkat. Na následující stránce najdete otázky týkající se rodiny. Na některé otázky možná nedokážou odpovědět ani dospěláci. Čas, kdy se ptát, je omezený, tak se ptejte co nejdříve na všechno, co nás zajímá :-).



# DEN RODINY

15. KVĚTEN



Pojďte si  
nakreslit  
rodokmen  
nejbližší rodiny.

**TADYJSI TY!**

Kdo všechno je "rodina"?

Víte, co to znamená  
rodokmen?

Víte, kde pracovala babička  
s dědečkem, když byli  
mladší?

S čím si nejraději hráli tvoji  
rodiče a prarodiče, když byli  
dětmi?

Co spolu rádi děláte?

Kdy se jako rodina sejdete  
v největším počtu?

Co si myslíte, že znamená,  
když je někomu šedo?

Jak můžeme jeden  
druhému v rodině udělat  
radost?



## 1. ČERVEN

### SUPERHRDINOVÉ

C G  
Kdo je vlastně superhrdina?

C G  
Tam naše výprava – tam začíná.

F C G C  
Otázky si klademe, ne že ne.

F C G C  
Otázky si klademe, ne že ne.



Složte si podle návodu  
papírovou lodku...

Nemusíš být Batman ani Superman,  
Abys mohl hrdinou být zván.  
Chce to ale odvalu vzít velikou do svých rukou.  
Chce to ale odvalu vzít velikou do svých rukou.

...napište své  
přání a vložte jej  
do loďky...

F C G C  
R: Super, Super, Superhrdina, své schopnosti dobře zná,

F C G C  
Super, Super, Superhrdina. TO JSEM PŘECE JÁ.

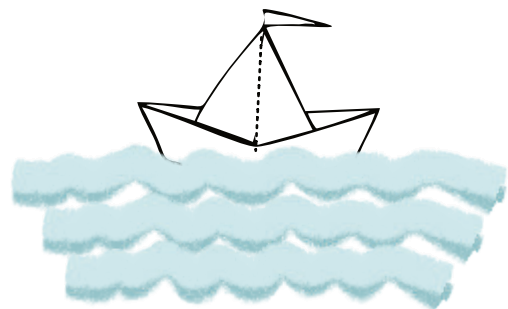
F C G C  
Super, Super, Superhrdina, překážky vždy překoná,

F C G C  
známe Super, Super, Superhrdiny. TO JSME PŘECE MY.

... pošlete loďku  
po vodě, ať se  
přání plní!

Hrdina se v rohu nekrčí,  
Ze svých chyb se vždycky poučí.  
Je to dobrý kamarád, umí se smát.  
Je to dobrý kamarád, má život rád.

Jestli se chceš stát hrdinou,  
Máme radu snad jen jedinou.  
Jednej, jak ti srdce napoví. Srdce totiž všechno ví.  
Jednej, jak ti srdce napoví. Srdce všechno ví.

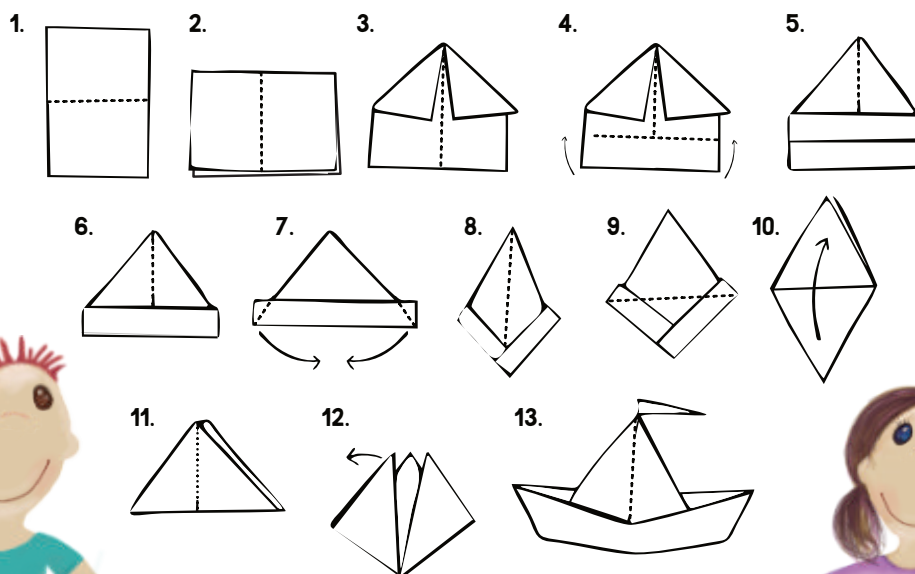


R: Super, Super, Superhrdina, .... [Písničku naleznete na Youtube v albu s názvem Jindra Bartošová a Myšlišáci.](#)



# DEN DĚTÍ

1. ČERVEN



## METODIKA K PÍSNÍČCE:

podpora sebepojetí, fantazie, rytmu, zvědomování jednotlivých slov

U malých dětí nebo dětí s poruchou komunikace usilujeme o zapojení jasných pohybů a gest (houpání ze strany na stranu, hraní na chřestidla, na bubny nebo na tělo, ukazování JÁ/TY/MY, rozvibrování zvuku jemným bubnováním na hrudník při vyslovování slova JÁ, atd.)

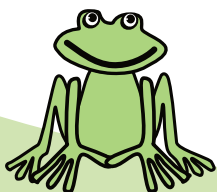
S předškolními dětmi si můžeme pravidelně povídat o tom, kdo je vlastně hrdina, jaké hrdinské činy máme za sebou, jestli jsme udělali i nějakou chybu a co můžeme zlepšit.

Děti se inspirují a motivují i příběhy dospěláků, proto se nebojme s dětmi sdílet i naše vlastní chyby nebo hrdinské činy 😊.

Jakou SUPERSchopnost byste chtěli mít, abyste mohli dělat svět lepší?  
A jakou SUPERSchopnost už máte teď?

# STATEK

Představte si, milé děti, že na našem statku, došlo dneska, hnedle zrána, k velikému zmatku. Utekla nám do okolí spousta našich zvířátek. Zkusíme je, prosím, spolu dostat zpátky na statek?



Když uvidíš černou **kočku** s jednou bílou tlapičkou, pošli ji hned k našim dveřím, tam chodívá na mlíčko.



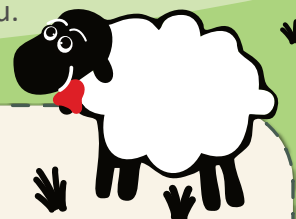
**Kozu** Lízu poznáš podle dlouhých vousů na bradě, podrbej jí za růžkama, půjde s tebou k ohradě.

Když zahlédneš černé fleky rychle běžat po poli, to je náš **pes** a ten bydlí v boudě vedle stodoly.

Až uvidíš **koníka** co v tlamě chroupe pampelišku, nalákej ho do stodoly, on se svalí do pelíšku.

Zvládneme i malé **žabky** přenést blíže k rybníčku? Kapr už se na ně těší. Má rád jejich písničku.

Už jen k Líze do ohrádky nahnat bílou **ovečku**. HURÁ! Zvířátka jsou zpátky zas na našem dvorečku.



## METODIKA K BÁSNIČCE:

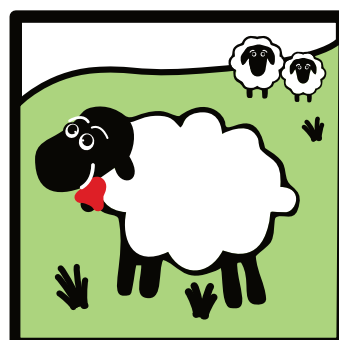
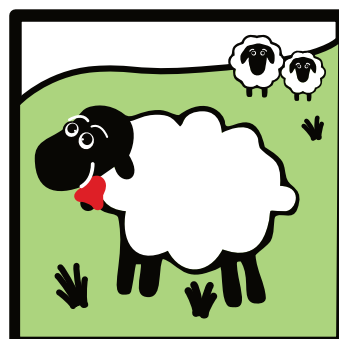
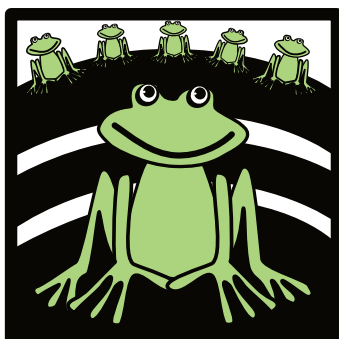
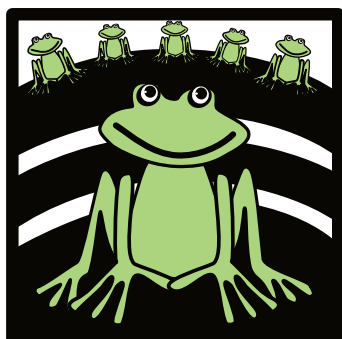
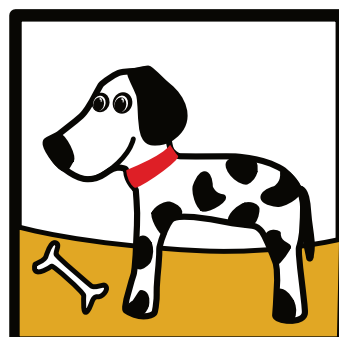
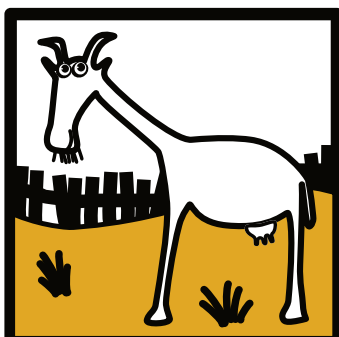
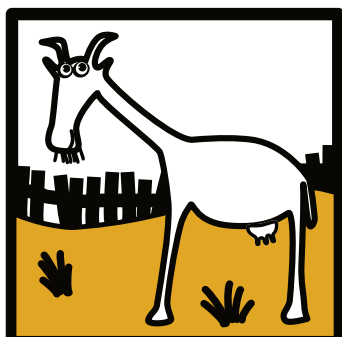
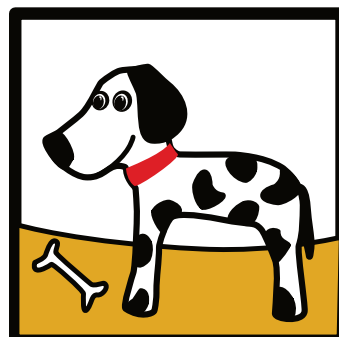
Básničku můžete využít jednak k procvičování "čtení s porozuměním". K tomu využijte vystříhané obrázky, kdy ke každé sloce vyberete s dětmi příslušný obrázek.

Zároveň díky tomu můžete procvičit slovíčka, která dětem třeba ještě dělají problémy. Doptávejte se na otázky. Např.: "Kam chodí kočka na mlíčko?" nebo "Jak poznáme pejska?"

Při hraní pexesa opět vyslovujeme všichni jednotlivá slova + můžeme popisovat, co na obrázku vše vidíme, např.: "Kůň je černý, má bílou hřívu a ocas, na zádech nosí červené sedlo a v tlamě chroupe pampelišku."



# STATEK







## KLANÍME SE LÉTU

C G C G

Klaníme se létu,

C G

sluníčko je tu.

C G C G

Prázdniny se blíží,

C G C

krok sun krok.

C G C G

Klaníme se létu,

C G

sluníčko je tu.

C G C G

Nohy se nám zkříží,

C G C

ruce v bok.

F C

Otočím se za sluncem

G C

jako slunečnice.

F C

Hned je ze mě tanečník,

G C

a ze mě tanečnice.

F C

Točíme se společně

G C

i na druhou stranu.

F C

Já už ale dobře vím,

G C

že když upadnu ..... VSTANU!

### METODIKA K PÍSNÍČCE:

Písnička s pohybem – podpora koordinace, orientace v prostoru, propojování pravé a levé mozkové hemisféry

Pohybem doplňujeme to, co zpíváme. KLANÍME SE, KŘÍŽÍME NOHY, DÁVÁME RUCE V BOK, TOČÍME SE NA JEDNU I DRUHOU STRANU (můžeme zacílit na pravolevou orientaci a dětem např. navázat něco na pravé ručky, aby se za nimi točily vždy jako na první stranu), ŽUCHNEME NA ZEM A ZASE SE ZVEDNEME. Když zpíváme o sluníčku, MŮŽEME NATÁHNOUT OBĚ RUCE STEJNOMĚRNĚ K NEBI.

Písničku naleznete na youtube Flami, z.s. nebo na stránkách [www.myslis.com](http://www.myslis.com).



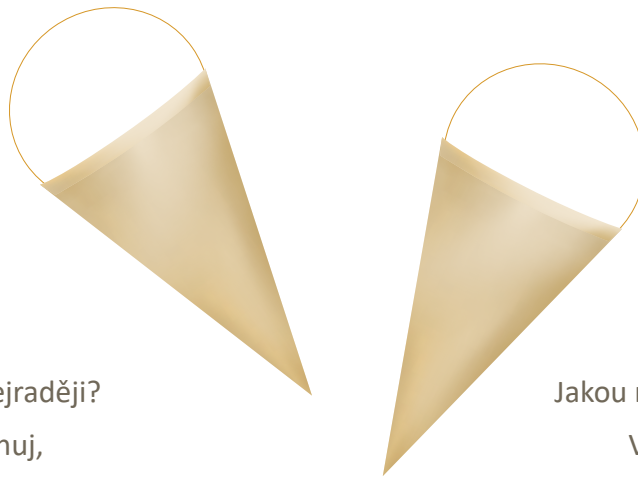
# LÉTO



## MÁME TADY LÉTO! JDEME NA ZMRZLINU!!! KOPEČKOVOU MÍCHANOU!



Pamatuješ, jak jsme se učili míchat barvy?  
Pokud ne, najdi pracovní list Míchání barev.



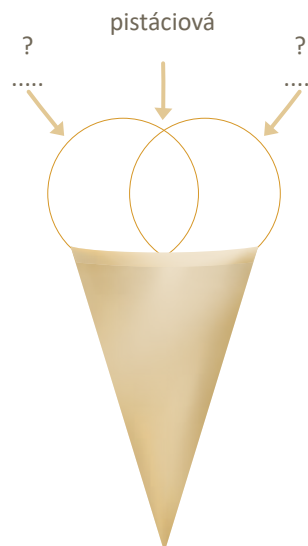
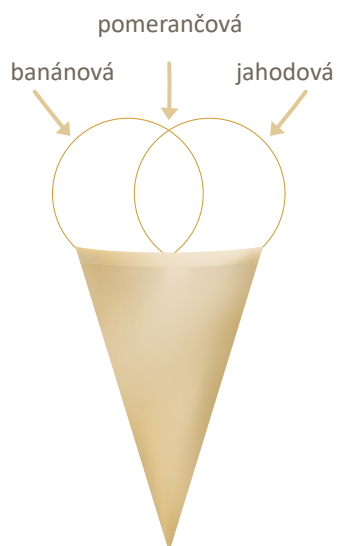
Jakou zmrzlinu máš nejraději?

Vybarvi a pojmenuj,  
která to je.

Jakou má rád tvůj kamarád?

Vybarvi zmrzlinu  
pro kamaráda...

Zkusíš namíchat tyto  
zmrzliny?  
Kopečky vybarvi...



## MŮJ DECH

MŮJ DECH PLYNE JAK ŘEKA.  
MŮJ DECH PLYNULE VTÉKÁ  
DO CELÉHO MÉHO TĚLA.  
ABY HUDBA TĚLA ZNĚLA.

### METODIKA K BÁSNIČCE/PÍSNÍČCE:

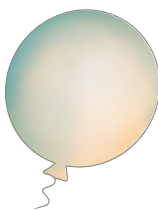
Při využití dechových cvičení pro relaxaci dětí je jednou z oblíbených aktivit vytvoření papírové lodičky (viz. str. 39), kterou můžeme položit dětem na břicho a pozorovat, jak se lodička s nádechem a výdechem pohybuje na pravidelných vlnách dechu.

Umění relaxace má velký vliv na hladinu našeho stresu, agresivity, umožňuje nám napojení na vnitřní klid, potažmo uvolnění.

„Relaxace mírní negativní emoce, únavu a vyčerpání, zároveň povzbuzuje představivost“ (Nešpor, 2015).

Stojí za to ji s dětmi trénovat a tím trénovat i své dospělácké umění relaxace a uvolňování.

Písničku naleznete na youtube Flami, z.s. nebo na stránkách [www.myslislis.com](http://www.myslislis.com).



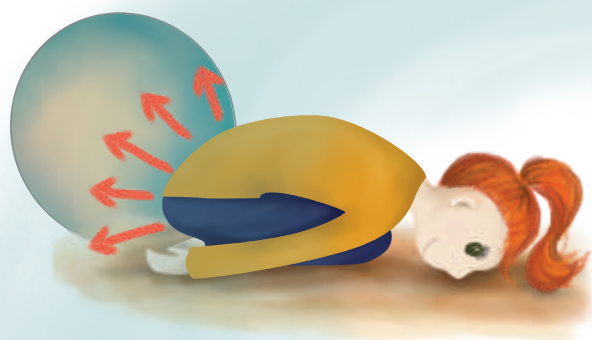
# ODPOČINEK



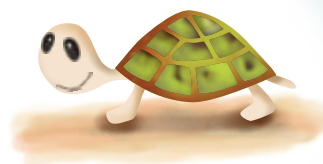
## DECHOVÉ CVIČENÍ

pro uvolnění těla i mysli

### NÁDECH



NÁDECH VEDEME V POZICI ŽELVY DO ZAD A DO BŘÍŠKA, JAKO BYCHOM NAFUKOVALI V ZÁDECH BALÓNEK.



### VÝDECH



PŘI VÝDECHU SE BALÓNEK VYPRAZDŇUJE. BŘÍŠKO SE STAHUJE.



### JAK DÝCHAT?

Děti vedeme ke zklidnění, dech by se měl postupně prodlužovat v nádechu i ve výdechu. Dýcháme nosem (při nádechu i výdechu). Dětem můžeme na bedra položit ruce a oni se snaží nám je při nádechu odtlačit, tím si uvědomí, jak se nadechovat do beder.



*Těšíme se na vaši návštěvu našich webových stránek, kde najdete další materiály a metodiky k tvoření, písničky, hry a videa.*