

Zimné radovánky- zimné športy

Milí rodičia a milé deti, zimné radovánky, to je to, čo máme na zime najradšej- sánkovanie, guľovanie, stavanie snehuliakov, korčuľovanie.

Priblížte deťom všetky zimné športy, ktoré poznáte, rozvíjajte ich vedomosti, rozcvičte sa, precvičte si motoriku, pamäť, počítanie a zaspievajte si spolu. Nezabudnite ani na klasickú zimnú rozprávku o Snehovej kráľovnej.

Prajem Vám príjemné strávené spoločné chvíle!

1. Pohybové hry pre celú rodinu

Riekanka na cvičenie:

VSTÁVANIE

LEN ČO VSTANEM Z POSTELE,

UŽ AJ CVIČÍM VESELE.

(zo vzporu drepmo výskok, vzpažiť – poskoky znožmo na mieste)

RUKY HORE, RUKY DOLU,

OD SEBA A ZASE SPOLU.

(stoj spojný – vzpažiť, pripažiť, vzpažiť, pripažiť)

ČUPNEM, VSTANEM, VYSKOČÍM,

VESELO SA ZATOČÍM.

(drep, vztyk, výskok, drobnými krokmi obrat)

Cieľ: Zlepšenie koordinácie pohybov.

„Guľovačka“

Pomôcky: papierové gule, kôš

Postup: triafanie na cieľ papierovými guľami, triafanie do koša, kto dohodí najďalej

„Zimná olympiáda“ - urobte si doma olympiádu najúspešnejšie člena rodiny môžete odmeniť vlastnoručne vyrobenou medailou.

- učte deti ako sa lyžuje „nasucho“, poprípade si vyrobte domáce lyže zdroj internet z kartónu a plastových fliaš



- povozte ich na saniach v extraviláne, ak to počasie dovoľí- dlhší pobyt v prírode im prospeje
- skoky na lyžiach- skoky cez malé prekážky
- curling s veľkou papierovou „guľou“ zo starých novín a metlami
- psie záprahy- ak počasie dovoľuje a iba ak máte sane a poslušného veľkého psa 😊

2. Zimné športy

Pomôcky: kartičky (posledná strana dokumentu), YouTube- videá zo zimnej olympiády,

Postup: porozprávajte sa o zimných športoch – lyžovanie, bežky, skoky na lyžiach, snowboard, rýchlokorčuľovanie, krasokorčuľovanie, boby, curling, preteky psích záprahov atď.

O pravidlách, náročnosti príprav, tréningoch, použite rôzne videá a kartičky aby si dieťa športy vedelo predstaviť. Internet je plný športových záznamov 😊

3. Korčule na ľad

Pomôcky: výkres, bavlna/špagát, vodové/temperové farby/fixky, rôzne nálepky, trblietky ak máte, dierkovač, nožnice

Postup: na výkres A4 predkreslite korčuľu, pripravte farby/fixky, ktorými korčule vymaľuje, vyzdobí nálepkami a následne vystrihne- viac menej by to malo zvládnuť samé - až na časť okolo nožov korčule (nestrihajte namiesto nich prosím!!)

Následne môžete urobiť dierky a dieťa môže navliekať šnúrky, čím si precvičuje jemnú motoriku.



Zdroj internet

4. Pracovní list – Čo patrí do zimných športov

Postup: dieťa má zakrúžkovať iba tie športy, ktoré patria k zimným



5. Pieseň Padá sniežik, padá

Postup: pustite dieťaťu pesničku a skúste si spolu zaspievať, vždy sa učte najprv prvú slohu, potom ďalšiu, opakujte viac krát.

Pieseň si opakujte aj počas bežných aktivít, pri vychádzke či upratovaní, celý týždeň



Padá sniežik padá,
ej ale som rada.
Už je biely sad,
ej ale som rád.

Bude dobrá sánkovačka,
bude dobrá lyžovačka.
Do oblôčka sniežik hľadá,
ej ale sme všetci radi.

Spievankovo <https://www.youtube.com/watch?v=2PP3892TnsU>

Zdroj internet

6. Zimné športy- počítanie

Pomôcky: kartičky (posledná strana dokumentu)

Postup: využite obrázky zimných športov a urobte 2 skupiny s náhodným počtom obrázkov, dieťa určuje v ktorej z 2 skupín je viac obrázkov, v ktorej menej obrázkov, počíta min. do 6, počty v skupinách obmieňajte.

7. Zimné športy - modelovanie

Pomôcky: plastelína, špajdle, papier

Postup: modelovanie z plastelíny, skúste vymodelovať postavičky z plastelíny a zahrajte sa s nimi napríklad hokej- postava z plastelíny a hokejka zo špajdle, loptička z papiera, nechajte deti tvoriť a improvizovať podľa ich fantázie a vôle.

8. Kartičky zimné športy

Pomôcky : kartičky vytlačte 2x,

Postup: zahrajte sa pexeso alebo môžete uložiť určité športy vedľa seba a dieťa musí po vás uložiť obrázky do radu, pričom musí dodržať vami zvolené poradie kartičiek Vytvorila som vám aj tematické online pexeso, nájdete ho tu:

<http://www.pexeso.net/nepublikovane-pexeso/9AHCA>

Dúfam, že vám bude fungovať, keby nie dajte mi vedieť prosím 😊

9. Hráme sa so slovami

Pomôcky: kartičky

Postup: opäť využijete kartičky a slabikujete slova na kartičke- vytlieskajte s deťmi kor-ču-lo-va-nie, sán-ko-va-nie.... a pod.

10. Snehová kráľovná

Pomôcky: kniha ak máte daný príbeh doma, ak nie, príbeh je na konci dokumentu alebo

<https://www.youtube.com/watch?v=DDPfdzYnQ0U>

Postup: ak je to možné rozprávku prečítajte- je to najvhodnejšia forma pre rozvoj fantázie vášho dieťaťa, následne sa o príbehu rozprávajte - aké boli hlavné postavy, čo bolo obsahom- dej, nechajte dieťa nech vám vysvetlí súvislosti, posúdi správanie postáv- či rozlišuje medzi dobrým a zlým, nech vyjadrí čo sa mu páčilo/nepáčilo. Na záver môže dieťa nakresliť to, čo sa mu v rozprávke najviac páčilo.

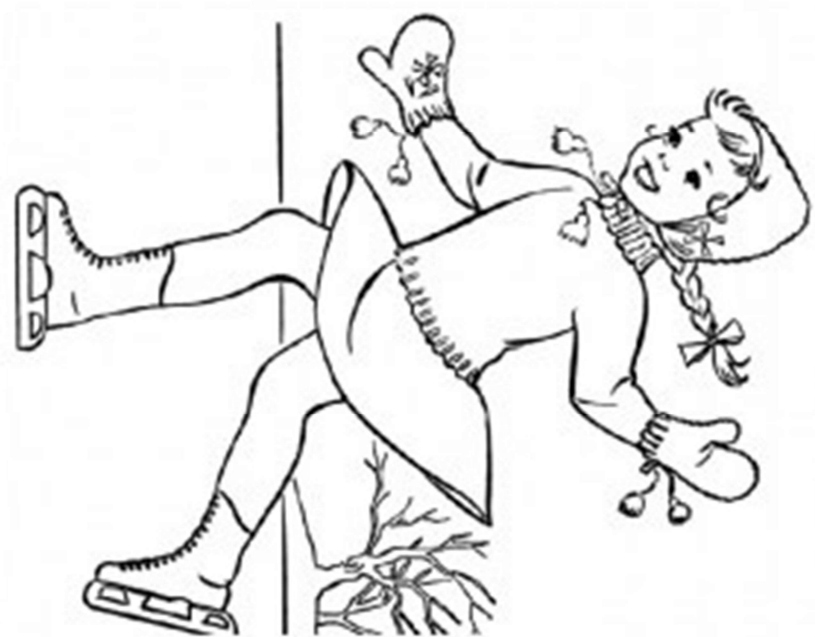
11. Omaľovánky

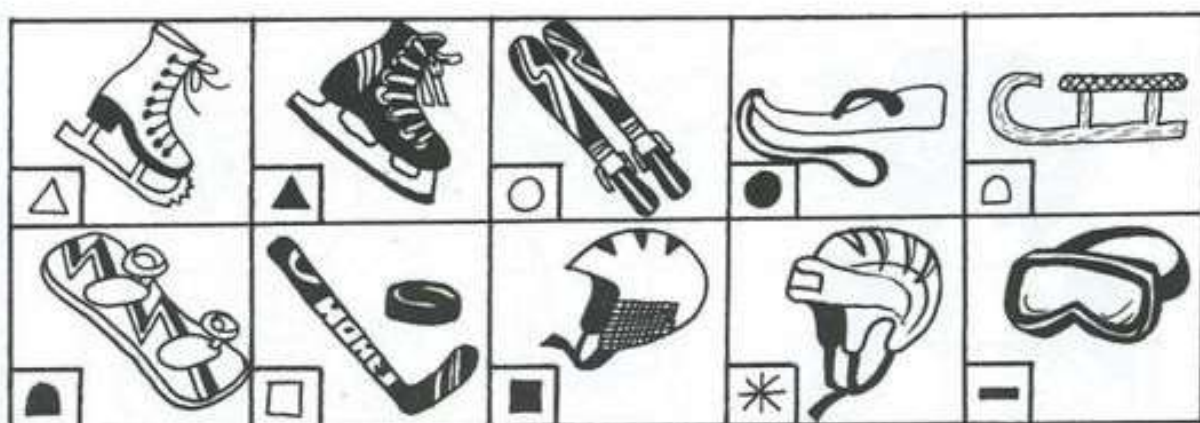
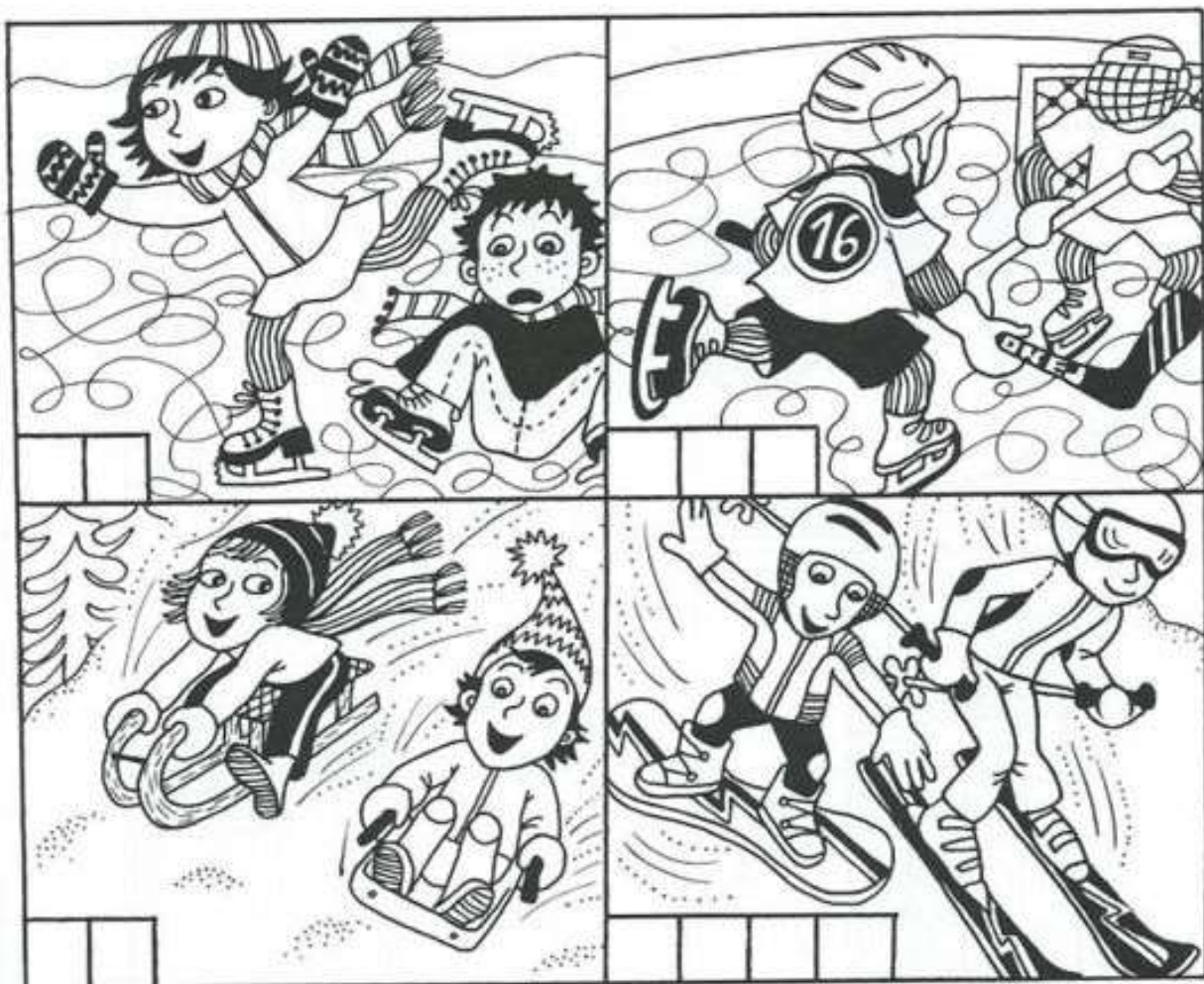
v prípade, že nemáte tlačiareň k dispozícii skúste si nakresliť spoločne postavu a dokresliť korčule či lyže na nohy, poprípade postavu ťahajúcu sánky

Zdroj internet









Obrázkový úkol k příběhu *Co je nejdůležitější*: Zimní sporty

12. Online omaľovánky

<https://detskeomalovanky.sk/detske-omalovanky/zima-a-vianoce/3674/tucniak-a-chlapec-na-korculiach/>

<https://detskeomalovanky.sk/detske-omalovanky/zima-a-vianoce/3593/gulovacka-v-lese/>

<https://detskeomalovanky.sk/detske-omalovanky/zima-a-vianoce/3559/mikulas-a-snehuliak/>

<https://detskeomalovanky.sk/detske-omalovanky/zima-a-vianoce/3523/medvedik-sa-korculuje/>

Zdroj internet

Snehová kráľovná

Kedysi dávno, keď bol diabol ešte veľmi mladý a namyslený, urobil si čarovné zrkadlo. Čokoľvek pekné sa odrazilo v jeho skle, hneď sa stalo škaredé a zlé a, naopak, všetko zlé sa stávalo pekným.

- Som teraz najmocnejší na svete! – tešil sa diabol. Lietal so svojím zrkadlom sem i tam a prinášal smútok a nešťastie.
- Len čo pozrieš do zrkadla, má ťa v moci moja kľatba. Svet zahalí čierna noc, taká je dnes moja moc! – tešil sa.

Až mu raz skrsla v hlave naozaj diabolská myšlienka.

- Zanesiem zrkadlo vysoko do neba, aby sa doň pozrel sám Boh. Schmatol zrkadlo a zamieril hore. Čím bol však vyššie, tým bolo zrkadlo ťažšie. Vypadlo mu z rúk a pri páde sa rozbito na milión kúskov. Niektoré boli také veľké, že si ich ľudia vkladali do okenných rámov a sklá ukazovali zlý a krutý svet. Niektoré boli drobné – keď sa dostali do oka, človek videl miesto dobra a šťastia len zlo a nešťastie. Niektoré boli ešte menšie – vrývali sa rovno do srdca a premenili ho na cencúľ ľadu.

Tu sa začína náš príbeh. V jednom z mnohých miest, na jednej z mnohých uličiek býval chlapček a dievčatko: Kay a Gerda. Neboli síce súrodenci, ale mali sa radi ako brat a sestra. Bývali v podkroví domov, ktoré boli spolu takmer spojené strechami. Ich rodičia pripevnili kvetináče na obe okná, takže ruže, ktoré v nich boli zasadené, tvorili záhradku. Deti sa hrali s ružovými pukmi a počúvali starkú, ktorá im raz porozprávala o Snehovej kráľovnej:

– Celá je z ľadu a inovate. Jej príchod zvestujú obrovské snehové vločky, ktoré pomaly padajú na zem. Niekedy nazrie do okien. Tie vtedy zamrzajú do čarovných vzorov.

- Môže Snehová kráľovná vojsť dnu? – spýtala sa Gerda.

- Radšej nech to neskúša! – povedal chlapec. – Posadil by som ju na rozohriatu pec a nič by z nej neostalo!

Večer, pred spánkom si Kay stal pred okno. Práve napadol prvý sneh. Biele vločky pomaly vírili vo vzduchu. Odrazu sa jedna z nich zachytila o okenný rám. Rástla a rástla, kým sa nepremenila na snehobielu paniu.

- Snehová kráľovná... – šepol chlapec. Zdalo sa mu, že veľký vták preletel popri okne. Žena sa stratila.

Prešla zima, prišla jar a po nej leto. Raz, keď hodiny na veži odbili piatu, chlapec zvolal: – Ach, čosi ma bodlo do srdca! A teraz mi čosi padlo do oka! – Boli to úlomky diablovho zrkadla. Všetko, čo bolo dobré, sa mu zrazu zdalo hlúpe a smiešne, a to čo bolo zlé, ho privádzalo do nadšenia.

- Aké hrozné sú tieto ruže! – vravel.
- A ty si odporné dievčisko! – zvrieskol na Gerdu.

Posmieval sa starkej a už si nechcel prezerat' albumy s obrázkami. Čítal veľa múdrych kníh a na všetko mal rýchlu odpoveď. Čoraz zriedkavejšie sa hral s Gerdou a keď prišla zima, behal s chlapcami po mestských uliciach.

V jeden mrazivý deň pribehol na veľkú plošinu, kde si najodvážnejšie deti priviazali sánky k veľkým saniam dospelých. V tom Kay zbadal nádherné biele sane, ktoré viedol svalnatý kočiš. Sedela v nich žena zababušená v kožušinách.

Biely záprah uháňa do diaľav. O krátky čas opustil hranice mesta. Kay sa trochu naľakal. Pokúšal sa odriekať modlitbu, ale nedokázal si spomenúť na jej slová. Dookola vírili mäkučké snehové vločky a kočiš poháňal svoje soby. Napokon sane zastali a chlapec jasne uvidel paniu, čo sa v nich viezla.

- Snehová kráľovná... – šepol.

Pobozkala ho na čelo a Kayovi prestalo byť zima. Potom ho pobozkala ešte raz a vtedy zabudol na Gerdu, starkú, na ruže aj na domov.

- Nepobozkám ťa tretí raz, lebo by si mohol umrieť! – povedala.

Vzala ho do saní, zababušila do kožušín a uháňali rovno do tmavej noci. Vietor zavýjal po stopách jej saní.

Kočiš šibol bičom a ľudia si mysleli, že to praská mráz. Dych bielych saní sa premenil na ťažké zimné mraky.

Zatiaľ dievčatko sklúčene očakávalo Kayov návrat. Keď prešli týždne a on sa stále nevracal, dospeli vraveli, že sa musel utopiť v rieke. Gerda sa rozhodla ísť ho hľadať.

Bola skorá jar. Rieka sa vyliala z brehov.

- Videla si Kaya? – spýtala sa Gerda. – Ak mi ho vrátiš, dám ti nové topánočky. A hodila ich do vody. Ale rieka nechcela tento dar. Veď dievčatku nemohla pomôcť. Gerda si však pomyslela, že hodila topánky veľmi blízko brehu. Preto vošla do loďky, ktorá bola priviazaná neďaleko a odtláčala topánky ďalej. Loďka sa zachvela a začala plávať s prúdom. Naľakaná Gerda plakala, ale nik ju nepočul.

Kým prišla k brehu, prešlo veľa hodín. Keď vystúpila na breh, ocitla sa v krásnej záhrade. Patrila istej starej žene, ktorá sa pri pohľade na Gerdu veľmi potešila.

Dievčatko jej porozprávalo svoj príbeh. Starenka jej začala česať vlasy a pri každom potiahnutí hrebeňom Gerda zabúdala na Kaya. Žena totiž vedela čarovať. Vošla do záhrady a začarovala všetky ružové kríky pod zem. Nechcela, aby čokoľvek pripomínalo dievčatku minulosť. Zabudla však odstrániť ružu, ktorú mala namaľovanú na svojom klobúku a raz, keď sa na ňu Gerda zadívala, spomenula si na všetko. Rozbehla sa do záhrady a začala plakať. Slzy jej padali na zem na mieste, kde kedysi rástli ruže, a kúzlo zapôsobilo.

- Neplač, Kay neumrel! – utešovali dievča ružové kvety. – Boli sme pod zemou, kde sú všetci mŕtvi a nevideli sme ho.

Gerda opustila čarovnú záhradu. Za bránkou uvidela, že už je jeseň. Kráčala a kráčala, až prišla zima. Premrznuté dievčatko si sadlo do snehu oddýchnuť si. Popri nej preletela veľká vrana.

- Krrá, krrá! Dobrý, dobrý – povedala, lebo trochu vedela ľudskú reč. Gerda je porozprávala o sebe.
- Verru, verru, – zakrákala vrana. – Azda mám dobrú novinu. Azda som videla tvojho Kaya. Azda sa rraz stane krráľom. Neďaleko odtiaľto je zámok krrásnej princeznej. Nedávno sa rozhodla vydať, ale pod podmienkou, že sa nájde mládenec, ktorrý by bol taký múdrry ako ona. A ona je veľmi múdrra. Prrichádzali prrincovia a učenci, ale všetci pôsobili prri nej ako hlupáci. Napokon sa našiel chudobný mládenec, ktorrý nestrratil rreč prri pohľade na nádherru paláca. Rozprával sa s prrinceznou ako rrovný s rrovným: o litterratúrre aj hudbe, o matematike aj planétach.
- To je iste Kay! Je veľmi múdry.

Vrana zaviedla Gerdu až k spálni kráľovského páru.

- To je Kay! – Zvolalo dievča, keď uvidelo tmavé princove kučery. Ale keď sa mládenec obrátil, uvidela, že sa mýlila. Nebol to Kay.

Princ s princeznou boli veľmi milí. Pozorne si vypočuli Gerdino rozprávanie. Potom jej dali teplé topánky, kabát, rukávnik a zlatý koč. Dievča sa vybralo na ďalšiu cestu.

- Prírr! Prírr! – ozvali sa strašné výkriky, keď nádherný koč trielil cez les. Obstali ho zbojníci. Ich vodkyňou bola tučná žena, ktorá by bola Gerdu zabila, keby jej roztopašná dcéra nebola zrazu zvolala.
- Nechaj ju! Je taká pekná! Bude mojou priateľkou a keď ma bude nudiť, zabijem ju sama.

Gerda sa bála malej zbojníčky, ktorá sa ustavične hrala s ostrým nožom, ale porozprávala jej svoj príbeh. Počuli ju holuby, čo driemali pod strechou zbojníckeho zámku a jeden z nich povedal Vrkú, vrkú. Videl som Kaya. Bol v saniach Snehovej kráľovnej. Zbojníčka, ktorá ešte nikdy nepočula takéto vzrušujúce rozprávanie, sa rozhodla Gerde pomôcť.

- Dám ti svojho soba a trochu zásob, – povedala – ale nedám... nedám ti rukávnik. Priveľmi sa mi páči. Za to dostaneš rukavice mojej matky. A vychystala Gerdu na ďalšiu cestu. Sob uháňal ako na krídlach.

Zastal až pred Laponkinou chalúpkou. Gerde v nej bolo tak horúco, že si hneď stiahla topánky, kabát a rukavice.

- Poznáš cestu do paláca Snehovej kráľovnej? – spýtala sa soba.

Zviera prikývlo.

- Zavezieš dievčatko na hranice panstva tej panej! Ďalej si bude musieť poradiť sama.

Gerda vyskočila na sobí chrbát a zamierila na sever. Bola už ďaleko od Laponkinho domčeka, keď si uvedomila, že zabudla na teplé topánky, kabát a rukavice.

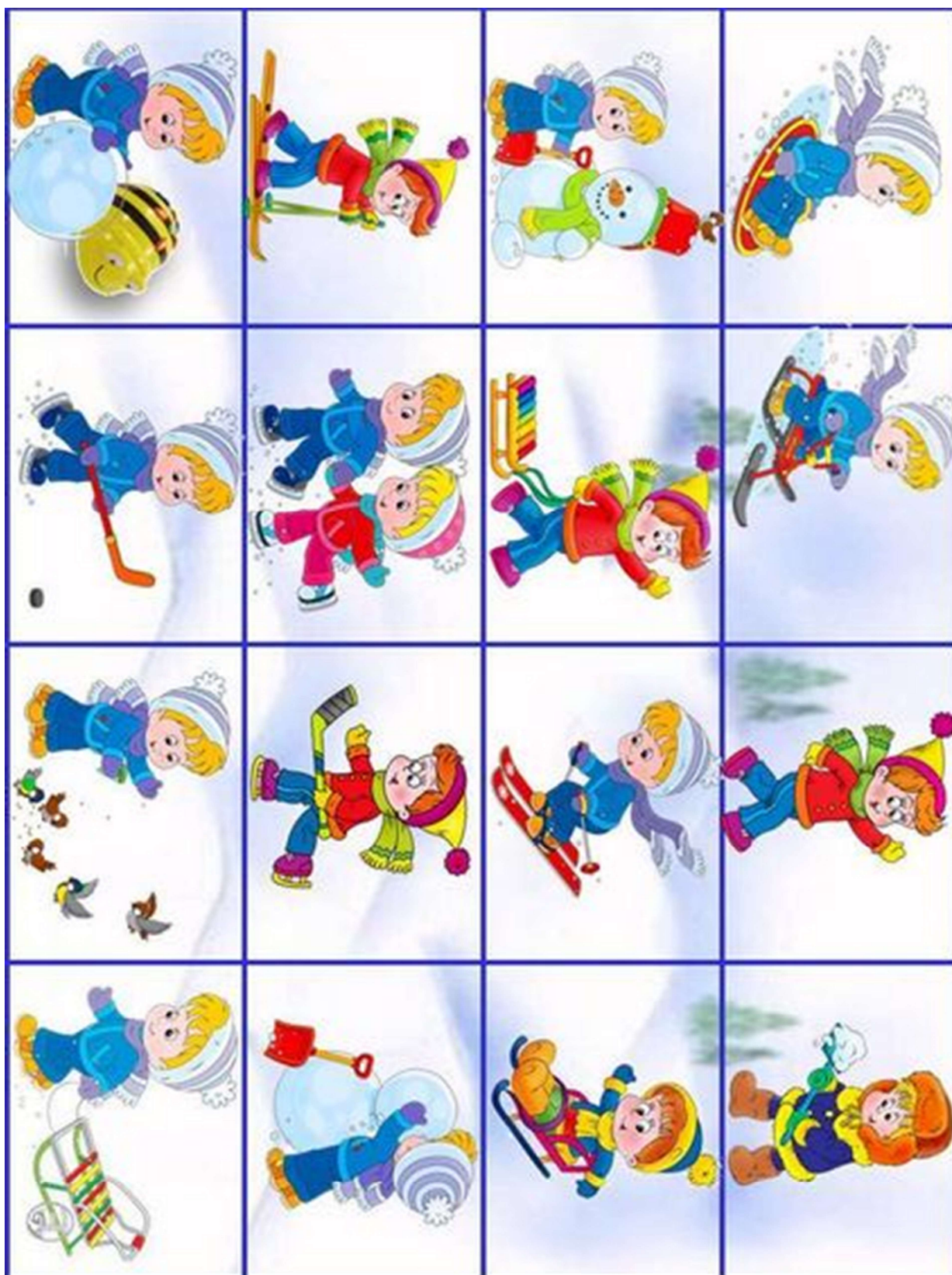
Sob ju nechal pri kríku obsypanom červenými plodmi. Dievčatko vykročilo.

- Huu, huu, – hučali okolo nej veľké snehové vločky. Dostávali prekvapujúci tvar, ale Gerda opakovala slová modlitby a odvážne kráčala po ľadových chodbách. V najväčšej sieni, kde na krištáľovom tróne zvyčajne sedávala Snehová kráľovná, keď bola práve doma, našla Kaya. Pokúšal sa z kúskov ľadu zložiť slovo VEČNOSŤ. Keby sa mu to podarilo, stal by sa pánom celého sveta.
- Drahý Kay! – zvolala Gerda a hodila sa chlapcovi okolo krku. Ale on na ňu pozrel prázdny pohľadom. Tak zaplakala, až sa jej horúce slzy dostali do jeho srdca, a to sa začalo roztápať.
- Gerda... – šepol Kay so slzami v očiach. Keď plakal, vyplavil sa mu úlomok zrkadla z oka a kúsky ľadu začali od radosti tancovať. Samy sa uložili do slova VEČNOSŤ.

Teraz Snehová kráľovná nemohla urobiť deťom nič zlé. Kay bol mocnejší ako ona. Chlapec a dievčatko sa chytili za ruky a vyšli z bieleho paláca. Vrátili sa domov, kde ich privítala starká – oveľa staršia ako vtedy, keď ju opustili. Kay a Gerda pozreli na kvitnúce ruže a pozreli si do očí. Aj oni boli starší, ale nikdy nezabudli na svoje detstvo.

Zdroj internet

Kartičky



Zdroj internet

Vypracovala: Mgr. Denisa Turčanová