

Vážení rodiče,

naše školka přijala výzvu a zapojila se do celoročního pohybového projektu **HÝBEME SE S NOTÝSKEM**.

Můžeme využít toho, že děti předškolního věku milují pohyb a podpořit je v tom nabídkou zábavných aktivit. Pokud školka i rodina bude táhnout za jeden provaz, tak dokážeme o mnoho víc rozvíjet pohybový potenciál dětí.

Vaše zapojení je zcela dobrovolné. Pokud se nechcete zapojit, řekněte nám to, prosím, a my budeme tyto aktivity s Vaším dítětem plnit ve školce, aby o nic nepřišlo a mohlo si vše také vyzkoušet.

Děkujeme.

Nyní od nás dostanete tiskopis, kde jsou celoroční výzvy. Zaměříme se nyní pouze na ty **podzimní**.

Až se vám podaří v rámci rodiny splnit nějakou výzvu, Vaše dítě si vybarví příslušnou omalovánku a společně nám to řeknete ve školce. Za odměnu dostane Vaše dítě pochvalu. Po splnění všech podzimních výzev nám přineste celý tiskopis k nahlédnutí a my Vám připravíme podrobnější instrukce k zimním výzvám. Moc bychom uvítaly alespoň jednu fotografii z každého ročního období (z jedné aktivity dle vašeho výběru). Děkujeme.

Děti budou mít ve školce svoje notýsky, podle kterých budou plnit školkové pohybové výzvy.

Ty si po ukončení projektu odnesou domů. V případě dotazů, se na nás obraťte. Věříme, že to bude pro nás všechny zábava a zažijeme krásné chvíle při pohybových aktivitách s dětmi.

Děkujeme za spolupráci.

Paní učitelky ze školky





PODZIMNÍ POHYBOVÉ VÝZVY PRO KAŽDOU RODINU

1. Taneční show

**Tančíš, tančím, tančíme, náramně se bavíme.
Jste připraveni na taneční výzvu, která rozhýbe celou
rodinu?**

Ukažte své taneční dovednosti, kreativitu a hlavně radost z pohybu. Nezáleží na tom, jestli bude tančit jen dítě, celá rodina, nebo zapojíte i babičku s dědou – důležité je bavit se u své oblíbené písně! Buďte spontánní, nebo si vymyslete i vlastní choreografii, fantazii se meze nekladou!

2. Lovci pokladů

Pro zlepšení nálady jdeme hledat poklady.

Zorganizujte akci v přírodě, do které zapojíte děti i dospělé, kde si všichni užijí pohyb, čerstvý vzduch a spoustu zábavy.

Naplánujte dobrodružnou výpravu za pokladem, která zapojí děti i dospělé. Stanovte si trasu, připravte třeba i různé úkoly a hádanky. Na konci může na všechny čekat například sladká odměna nebo jiný poklad. Nebojte se zapojit fantazii a udělat z této akce nezapomenutelný zážitek pro všechny zúčastněné.

Vyberte vhodné místo pro výpravu, naplánujte trasu s několika stanovišti, kde se budou plnit úkoly, hledat indicie nebo získávat odměny.
Nezapomeňte na závěrečný poklad!

3. Vzhůru do oblak

Klasický den na draka, copak nás ven vyláká?

Je čas na draka!

Pustíte se do oblíbené podzimní tradice a vyrazte pouštět draky! Najděte si volnou louku nebo kopec a nechte své draky vznášet se vysoko nad zemí. Ať už si draka koupíte, nebo se pustíte do jeho výroby, jedno je jisté – zábava na čerstvém vzduchu vás čeká. Pustíte draka vzhůru do oblak a užijte si den zábavy na čerstvém vzduchu.

4. Krok za krokem

Klaksony a nehody? Vyhněme se téhle hrůze, pro nás je tu pěší chůze.

Vydejte se alespoň dvakrát do měsíce pěšky do školky nebo ze školky – ještě lépe, do školky i ze školky!
Nechte auto doma, vyrazte pěšky a proměňte rutinní cestu v dobrodružství plné zábavy.

5. Hřiště snů

Jsi hřišťový odborník? Načmárej to na chodník!

Staňte se vy a děti architektky a navrhňte své snové hřiště!

Zapojte svou fantazii a přímo na zemi si vytvořte pomocí křídly a dalších materiálů vlastní hřiště plné her a zábavy (bludiště, panák).

6. Stezka hrdinů

**Zajíček nás k lesu zval, stezku nám tu přichystal.
Hrdinou se můžeš stát, když o přírodu budeš dbát!**

Vydejte se s rodinou na výlet pro všechny malé i velké hrdiny, kteří chtějí strávit čas venku a užít si společnou procházku. Jelikož není špatného počasí, ale oblečení, nezapomeňte nad sychravým počasím vyžrát!

Zahrajte si na lovce pokladů! Předem připravte seznam věcí, které máte cestou najít – třeba šišku, list ve tvaru srdce nebo bílý kámen. Kdo nasbírá nejvíce pokladů?

