

Vážení rodiče,

velmi nás těší Vaše zapojení do pohybového projektu „**Hýbeme se s Notýskem.**“ Věříme, že děti plnění podzimních výzev bavilo a byla to pro ně zábava. Vždy nám velmi nadšeně vyprávěly o tom, jak kterou výzvu plnily a zasloužily si za to pokaždé odměnu. Děti, které se do projektu doma z nějakého důvodu nezapojily, dostaly možnost si vše vyzkoušet ve školce. Takže zde také tančily, pouštěly draka, kreslily křídou na chodník, hledaly poklad, sbíraly přírodniny a vyzkoušely si i delší chůzi od školky a ke školce.

Připomínáme, že bližší informace naleznete na stránkách <https://notysek.online/> a můžete se zapojit i do soutěže o pěkné ceny.

Nyní se zaměříme na zimní výzvy.

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 zimních výzev nám přineste celý tiskopis k nahlédnutí a my Vám připravíme podrobnější instrukce k jarním výzvám. Moc by nás potěšilo zaslání alespoň jedné fotografie ze zimního období (z jedné aktivity dle vašeho výběru).

Opět budeme plnit výzvy i ve školce.

Děkujeme za spolupráci.

Paní učitelky ze školky



ZIMNÍ POHYBOVÉ VÝZVY PRO KAŽDOU RODINU



1. Roztančené Vánoce

Když venku mrznou kosti, pak tance není dosti.

Když venku velká zima je, kdo nelení, ten tancuje.

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 písni (koledy)! Buďte spontánní, nebo si vymyslete i vlastní choreografii, fantazii se meze nekladou!

2. Jeden za všechny, všichni za jednoho

A my máme za lubem, dostaneme všechny ven.

Byť je zima, byť je mráz, společně jde všechno snáz.

Není špatného počasí, proto pojd'te ven i dnes! Ať už vyrazíte na krátkou procházku, nebo na celodenní výlet, každá chvíle na čerstvém vzduchu se počítá. Les, park, sjezdovka, všude na vás čeká spousta dobrodružství a zábavy. Co třeba postavit společně sněhuláky? Všimněte si změn v přírodě, která je kolem nás, sledujte, jak se mění roční období. Hledejte stopy zvířat ve sněhu. Co třeba ozdobit nějaký stromček něčím dobrým pro ptáčky? Připravte kouli ze sněhu a zkuste trefit třeba právě tam ten strom, větev nebo si zasoutěžit o to, kdo dohodí dál?

3. Bobové šílenství

Tak už sněží, kopec bílý, nezaváhej ani chvíli!

Kde jsou boby? Jdeme na to!

Honem, než zas bude bláto.

Boby volají!

Také je slyšíte? Tak honem, pojd'te společně bobovat. Najděte si jakýkoliv kopec, nasedat a jedéééém z kopce dolů. Ať je kopec krátký nebo dlouhý, je to jedno, protože hlavní je zábava!

4. Sněhový šampionát

Velké zimě navzdory, vytáhneme pohory.

I když zima udeří, vyběhneme ze dveří.

Zorganizujte zimní olympiádu. Brusle, lyže, snowboard, běžky, saně nebo třeba curling.

Naplánujte zimní olympiádu, která zapojí děti i dospělé. Vytvořte týmy, vyberte sporty a jde se na to. Na konci můžou na všechny čekat třeba právě ty zlaté medaile nebo diplomy. Nemusíte se držet oficiálních sportů se zimní olympiády, vymyslete sporty nové a udělejte z této akce nezapomenutelný zážitek. Můžete si vyzkoušet třeba náš školkový biatlon, který děti dobře znají.

5. Opičáci

Někdy se to může stát, že si venku nejde hrát.

Víte, co nás napadlo? Provětráme švihadlo.

Kdo neskáče... Začínáte nebo jste již pokročilý skokan? Je to úplně jedno, jde o radost z pohybu. Pojd'te si zaskákat, udělat třeba soutěž, kdo přeskóčí vícekrát v kuse, kdo nejrychleji nebo prostě jen tak skákat.

6. Pečme v rytmu

Peče celá rodina, každý je náš hrdina.

Vytancuj tu neplechu i s perníčky na plechu.

Pečení a písnička, v kuchyni jsi jednička.

Oblečte zástěru, připravte ingredience a jde se na to! Letošní perníčky budou totiž obzvláště vypečené. Samozřejmě nemusí to být jen perníčky, počítá se jakýkoliv cukrářský počin.