

Pohybové hry a aktivity v přírodě pro děti předškolního věku

Mgr. Bc. Michael Novotný

Mgr., Bc. Michael Novotný

- Učitel mateřské školy (14 let praxe v MŠ)
- Absolvent PF UJEP Ústí nad Labem – Učitelství pro mateřské školy
- Absolvent PedfUK v Praze – Pedagogika předškolního věku
- Lektor tvořivé dramatiky a pohybových her – Pedagogicko – psychologická poradna Karlovy Vary

Středisko pro další vzdělávání pedagogických pracovníků Liberec

Zařízení pro DVPP Pedagogické centrum Ústí nad Labem

Publikační činnost

- **Novotný, Michael (et).** *Šimonovy pracovní listy 16*, Praha: Portál 2011, ISBN 978-80-7367-855-5.
- **Kolektív autorov,** *Rok v našej školke*, Bratislava: Vydavateľstvo Príroda 2011, ISBN 978-80-07-01946-1.
- **Novotný, Michael.** *Mrňous poznává mláďata*, Ostrava: Vydavatelství Aksjomat 2012, ISBN 978-80-87641-14-9.
- **Novotný, Michael.** *Mrňous poznává domácí zvířata*, Ostrava: Vydavatelství Aksjomat 2012, ISBN978-80-87641-16-3.
- **Novotný, Michael.** *Mrňous poznává zvířata na venkově*, Ostrava: Vydavatelství Aksjomat 2012, ISBN 978-80-87641-15-6.
- **Novotný, Michael.** *Mrňousův zvěřinec v ZOO*, Ostrava: Vydavatelství Aksjomat 2012, ISBN 978-80-87641-18-7.
- **Novotný, Michael.** *Mrňousův zvěřinec na statku*, Ostrava: Vydavatelství Aksjomat 2012, ISBN 978-80-87641-19-4.
- **Novotný, Michael.** *Mrňousův zvěřinec v lese*, Ostrava: Vydavatelství Aksjomat 2012, ISBN 978-80-87641-17-0.
- **NOVOTNÝ, Michael.** *Veršované pohádky* [online]. 1. Praha: Martin Koláček E-knihy jedou, 2015, 205 s. ISBN 978-80-7512-337-4.
- **NOVOTNÝ, Michael.** *O červené Karkulce*, Praha: Modrý slon, 2016.

Obsah webináře

- **Význam pohybu pro děti předškolního věku**
- **Co u dětí pohybovými aktivitami rozvíjíme?**
- **Jak děti motivovat k pohybu a pohybovým aktivitám?**
- **Protahovací činnosti**
- **Lokomoční činnosti**
- **Manipulační činnosti**
- **Činnosti na rozvoj síly a obratnosti**

Anketa 1. – jaké je Vaše pracovní zařazení?

- 1. Učitel-ka mateřské školy
- 2. Učitel-ka základní školy
- 3. Rodič
- 4. Jiné – jaké

Je účastníkem webináře také muž?

- Pokud se webináře účastní také muž, třeba učitel mateřské školy, napište to prosím do chatu.

Co rozvíjíme pohybem a pohybovými aktivitami

- Fyzickou a psychickou zdatnost
- Sílu a obratnost
- Rychlost a vytrvalost
- Lokomoční a manipulační dovednosti
- Kooperaci a respekt
- Komplexní posilování těla

Jak děti motivovat k pohybu a pohybovým aktivitám

- Kladení důrazu na jejich přirozenou potřebu pohybu
- Neomezovat se pouze na spontánní aktivity, ale také na ty řízené předem připravené
- Motivace například prostřednictvím pohádkového příběhu
- Zdravá soutěživost v PV ano či ne??? Za mě určitě ano

Neopomenutelné bezpečnostní zásady

- Vždy volíme terén čistý a méně členitý
- Délka a náročnost jednotlivých činností odpovídá věku dětí
- Vhodné oblečení včetně pevné obuvi
- Pozor na nízké větve!
- Pozor na dlouhé prostoje (při více dětech utvořme více družstev)
- Pozor na kluzký terén v případě deštivého či vlhkého počasí
- Děti nastříkejme repelentem proti hmyzu

Pohybové hry a aktivity

- 1. Čísla na stromech – rozvoj rychlosti a obratnosti
- 2. Překážková dráha mezi stromy - rozvoj rychlosti a obratnosti
- 3. Letadlo - rozvoj sluchové percepce a orientace v prostoru
- 4. Chřestýš – rozvoj sluchové percepce
- 5. Obrázky v lese – rozvoj paměti a prostorové orientace
- 6. Sovy a vrány – rozvoj rychlosti reakce a obratnosti
- 7. Housenka – rozvoj lokomočních dovedností
- 8. Housenka s míčem – rozvoj lokomočních a manipulačních dovedností

Pohybové hry a aktivity

- 9. Husí krky koryto – rozvoj manipulačních dovedností a orientace v prostoru
- 10. Husí krky koryto kontrolní body - rozvoj manipulačních dovedností a orientace v prostoru
- 11. Husí krky slalom - rozvoj manipulačních dovedností a rychlosti
- 12. Husí krky překážková dráha
- 13. Komáří závody – orientace v prostoru a rychlost
- 14. Pingpongový míček a lžice – koordinace pohybů
- 15. chůze poslepu po provaze – rozvoj smyslového vnímání hmat

Pohybové hry a aktivity

- 16. Běh pětic – rozvoj fyzické zdatnosti a vytrvalosti
- 17. Stejně obrázky – rozvoj postřehu a rychlosti reakce
- 18. člunkový běh dvojic – rozvoj rychlosti a obratnosti
- 19. Člunkový běh - rozvoj rychlosti a obratnosti
- 20. slalom dvojic - rozvoj rychlosti a obratnosti
- 21. klasický slalom - rozvoj rychlosti a obratnosti
- 22. najdi čtyři různé lístečky – rozvoj rychlosti
- 23. Velký a malý míč – rozvoj rychlosti a manipulačních dovedností

Pohybové hry a aktivity

- 24. Želvičky – rozvoj síly
- 25. Mravenčí stezka – rozvoj kooperace a rovnováhy
- 26. Provazové bludiště – rozvoj a koordinace pohybů
- 27. Schované předměty – rozvoj kognitivních funkcí
- 28. Eskymácká honička – rozvoj rychlosti a správný výběr místa
- 29. Na vodníka – rozvoj rychlosti a manipulačních dovedností
- 30. Na honěnou družstev – rozvoj rychlosti a obratnosti
- 31. Lidské pexeso

Pohybové hry a aktivity

- 32. Skákaná – rozvoj lokomočních dovedností
- 33. Bacily – rozvoj síly a kooperace
- 34. Odstřelovaná – rozvoj manipulačních dovedností
- 35. Běh přírodou – rozvoj lokomočních dovedností
- 36. Provázky – koordinace pohybů
- 37. Správná řada – rozvoj kognitivních funkcí
- 38. Na kukačku – rozvoj rychlosti reakce
- 39. Sazení brambor – rozvoj manipulačních dovedností

Pohybové hry a aktivity

- 40. Běh lokomotiva – koordinace pohybů
- 41. Slalom „Had“ – rozvoj koordinace pohybů
- 42. Výměna stanovišť – rozvoj rychlosti a obratnosti
- 43. Lokomoční obměna – rozvoj lokomočních dovedností
- 44. Úkroky - rozvoj lokomočních dovedností
- 45. Běh s novinami – rozvoj rychlosti a koordinace pohybů
- 46. Kloboučková chůze – rozvoj koordinace pohybů
- 47. Míče na metách – rozvoj rychlosti a manipulačních dovedností
- 48. Strážní věž – rozvoj prostorové organizace
- 49. Hodiny – rozvoj koordinace pohybů

Pohybové hry a aktivity

- 50. Běh z tyčí – koordinace pohybů

Zajímavé odkazy

- DUM rvp.cz soubor protahovacích cviků
- ŠPL 16
- Rok v Našej školke vydavatelství Příroda.sk
- <http://clanky.rvp.cz/clanek/c/P/9529/HRY-V-PRIRODE.html/>
- <http://clanky.rvp.cz/clanek/c/P/9969/HRY-V-MATERSKE-SKOLE.html/>
- <http://clanky.rvp.cz/clanek/c/P/10697/OD-ZARI-AZ-DO-CERVNA.html/>
- <http://clanky.rvp.cz/clanek/c/P/13945/RELAXACNI-HRY.html/>