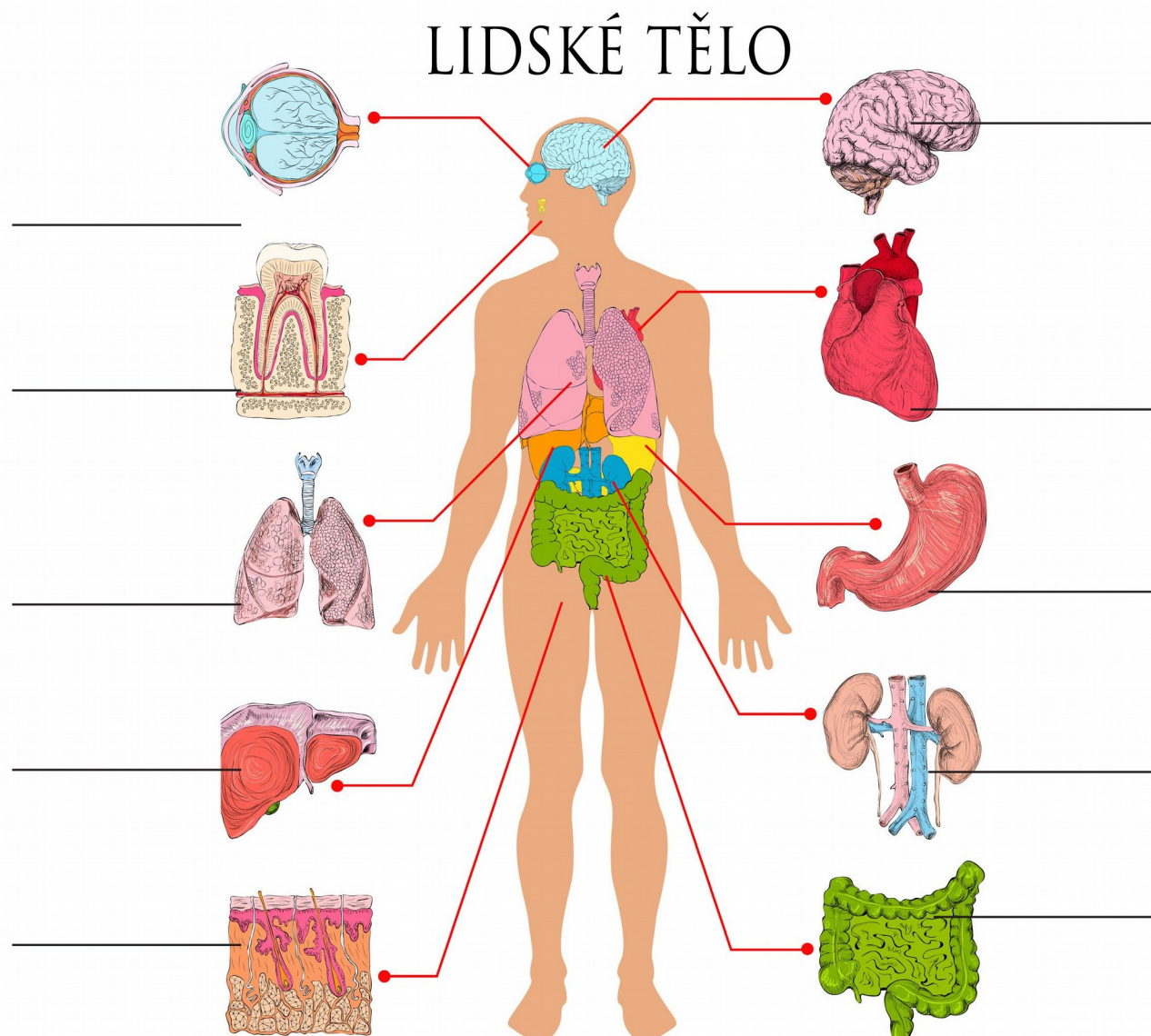
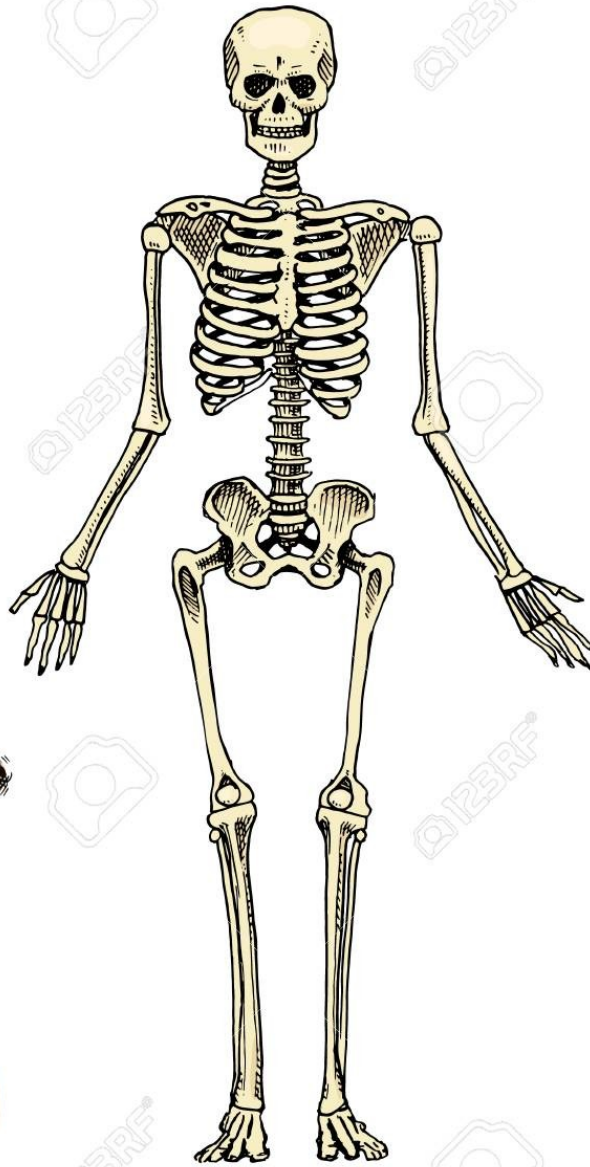
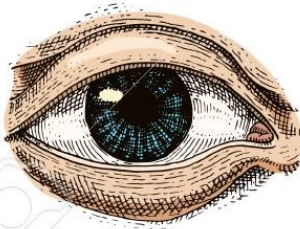
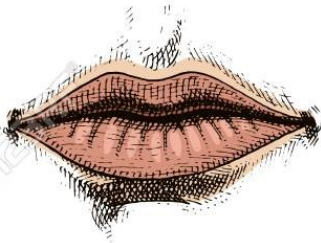
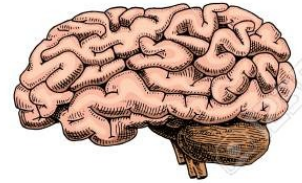
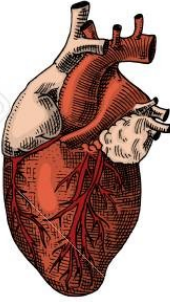
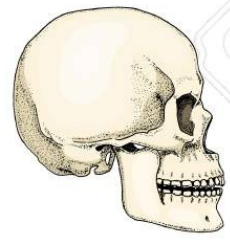
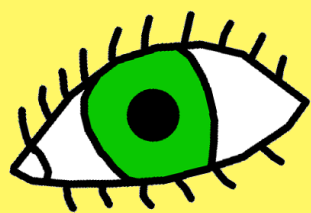


MOJE TĚLO, ORGÁNY A KOSTRA



OKO STŘEVA KŮŽE JÁTRA
PLÍCE ZUB SRDCE MOZEK
LEDVINY ŽALUDEK





*Moje tělo mozek řídí,
oči ty to dobře vidí.*

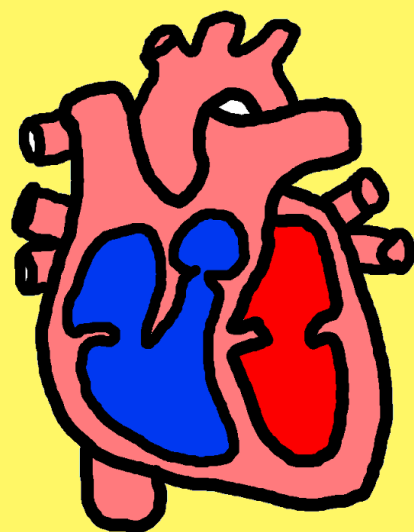


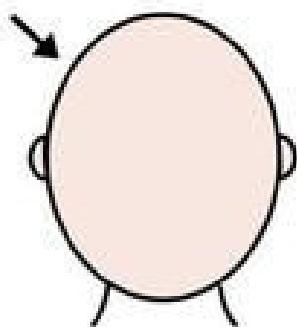
*Pod hlavou je krček malý,
na rukách jsou velké svaly.*

*Na nich máme prstů pět,
spočítáme si je hned.*

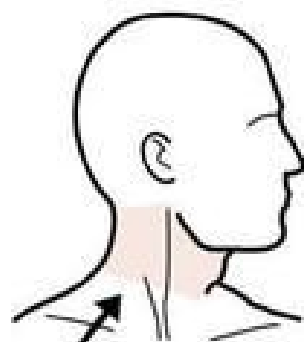
*V hrudním koši srdce máme,
do bříška si jídlo dáme.*

*Nohy obě procvičí se,
venku dobře skotačí se.*

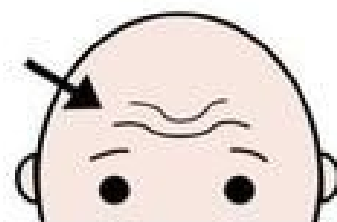




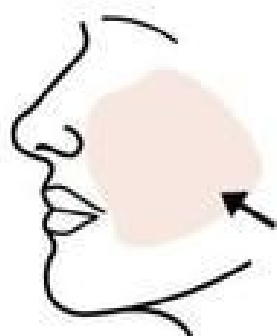
HLAVA



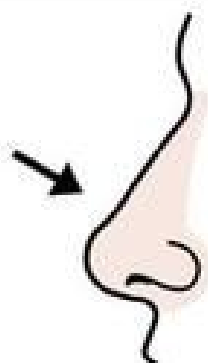
KRK



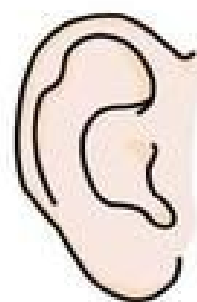
ČELO



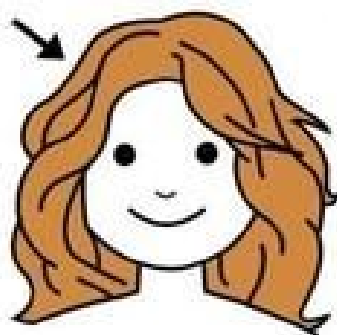
TVÁR



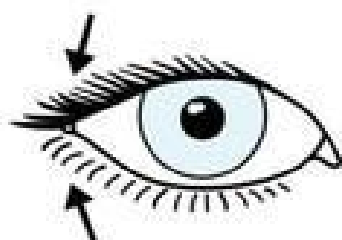
NOS



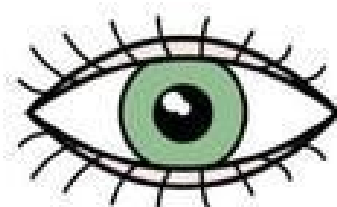
UCHO



VLASY



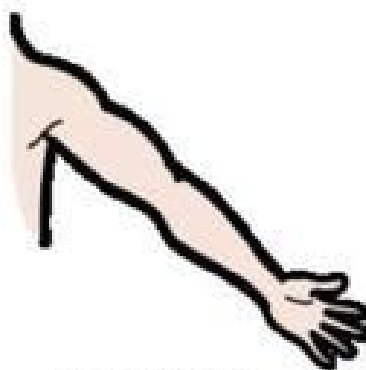
MIHALNICE



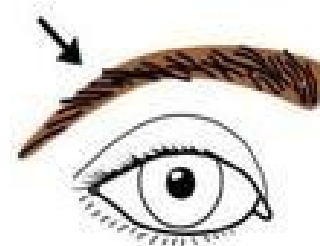
OKO



NOHA

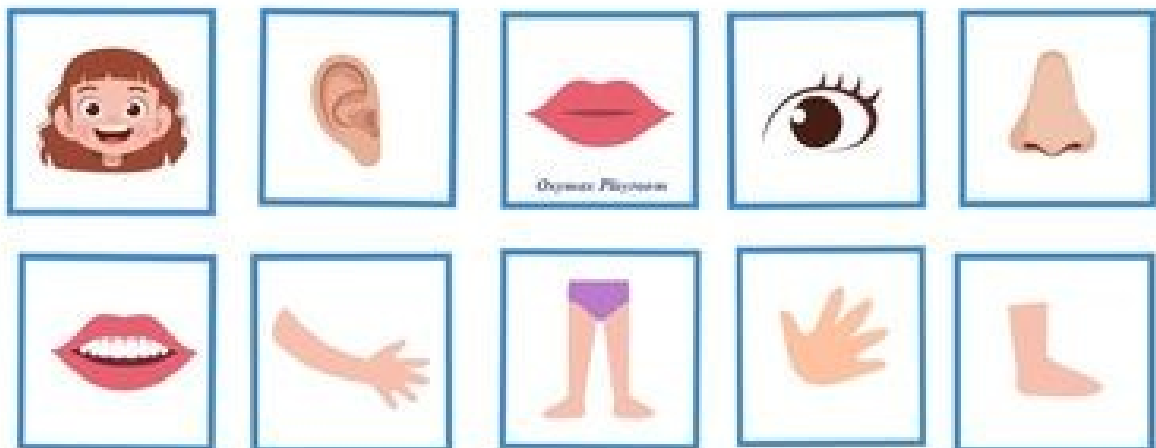
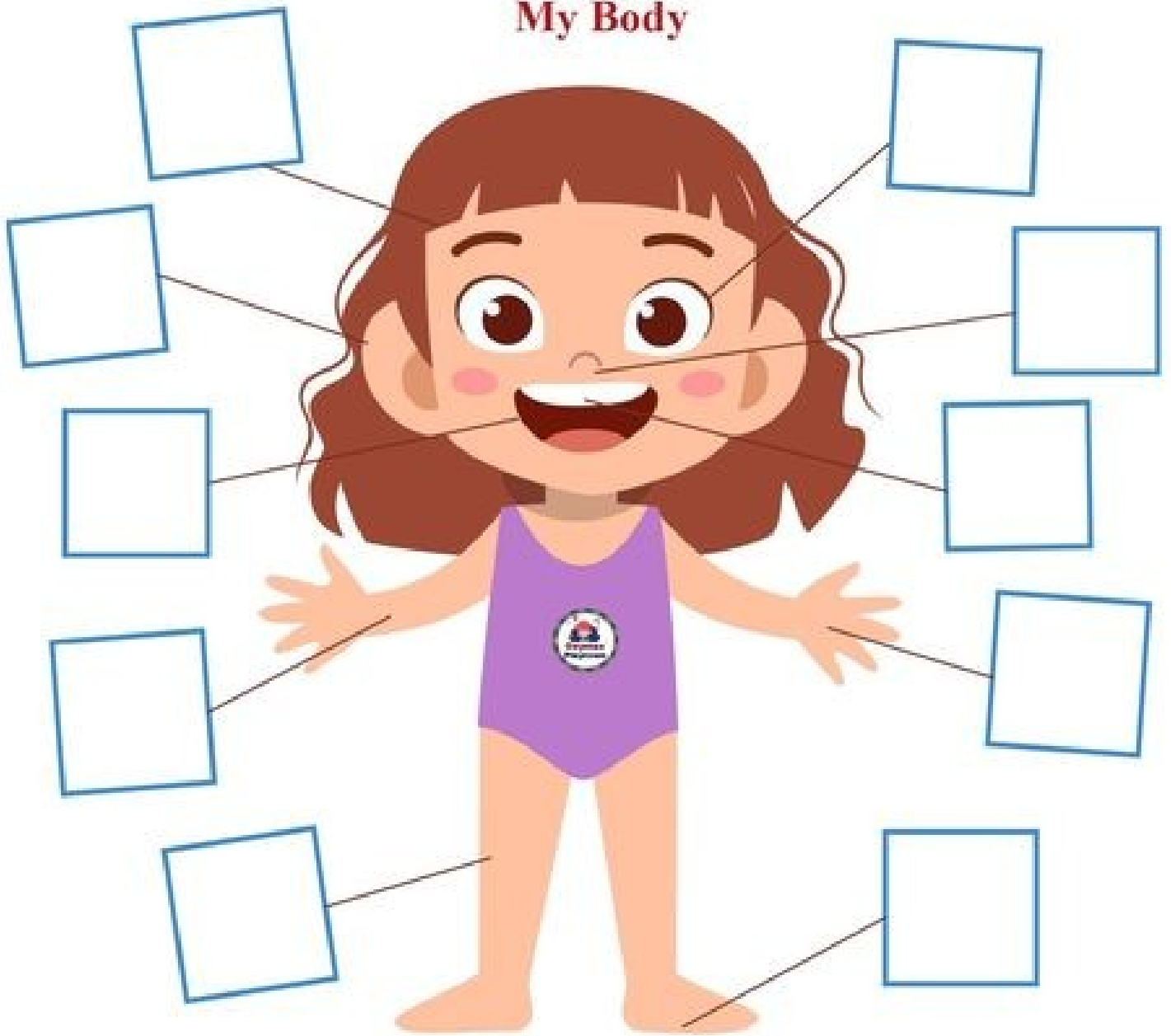


RUKA

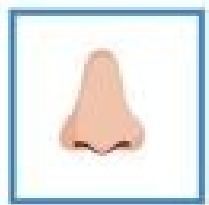


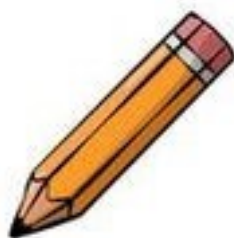
OBOČIE

My Body



My Body





Téma: „Lidské tělo“

- Seznámit děti s vlastním tělem a vnitřními orgány, se svými smysly, péčí o chrup
- Rozeznávat a poznávat různé chutě, tvary, materiály s využitím všech smyslů
- Mít povědomí o způsobech ochrany zdraví a vědět, kde hledat pomoc

Bylo jedno tělo, to dvě nohy mělo. Každá noha prstů pět, věděl o tom celý svět. A když budeš chvíli potichu, uslyšíš, jak ve tvém hrudníku, srdíčko se skrylo, aby ti tam bilo! Nad srdíčkem ramena, co to ale znamená ? Z ramen nám dvě ruce trčí, na konci se prsty krčí. A pak ještě velká koule, a v té kouli hned dvě boule. Je to hlava, co se točí, a ty boule, to jsou oči. Stále je tam místa dost, aby se tam vešel nos. A pod nosem zuby v puse, co se smějí v jednom kuse !

• **JAK VYPADÁ A FUNGUJE NAŠE TĚLO** ? Pomocí rozhovoru, prohlížení obrázků v encyklopediích budeme hledat odpovědi na otázky z čeho se naše tělo skládá, jakou roli mají jednotlivé orgány v těle.

• **POZNÁVÁME SVOJI HLAVU** <https://www.youtube.com/watch?v=wuRFQEk5VxI>

• **KOSTRA** - co drží naše tělo vzpřímené, jak se nazývají některé kosti, co nám pomáhá se pohybovat ? / ukazujeme a popisujeme na obrázku kostry - páteř, hrudní koš, pánev, lebka / Jsou kosti pevné, dají se zlomit ? / přiblížíme si nebezpečí, při nichž si můžeme kost zlomit /.

• **KLOUBY** - tam, kde můžeme ohýbat tělem, máme kloub. Hýbáme hlavou, rukama, nohama, loktem a vždy si ukážeme, kde kloub máme.

• **SVALY** - čím jsou kosti pokryty, co máme pod kůží ? Uvědomění si svalů - cviky na břicho, kdo chce mít velké svaly musí cvičit. Svaly máme i na obličeji, kdybychom je neměli, vypadali bychom takto : / obličej bez výrazu, nemohli bychom se smát, ... / Procvičíme si mimické svaly - usmějeme se, zamračíme, nafoukneme se, vyplazujeme rychle jazyk .

• **NAŠE SMYSLY A JEJICH ORGÁNY** - kolik máme smyslů a k čemu nám slouží ? / čich, chuť, zrak, hmat, sluch / Smyslové hry - Slepá bába, Na kukačku, Co je sladké, slané, kyselé a hořké.

•**ORGÁNY V TĚLE** - nejdůležitější z nich srdce, plíce, žaludek - k čemu slouží? Povíme si o nich a ukážeme na obrázku. Využijeme kresleného seriálu Byl jednou jeden život zde https://www.youtube.com/watch?v=x3QivMNbcrM&list=PL_c00IPCdRoGD0k6aG7725OaqHQQffcVf&index=2

•**JAK O SVOJE TĚLO MUSÍME PEČOVAT ?** Význam správné hygieny a zdravého stravování. Vytvoříme koláž ze zdravých potravin, nezdravých potravin.

•**OBKRESLENÍ POSTAVY SOUROZENCE, MAMINKY, TATÍNKA** - uvědomění si tvaru těla, obkreslíme postavu a sledujeme, jak vypadá obrys. Pak ho společně dokreslíme a vybarvíme.

•**POHÁDKA** - Paleček a jeho kamarádi <https://www.tamtam.cz/komunikujeme/komunikujeme-palecek-a-jeho-kamaradi/>

•**POKUSY A OBJEVY** otisk dlaně; děti si namáčejí dlaně do barvy a pak je otisknou na balicí papír, pozorují rozdíly velikosti dlaně a strukturu kůže můžeme použít ke zkoumání lupu

•**MANIPULAČNÍ HRY** - navlékání korálků; děti na vlasec navlékají dřevěné korálky, procvičí si tím jemnou motoriku; kuličky z papíru; děti mačkají dlaněmi do kuliček listy novinového papíru, hod na cíl; modelujeme kuličky, a tak procvičujeme jemnou motoriku; děti se snaží mezi dlaněmi vytvarovat kuličky, např. modelujeme hlavu panáčka; používáme domácí modelínu

•**KIMOVA HRA** - na stůl položíme několik předmětů. Ukážeme je dětem. Pak předměty zakryjeme a jeden z nich odebereme, po odkrytí dítě hádá, která věc zmizela

•**HLEDEJ ČÁST TĚLA DLE HMATU** - dítěti zavážeme oči a necháme ho osahat část těla sourozence, maminky, tatínka... - ruka, loket, prst, chodidlo... Dítě zkusí správně pojmenovat část těla, na kterou sahá. Obtížnost hádanek volíme dle schopností dítěte. Náročnější - koleno, loket, rameno, kotník... Lehčí - celá ruka, noha, hlava...

•**POZNÁVÁME RŮZNÉ ZVUKY** - např. venku, uvnitř šustění pytlíku, mačkání pet lahve, cinkání na lžičky, na skleničku, zvuky z CD...

•**POZNÁVÁME PODLE CHUTI** – např. potraviny, určování sladké, slané, kyselé, hořké....

•**HMATOVÉ HRY** – rozeznávat různé povrchy – hladký, hrubý, různé tvary, velikosti

•**HYGIENA** – hřeben, kartáček, mýdlo, ručník. Během celého dne se na naší kůži hromadí mikroby a nečistoty. Důležité je se pravidelně umývat vodou a mýdlem, jen tak mikroby zlikvidujeme a zabráníme vzniku infekcí. Pravidelně si musíme mýt vlasy, uši a nehty. Velmi důležité je čistit si pravidelně zuby. Povídáme si s dětmi kolikrát denně si čistíme zuby, myjeme ruce.....a proč

•**SPÁNEK** – postel. Naše tělo si potřebuje po dlouhém dni odpočinout, aby si dobylo baterie a abychom druhý den byli zase svěží a čilí. Pokud bychom se dostatečně nevyspali, byli bychom ospalí, malátní a pomalí. Ve spánku naše tělo stále pracuje – dýchá, polyká, zažívá, vnímá, jen pomaleji. Čím je člověk mladší tím více musí spát – miminko spí skoro celý den, malé děti spí ještě po obědě a večer a dospělci spí jen večer.

•**POHYBOVÉ HRY**

LÉKAŘ ŘEKLI

Pomůcky: Čepice pro lékaře, píšťalka.

Lékař zadává jednoduché pokyny, děti mění polohy těla dle pokynů: např. sedněte si na zem a zvedněte obě ruce nad hlavu; lehněte si na bok a zvedněte horní nohu; udělejte dřep a rukama se opřete o zem.....

JAK SE TVÁŘÍM?

Pomůcky: žádné

Vybrané dítě předvede „bláznivý“ obličej. Vyjadřuje legrační grimasu dle vlastní fantazie, aby ostatní pobavila. Následně si dítě ukryje obličej do dlaní, pozvolna si dlaněmi přejeде po tvářích směrem dolů, směrem k bradě. Tímto pohybem „sejme obličej“ ze své tváře a tváří se opět normálně, neutrálně. Pantomimicky „z obličeje“ v dlaních vytvoří míček a hodí jej pantomimicky vybranému kamarádovi. Ten obličej „zachytí“ a zkusí napodobit stejný obličej jako dítě před ním.

POHÁDKA O JEDNÉ HÁDCE

Hádalo se břicho s hlavou,
kdo je víc.

Hádala se levá ruka s pravou,
kdo je víc.

Ruka s nohou hádaly se denně,
kdo je víc.

Řekla hlava nazlobeně:

„Jeden bez druhého nejsme nic“

LIDSKÉ TĚLO

Hodně kostí v těle,
cítím se skvěle.

Spojují je klouby
a někdy i šrouby.

Hrudní koš je maska,
pro srdce i plíce,
tak se koukej o své tělo starat více.

MOJE TĚLO

Moje tělo mozek řídí,
oči ty to dobře vidí.

Pod hlavou je krček malý,
na rukách jsou velké svaly.

Na nich máme prstů pět,
spočítáme si je hned.

V hrudním koši srdce máme,
do břicha si jídlo dáme.

Nohy obě procvičí se,
venku dobře skotačí se.

SMYSLY

Člověk, ten má smyslů pět,
znám je všechny nazpaměť.
Kde jsou oči, tam je ZRAK,
po prstech nám skáče HMAT.
SLUCH nám sedí na uších,
do nosu nám vlezl ČICH.
A CHUŤ v ústech na jazýčku
spinká si tu na krajíčku.