

Milí rodiče a milé děti,

tento týden bude patřit veselým písničkám a hudbě. Proto jsme pro vás připravili aktivity na téma:

„ My jsme malí muzikanti “

Kolektiv učitelek MŠ Sluníčko

Téma týdne: **MY JSME MALÍ MUZIKANTI**

1. Nejdříve si zacvičíme a trochu se rozdýcháme
2. Můžeš se naučit nějaké básničky
3. Zkus obtáhnout houslový klíč – začni uprostřed
4. Nauč se noty, jak jdou za sebou
5. Zkus noty přepsat do notové osnovy a zazpívat
6. A teď něco o hudebních nástrojích
7. Pracovní listy – hudební nástroje
8. Zazpívej si pro radost
9. Nakresli hudební nástroj, na který se chceš učit hrát



PRŠÍ

Děti stojí v mírném stoji rozkročném, vzpaží a pohyby prstů napodobují kapky deště, přitom přecházejí do dřepu a současně připažují. Opakují básničku, při kukání kukačky pohybují prsty, střídavě je roztahují do vějíře a svírají v pěst. Opakujeme 2–3×.

*Prší, prší, kape z nebe,
schováme tě mezi sebe.
Schováme se za luka,
až kukačka zakuká.
Kuku, kuku, kuku.*

*Prší, prší z nebe jemně,
raduje se celá země,
stromy, ptáci, zvířátka,
kytičky i děťátka.
Kap, kap, kap, kap.*



ÚČINKY CVIČENÍ: Cvičení posiluje svalstvo dolních končetin, paží a drobné svaly rukou. Podporuje obratnost prstů a koordinaci.

ROZTAHOVÁNÍ A SCHOVÁVÁNÍ PRSTŮ

Dřep. Děti předpaží skrčmo a přitáhnou paže k hrudníku, sevrou ruce v pěst s palcem uvnitř dlaně. Předpaží, natáhnou prsty a roztáhnou je „do vějíře“. Cvičení můžeme pozměnit: Děti vzpaží. Ukazují prsty větru, stromům, sluníčku apod. Mohou také proplést prsty nad hlavou. Opakujeme 2–3×.



*Ukaž prsty, zas je schovej,
udělej si pěstičky,
palce ukryj pěkně dovnitř,
pak rozevři prstíčky.*

ÚČINKY CVIČENÍ:

Procvičuje paže a zlepšuje koordinaci a jemnou motoriku rukou.



TLESKÁNÍ

Stoj mírně rozkročný, dítě střídavě tleská rukama před tělem a za tělem a střídavě zvedá nohy na místě. Přitom můžeme opakovat říkanku nebo zpívat a tleskat do taktu. Opakujeme 3–5×.

Skok na místě:

*Tleskni vpředu, tleskni vzadu,
dám ti jednu dobrou radu:
skoč z jedné nožky na druhou
a pak se vydej za duhou.*





Chůze na místě:

*Tlesknem vpřed a tlesknem vzad,
prochází se každý rád.
Do rytmu si tleskáme,
nohy pěkně střídáme.*

ÚČINKY CVIČENÍ: Procvičuje horní a dolní končetiny, zlepšuje koordinaci celého těla.

UKAŽ NOŽKU SLUNÍČKU

VARIANTA A:

Děti leží na zádech a přednožují střídavě pravou a levou nohu. Paže jsou zkřížené skříčmo za hlavou nebo leží volně podél těla.



*Zvedni nohu ke sluníčku,
nejdřív jednu, potom druhou,
pokaždé mu zamávej,
přání dobra posílej.*

VARIANTA B:

Děti přednoží pravou nohu a pod kolenem tlesknou. Totéž na druhou stranu. Opakujeme 3–4×.

ÚČINKY CVIČENÍ: Cvičení posiluje a protahuje svaly dolních končetin, působí vhodně na pohybovou koordinaci.

UKAŽ PATU SLUNÍČKU

Ve stoji na levé noze děti pokrčí zá-
nožmo pravou nohu a pravou rukou
uchopí pravou patu. Totéž zacvičí
na druhou stranu. Opakujeme 3–4×.

*Ukaž patu sluníčku,
podrž si ji chvíličku,
potom nohy vystřídej,
soustřed' se a pozor dej.*

ÚČINKY CVIČENÍ: Hravou formou
nacvičuje koordinaci pohybů
a zlepšuje rovnováhu.



KONÍČEK UKAZUJE PODKOVU

Děti ve vzporu klečmo střídavě zanožují
pravou a levou nohu. Opakujeme 3–4×.

*Počkej chvíli, koníčku,
ukaž mi svou nožičku.
Já se na ni podívám,
podkovu ti novou dám.*

ÚČINKY CVIČENÍ: Hravou formou
nacvičuje koordinaci pohybů
a zlepšuje rovnováhu.





DECHOVÁ CVIČENÍ

Děti leží na zádech a pomalu se nadechují nosem do celých plic, paže vedou přes upažení do vzpažení, až je spojí nad hlavou, jako kdyby kreslily slunce. Při výdechu se paže vrací zpět. Opakujeme 4–5×.

Totéž cvičení provádíme ve stoji: s nádechem vedeme paže přes upažení do vzpažení a s výdechem je vracíme zpět.

ÚČINKY CVIČENÍ: Pohyb paží napomáhá k prohloubení břišního, hrudního a podklíčkového dechu.



PROHLOUBENÉ DÝCHÁNÍ

Prohloubené dýchání cvičíme s představou, že foukáme do horké polévky nebo kaše. Můžeme také děti nechat foukat brčkem do vody nebo na louce foukat na chmýří pampelišek.

*Foukám, foukám, koukněte,
mám rád všechny na světě.*

*Mámu, tátu, sestřičku,
dědečka a babičku,
celou naši rodinu,*

vyfouknu jim bublinu.

Foukám, foukám bublinky

jak duhové balónky,

velké, malé, barevné,

foukání je zábavné.



Cvičení posiluje celý dýchací systém a prodlužuje výdech.

Je vhodné, aby se děti učily hrát na dechový hudební nástroj, například na flétnu.

Pozor! Foukání na chmýří pampelišek neprovádíme s dětmi s alergií nebo astmatem.

RELAXACE

ZÁKLADNÍ POZICE: lež na břiše

Opíráme se o lokty, bradu položíme do dlaní nebo ji opřeme o ruce sevřené v pěst, díváme se před sebe. Klidně dýcháme.

ÚČINKY CVIČENÍ: Uvolňuje a harmonizuje mysl, má blahodárný účinek na páteř, prohlubuje dýchání. Příznivě působí

na nervový systém, přináší dítěti příjemný pocit uvolnění, jistoty a samostatnosti.

Děti tuto pozici zaujímají spontánně.



1

Rozeznáváme:

- * brániční dýchání – spodní (abdominální),
- * hrudní dýchání – střední (kostální),
- * podklíčkové dýchání – horní (klavikulární).

Nácvik bráničního dýchání

V lehu na zádech se děti učí kontrolovat dech nejprve v oblasti bránice. Položí si ruku na břicho a pozorují nádech a výdech. Pro lepší uvolnění břišní stěny je možné pokrčit nohy v kolenou tak, že se chodidla opírají o podložku.



Nácvik hrudního dýchání

Nácvik hrudního dýchání provádíme tak, že si děti v lehu na zádech přiloží obě ruce ze stran na hrudník, prsty se ve středu lehce dotýkají. Pozorují, jak se při nádechu hrudník samovolně rozpíná, prsty se mírně oddalují a při výdechu se hrudník stahuje, prsty se lehce dotknou.



Nácvik podklíčkového dýchání

Při nácviku podklíčkového dýchání postupujeme obdobně. Děti si položí prsty lehce na klíční kosti a pozorují, jak při nádechu vstupuje vzduch až do horní části plic a jak se zdvihá podklíčková oblast. Při výdechu procítují, jak podklíčková oblast téměř neznatelně klesá zpět.



Já jsem malá holčička,
říkají mi Písnička,
co nevím, to nepovím,
s každým já si rozumím.

Dětem ouška ráda hladím,
s koťaty si zadovádím,
na sluníčku vesele
hledám nové přátele.

Pojď, Písničko, pojd' si hrát,
chceme si tě přivolat.
Třeba za čas kratičký
naučíš nás notičky!

Milí cvrčci, chcete sami
kamarádit s notičkami?
Poznat noty těžké není,
pustíme se do učení!





Pročpak pláčeš, Písničko?
volá z výšky sluníčko.
Ztratila jsem klíček v lese!
Koukej, Gustík ti ho nese!

Otevře ti z DRUHÉ LINKY
brzy budeš u maminky.
Milí cvrčci, kdo to ví?
Je to klíček HOUSLOVÝ.

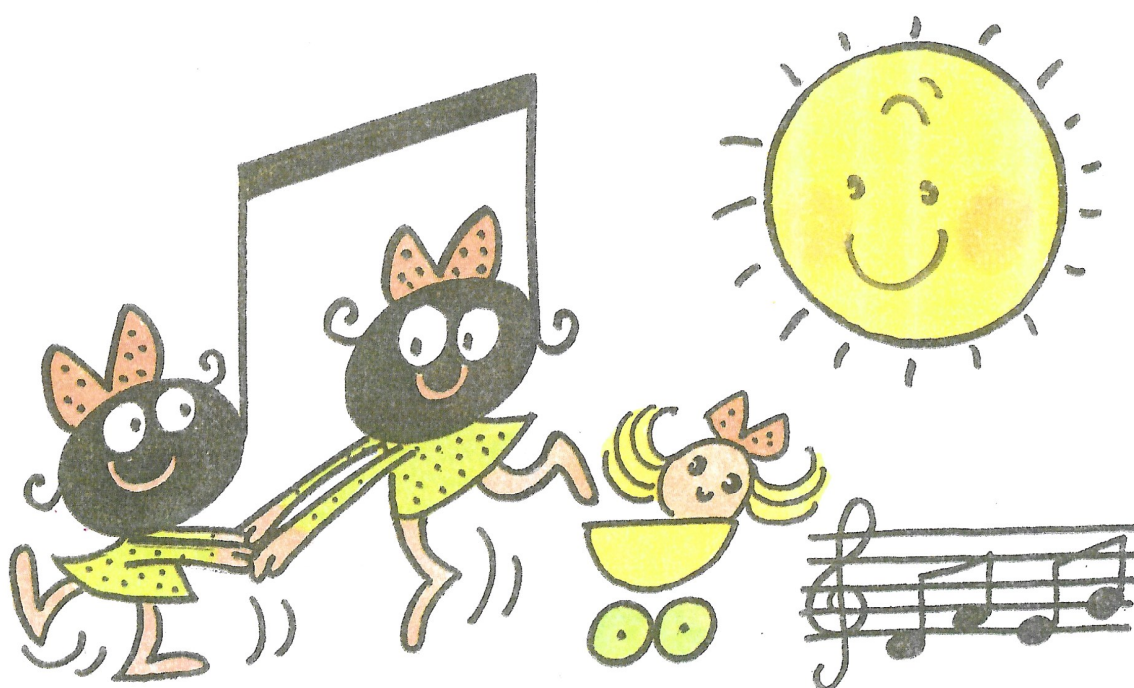
2

My jsme noty sestřičky,
máme malé nožičky.
V domečku si skotačíme,
ťapy, ťapy, ťapičky.

Samy my se bojíme,
za ručky se držíme,
někdy dvě a někdy čtyři
dokola se točíme.

Je nás plno bambuláčků,
chodíme si spolu hrát,
jsme zrcátka zpěvu ptáčků,
nemusíte se nás bát.

Navlékáme kapky rosy
na paprsek sluníčka,
větríček ho rozechvívá,
narodí se písnička.





Míchám, míchám písničky
pro kluky i holčičky.

Ať sluníčko pěkně hřeje,
ať srdíčko veselé je.

Pro koťátko u kočičky,
pro děťátko u mamičky,
písničky si budu hrát,
ať má táta mámu rád.

Ať se děti kamarádí,
ať se máme všichni rádi!
Ať je krásně na světě,
na té modré planetě!

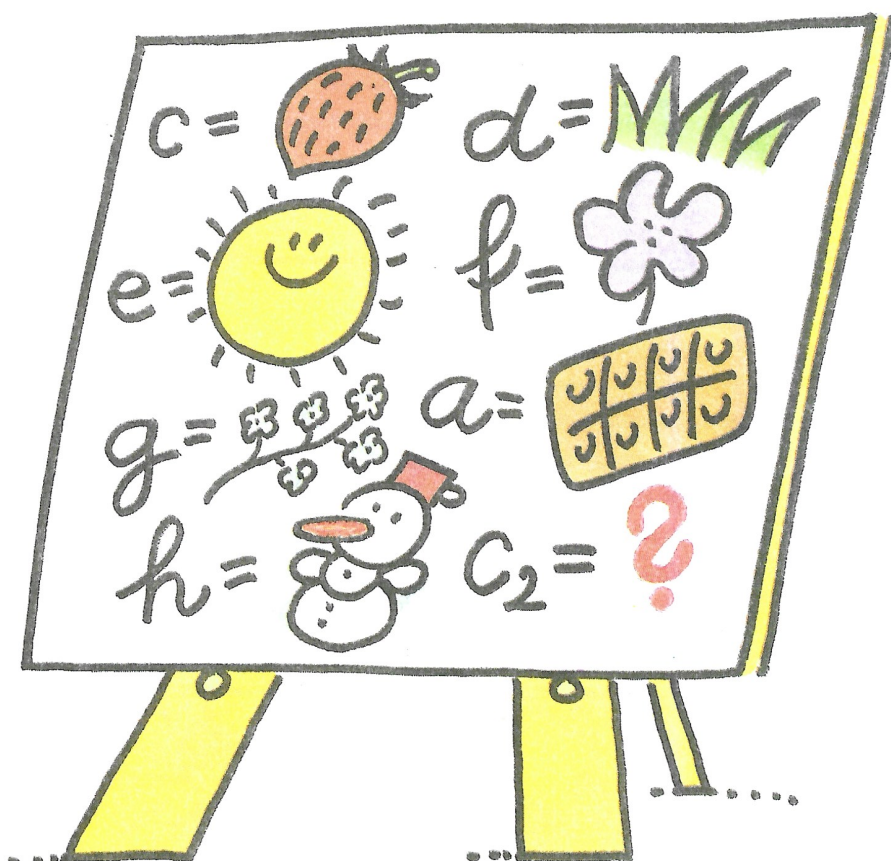


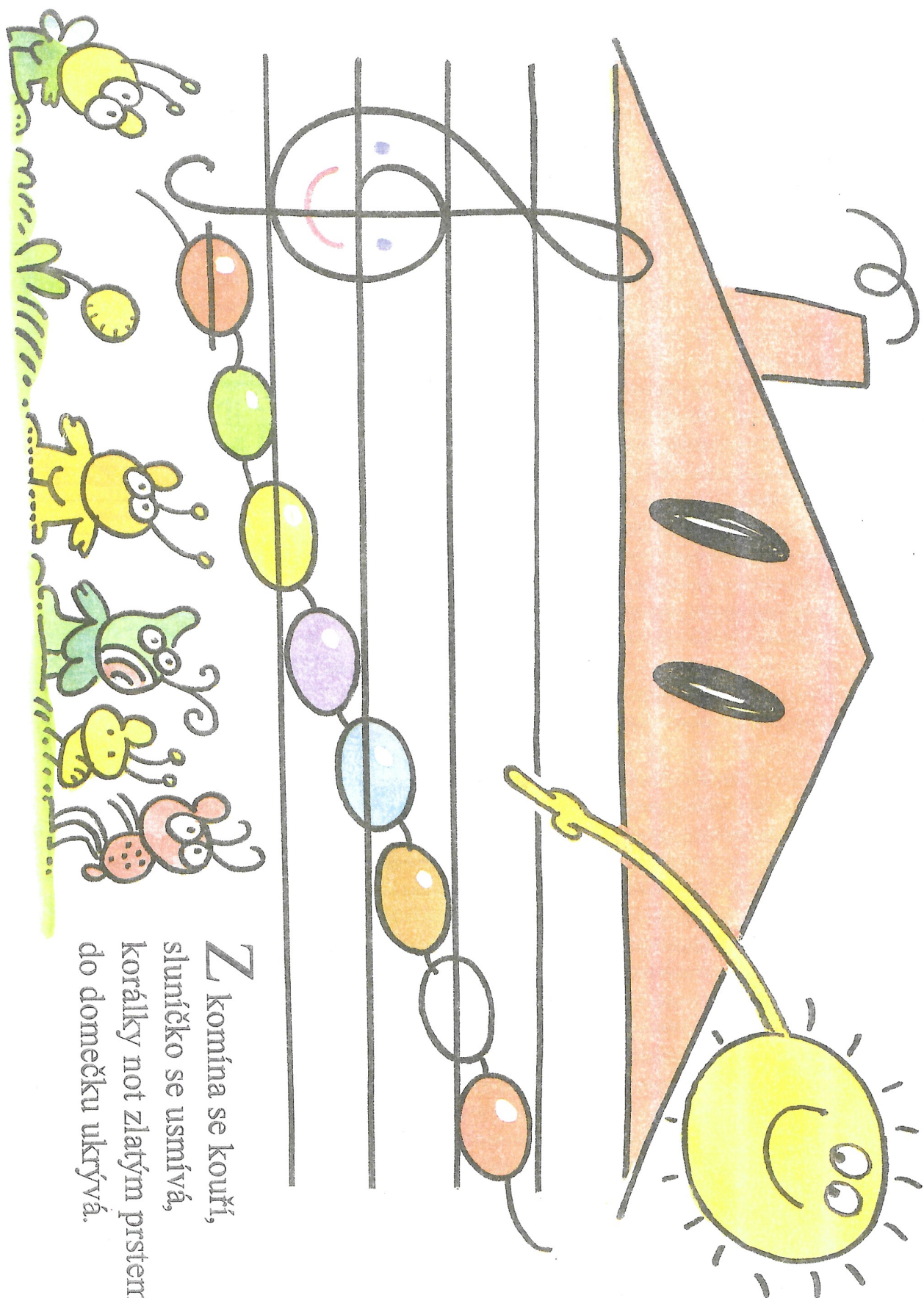
4

Notičky si skotačí,
každý tón je jinačí.

c jedna, jak jahůdka,
d travičkou zazvoní,
e svítí jak sluníčko,
f fialkou zavoní.

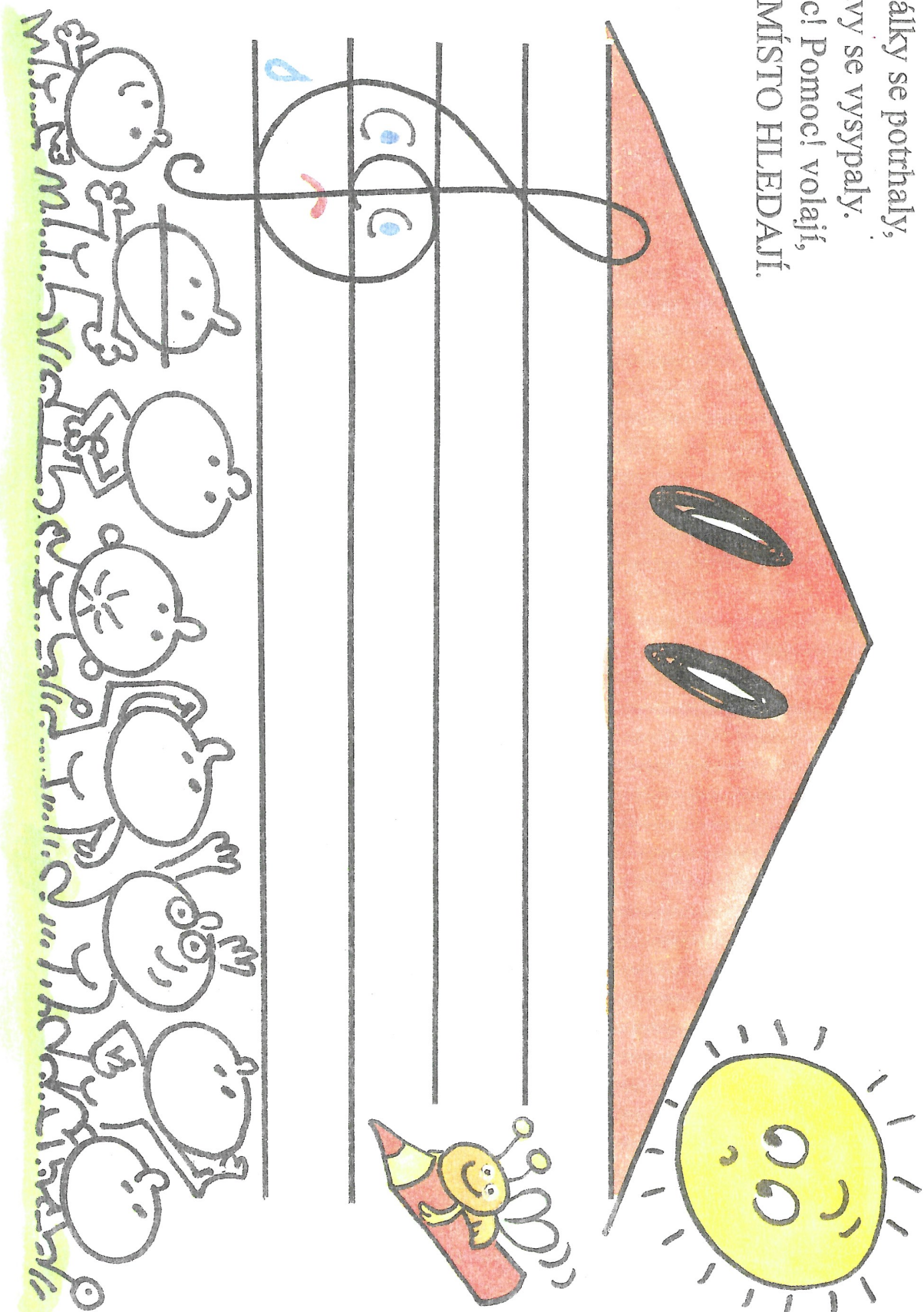
g zas pomněnka má ráda,
a chutná jak čokoláda,
h studí jak sněhulák
c dvě bude - hádej jak?



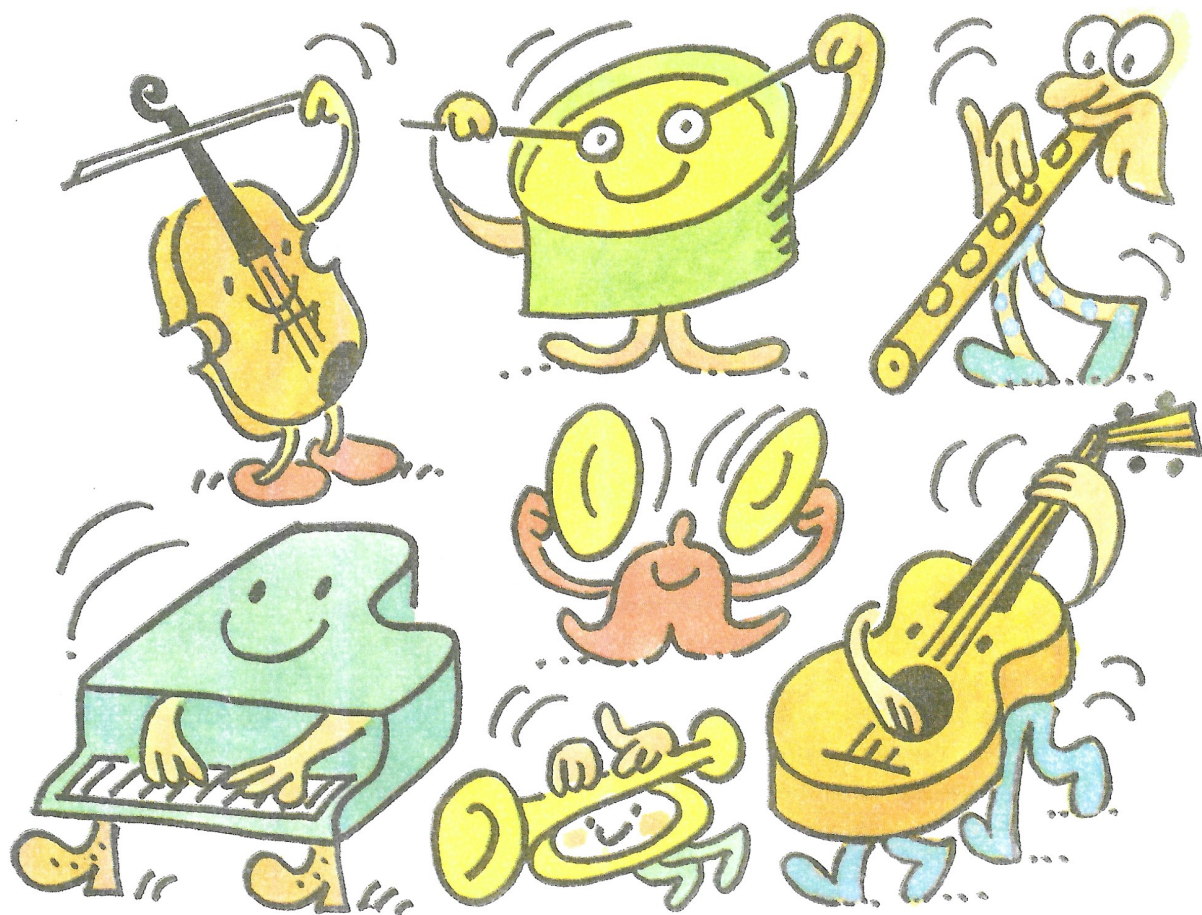


Z komína se kouří,
sluníčko se usmívá,
korálky not zlatým prstem
do domečku ukryvá.

Korálky se potrhaly,
do trávy se vysypaly.
Pomoc! Pomoc! volají,
svoje MÍSTO HLEDÁJÍ.



Jejda kluci, to jsem rád,
 už budeme brzy hrát!
 Na HOUSLIČKY fidli, fidli,
 na BUBÍNEK bum, bum, bum,
 HARMONIKA měch si honí,
 až se třese celý dům.
 Na PÍŠŤALKU písky, písk,
 na ČINELY třísky, třísk!
 Na KYTARU brnky, brnky,
 ať nám skáčou všechny hrnky.
 KLAVÍR prstíky nám hladí,
 s TRUMPETOU jsme kamarádi.
 Tramtarata zvesela
 je nás celá kapela!



Flétna

Na flétnu když někdo fouká,
zmlkne slavík, ztichne louka.
Libé tóny vzduchem letí.
Chyťte si je, milé děti!

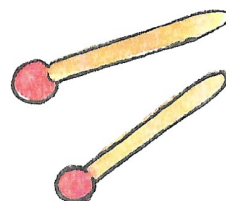
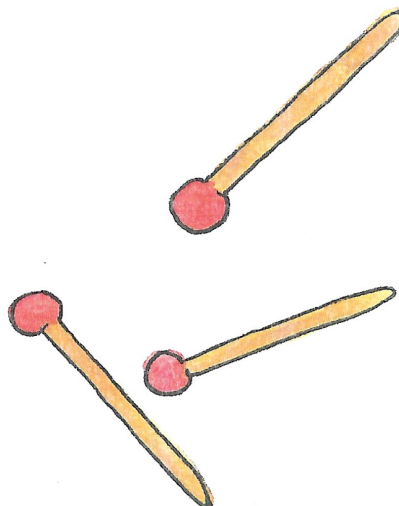
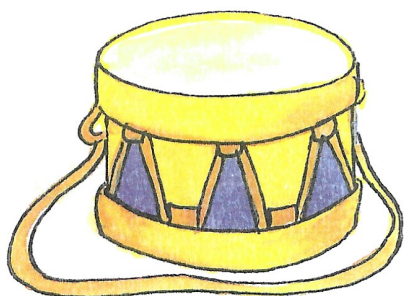


Najdeš na obrázku flétnu?

Hudební nástroje

Buben

Ať velký či maličký –
bubínek má paličky.
S nimi potom natotata
zahrajeme bumtarata.

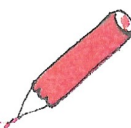


Ke každému bubnu patří 2 paličky. Nám se jedna palička ztratila.

Když přiřadíš bubnům paličky podle velikosti, zjistíš,
kterému bubnu se palička ztratila.



Hudební nástroje



Klavír

Když klavírem prsty běží,
zastaví se jenom stěží.
Aby byla píseň milá,
černou klapku střídá bílá.



Spočítej všechny černé klávesy.

Hudební nástroje

Housle

Muzikant když housle ladí,
jemně smyčcem struny hladí.
Trvá to jen chvíličku,
pak zahraje písničku.



Kolik je na obrázku houslí? Kolik mají housle strun?
Spočítej všechny struny na všech houslích dohromady.

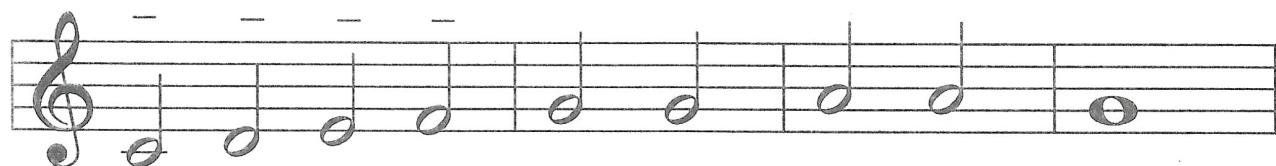


SEDÍ LIŠKA POD DUBEM

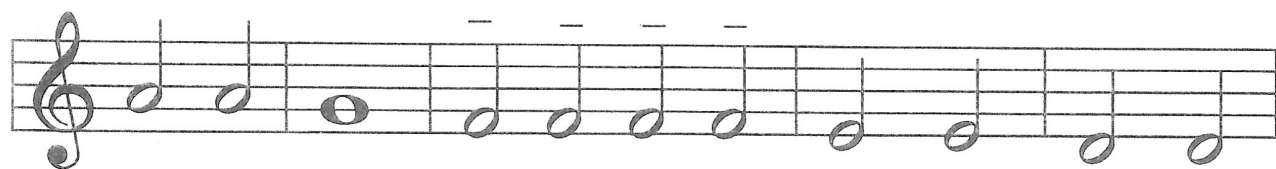
Se - dí liš - ka pod du - bem, má pís - ťal - ku
a bu - ben. Na pís - ťal - ku pís - ká
a na bu - ben tří - ská.



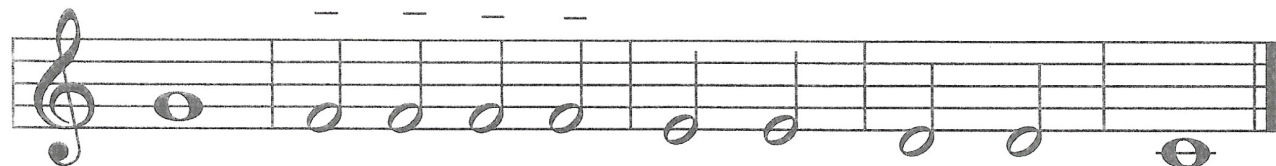
KOČKA LEZE DÍROU



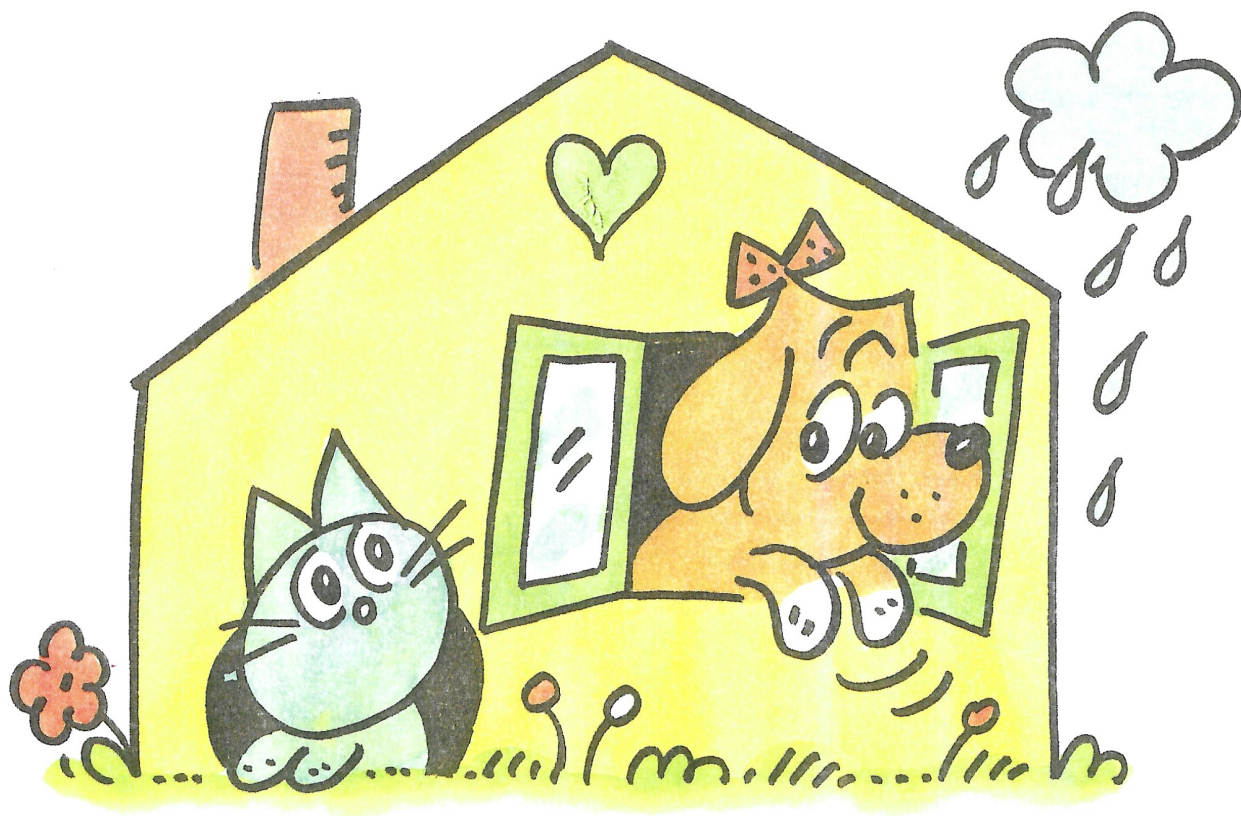
Koč - ka le - ze dí - rou, pes ok - nem,



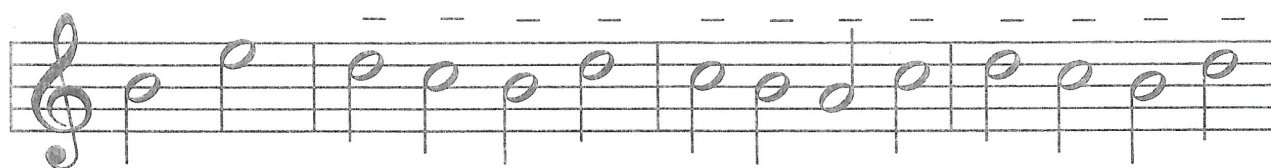
pes ok - nem, ne - bu - de - li pr - šet ne - zmok -



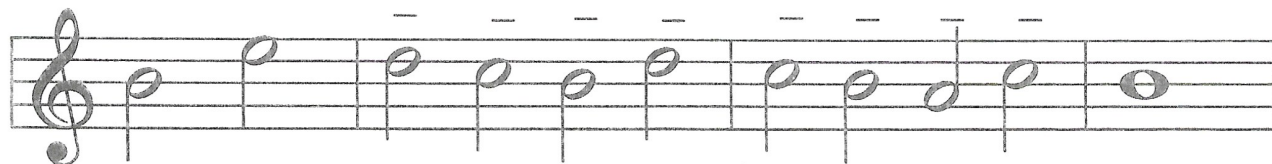
nem, ne - bu - de - li pr - šet ne - zmok - nem.



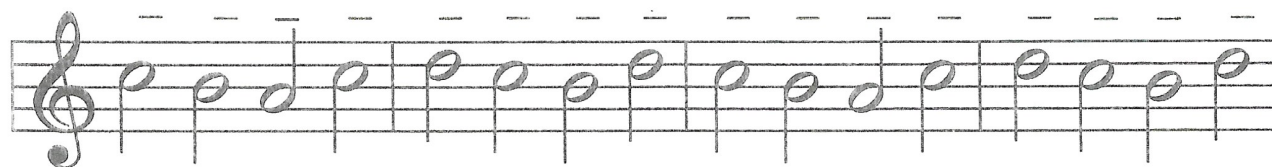
HOLKA MODROOKÁ



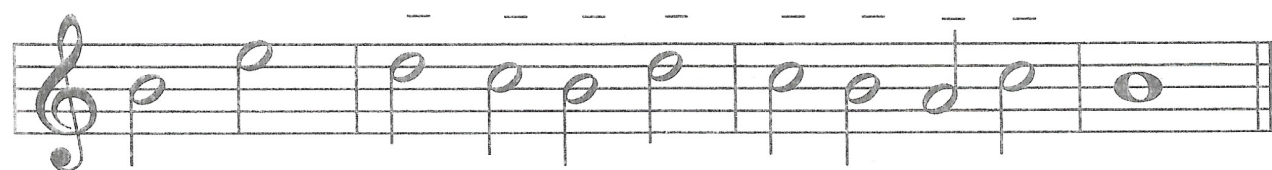
Hol - ka modro - o - ká, ne-se-dá-vej u po-to-ka,



hol - ka mod-ro - o - ká, ne - se - dá-vej tam.



V poto - ce je velká voda, vezme - li tě, bude škoda,



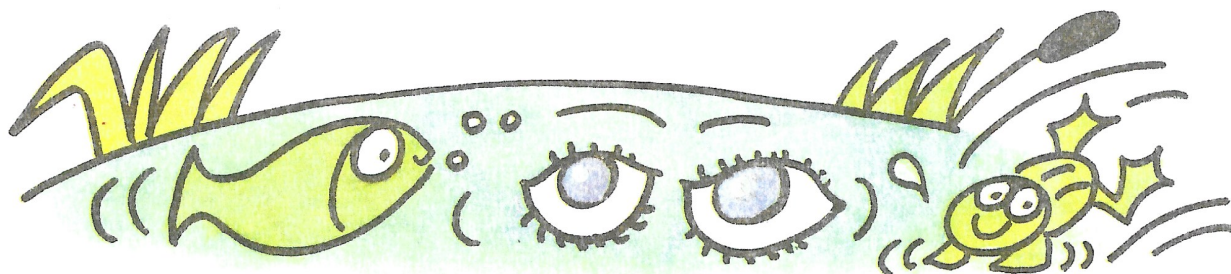
hol - ka mod - ro - o - ká ne - se - dá-vej tam.

Holka modrooká, neseďávej u potoka,

holka modrooká, neseďávej tam.

V potoce se voda točí, podemele tvoje oči,

Holka modrooká, neseďávej tam.



V ZAHRÁDCE NA HRUŠCE

A. Dubská



Na našem komíně sedává čáp,
klape si zobákem, klap, klap, klap, klap.

