

# Můj den v mateřské škole

6:30 – 11:45

## Ranní scházení a dopolední činnosti

- pozdravím se, přivítám s paní učitelkou a kamarády, cítím – li potřebu, pomazlím se, připravím si hrneček, mám-li chuť, napiji se, vyberu si hračku nebo hru dle své chuti a nálady
- po hrách si chvílku povídáme o svých zážitcích, dojmech, prožitcích, o tom, co bychom rády v MŠ dělaly
- když dostanu žízeň, mohu se kdykoli napít, vybrat si pití, které mám rád, paní učitelka nám pití připomíná a nabízí, svačíme společně, učíme se kulturně stolovat, sním, na kolik mám chuť, nikdo mne do jídla nenutí
- pokračujeme v rozvíjení oblasti tělesné a pracovní (cvičím při hudbě, s náčiním, hraji různé pohybové a relaxační hry, cvičím jógu, zkouším svoji orientaci, odvalu, pohotovost, zdokonaluji se v sebeobsluze, učím se spolupracovat, řešíme různé problémy, děláme legraci.....)
- osvojuji si řeč, slovní zásobu, komunikaci s kamarády, s paní učitelkou, rozvíjím vztahy ke kamarádům i dospělým, hrajeme si na interaktivní tabuli, tančíme, cvičíme při ní....
- prohlubuji své poznávací schopnosti formou pohádek, dramatiky, fantazie, experimentu, pokusu, hrou, exkurzí, prožitkem.....
- když rodiče chtějí, mohu jezdit do bazénu na plavání, chodit do školkové infrasauny
- někdy za námi chodí kamarádi ze sousední základní školy a hrají si s námi, my navštěvujeme jejich programy v ZŠ a v družině, cvičíme ve velké tělocvičně v ZŠ
- chodíme do divadla dětí Alfa, jezdíme na výlety, do ZOO
- chodí k nám kouzelník, herci, zpěváci a živá zvířátka z plzeňské ZOO
- rádo tančím, zpívám, směji se, kreslím, modeluji, stříhám, vymýšlím, skládám, stavím, vyprávím....
- pečuji s paní učitelkou o naše zvířecí kamarády v mateřské škole
- převlékám se na pobyt venku, snažím se sám svlékat a oblékat, nevím-li si rady, požádám o pomoc p. učitelku nebo kamaráda

## Pobyt venku:

- chodím na vycházky do parku, do lesa, kde se zajímám o přírodu a život v ní
- rád si hraji na naší krásné školní zahradě, poznávám její taje a možnosti, běhám, lezu po stromech, pečuji o naši bylinkovou zahrádku, když je teplo hraji si s vodou u našeho potůčku
- seznamuji se s dopravními pravidly na dopravním hřišti se světelnou signalizací a nechráněným železničním přejezdem pod vedením paní učitelky a také policistů

11:45 – 12:15

## Oběd:

- připravuji si talíře, příbory, hrneček a učím se vším správně zacházet, učím se tak samostatnosti, sebeobsluze a správnému stolování
- někdy mám mlsný jazýček, ale snažím se toho co nejvíce ochutnat, do jídla mne nikdo nenutí
- během celého dne dodržuji hygienu a učím se správně používat WC, mýdlo, ručník, zkouším si správným způsobem čistit zuby

12:15 – 14:15

## Relaxace, odpočinek:

- přibližně půl hodiny odpočívám na lehátku při pohádce, hudbě
- potom s námi paní učitelka hraje relaxační hry a dechová cvičení na lehátku, vypráví příběhy, mohu si prohlížet knihy, hrát si s plyškem.....
- když má paní uklízečka uklizenou třídu po obědě a mně nejde usnout, mohu vstát a vybrat si klidnější činnosti ve třídě, abych nerušil spící kamarády – stříhám, kreslím, modeluji, prohlížím knihy, skládám, stavím, hraji si s kamarády pexeso, někdy si hraji na počítači zajímavé počítání, angličtinu....., povídám si s paní učitelkou.....
- převlékám se a spolupracuji při úklidu svých lůžkovin

**14:30 – 17:30**

### **Odpolední rozcházení:**

- po spaní se nasvačím, nemám-li ještě chuť, sním si svačinku o trochu později
- následují činnosti, které mám rád, obohacují a rozvíjejí mě, v této době si rád hraji v MŠ s maminkou, tátou, abych jim vše ukázal
- za příznivého počasí chodíme ven a hrajeme si na průzkumníky, na schovávanou, na pískovišti, fotbal, šplhám, učím se dopravním znalostem na dopravním hřišti, hraji si u našeho potůčku, povídám si s kamarády potrubním telefonem.....
- někdy se mi nechce ze školky a chtělo bych si ještě hrát

## **Můj den v mateřské škole – děti mladší tří let**

### **Ranní scházení a dopolední činnosti**

- můj dopolední program je podobný jako ve třídách starších dětí
- na všechno je dost času (více než běžně), podle toho, jak je potřeba
- nikam nespěchám a na každou změnu (režimové momenty) jsem dostatečně předem upozorněn, abych se stihl připravit
- mám připraveno dost hraček, ale můžu si hrát sám, s kamarády, nebo jen tak pozorovat dění ve třídě
- kdykoliv je třeba, je nablízku některá paní učitelka a chůva
- pokud se stane nehoda (nestihl jsem dojít včas na WC, polil jsem se, rozlil barvy, apod.), dospělák mi pomůže, abychom to napravili
- pokud to zvládnou sám, mohu si malovat, či vybrat hračku nebo stavebnici podle domluvených pravidel (pomalé tempo a časté střídání her není problém, pokud průběžně vracím věci na své místo – třeba i s dopomocí)
- mohu si přinést svoje hračky a hrát si s nimi během dne
- mám dostatek času na oblékání v šatně, stravování, odpočinek i pobyt venku

### **Pobyt venku:**

- hraji si na školní zahradě nedaleko paní učitelky, či chůvy
- postupně dostávám větší volnost v pohybu a výběru činností
- na vycházce se vždy držím hada a poslouchám instrukce paní učitelky

### **Oběd:**

- talíře, příbory a hrneček mi připravuje paní kuchařka, učím se se vším správně zacházet, učím se postupně a pozvolna samostatnosti, sebeobsluze a správnému stolování
- někdy mám mlsný jazýček, ale snažím se toho co nejvíce ochutnat, do jídla mne nikdo nenutí
- během celého dne dodržuji hygienu a učím se správně používat WC, mýdlo, ručník – v tom mi velmi pomáhá paní učitelka a chůva a oceňují každý můj pokrok

### **Relaxace, odpočinek:**

- před spaním si poslechnu krátké vyprávění paní učitelky, příběh, nebo pohádku, kterou mi paní učitelka (chůva) přečte
- dobu odpočinku mám tak dlouhou, jak potřebuji, s ohledem na odpolední aktivity ve třídě a čas
- do postýlky si s sebou беру „mazlíka“, či jinou oblíbenou měkkou hračku
- pokud se vzbudím a něco potřebuji (na toaletu, smrkat, ...), dospělák se o mě postará, abych mohl nerušeně pokračovat v odpočinku
- snažím se převléknout, nebo počkám na pomoc

### **Odpolední rozcházení:**

- po spaní se napiji a nasvačím, nemám-li ještě chuť, sním si svačinku o trochu později
- následují činnosti, které mám rád, obohacují a rozvíjejí mě, v této době si rád hraji v MŠ s maminkou, tátou, abych jim vše ukázal
- za příznivého počasí chodíme ven, i když kvůli bezpečnosti musím být blízko paní učitelky a hrát si v omezeném prostoru