



# KURIKULUM

## MŠ CIHLIČKA








V naší práci uplatňujeme principy podporující zdraví dětí a výchovu ke  
zdravému životnímu stylu.





## Učíme děti:

-  deset zásad podpory zdraví v MŠ
-  životním dovednostem
-  pravidlům soužití
-  vytváření zdravého prostředí
-  aktivity podpory zdraví

## Deset zásad podpory zdraví v MŠ

1. UČITELKA PODPORUJÍCÍ ZDRAVÍ
2. RYTMICKÝ ŘÁD ŽIVOTA A DNE
3. TĚLESNÁ POHODA A VOLNÝ POHYB
4. ZDRAVÁ VÝŽIVA
5. SPONTÁNNÍ HRA
6. PODNĚTNÉ VĚCNÉ PROSTŘEDÍ
7. BEZPEČNÉ SOCIÁLNÍ PROSTŘEDÍ
8. PARTICIPATIVNÍ A TÝMOVÉ ŘÍZENÍ
9. PARTNERSKÉ VZTAHY S RODIČI
10. SPOLUPRÁCE MATEŘSKÉ ŠKOLY SE ZÁKLADNÍ ŠKOLOU

## Životní dovednosti






- Čestnost** : chovat se podle vědomí, co je správné a co je špatné
- Iniciativa** : udělat něco, protože je třeba to udělat
- Pružnost** : schopnost změnit plán, pokud je to potřebné
- Vytrvalost** : pokračovat navzdory obtížím





- Organizování** : plánovat, sestavit a provádět věci uspořádaným způsobem, držet věci v pořádku, připravené k užití
- Smysl pro humor** : smát se a být hravý, aniž by se to dotklo někoho jiného
- Úsilí** : snažit se, jak to nejvíc jde
- Zdravý rozum** : užívat dobrý úsudek
- Řešení problému** : hledat řešení obtížných situací i každodenních problémů
- Odpovědnost** : reagovat, když je vhodné, být odpovědný za své činy
- Trpělivost** : čekat klidně na někoho nebo na něco
- Přátelství** : dělat si přátele a udržovat si je vzájemnou důvěrou a péčí
- Zvídavost** : touha dozvědět se nebo vědět o světě kolem sebe
- Spolupráce** : pracovat společně směrem ke společnému cíli nebo společné úloze
- Starostlivost** : cítit zájem o druhé

### Pravidla soužití



-  důvěra
-  pravdivost
-  aktivně naslouchat
-  neshazovat
-  osobní maximum

**Hranice a pravidla** zjednávají volný prostor, který děti naplňují životem, fantazií, tvořivostí a produktivitou. Prostor pomáhá dětem najít stanovisko a rozvíjet vlastní JÁ.





**Tvoříme je spolu s dětmi, aby je přijaly za své, neboť učí děti zodpovědnosti za své chování a jednání.**

-  jsou jasná, srozumitelná, jednoznačná, přiměřená a funkční
-  slouží dítěti k jeho rozvoji, poskytuje mu jistotu, bezpečí a spolehlivost

### **Vytváření zdravého prostředí**

Děti se učí tomu, v čem žijí.

Žije-li dítě v prostředí výtek, naučí se odsuzovat.

Žije-li dítě v prostředí nepřátelství, naučí se útočit.

Žije-li dítě v prostředí posměchu, naučí se být plaché.

Žije-li dítě v prostředí zahanbování, naučí se cítit provinile.

Žije-li dítě v prostředí tolerance, naučí se být trpělivé.

Žije-li dítě v prostředí povzbuzování, naučí se důvěřovat si.

Žije-li dítě v prostředí chvály, naučí se oceňovat.

Žije-li dítě v prostředí slušnosti, naučí se být čestné.

Žije-li dítě v prostředí bezpečí, naučí se věřit.

Žije-li dítě v prostředí spokojenosti, naučí se mít rádo.











Žije-li dítě v prostředí přátelství, naučí se být rádo na světě.

Žije-li dítě v prostředí....., naučí se .....





## Aktivity podpory zdraví

-  rozšířená nabídka pohybových aktivit
-  dostatečný pohyb venku
-  otužování dětí vodou a vzduchem, zvlhčovače
-  aktivity z hlediska duševního a tělesného zdraví
-  letní a zimní sportovní hry na školní zahradě
-  polodenní a celodenní výlety dětí do přírody
-  prezentace školy v tělovýchovných olympiádách a výtvarných soutěžích
-  plavecký výcvik
-  lyžařský kurz
-  pobyt dětí ve škole v přírodě

