

DJEČJI VRTIĆ  
**Sunček**

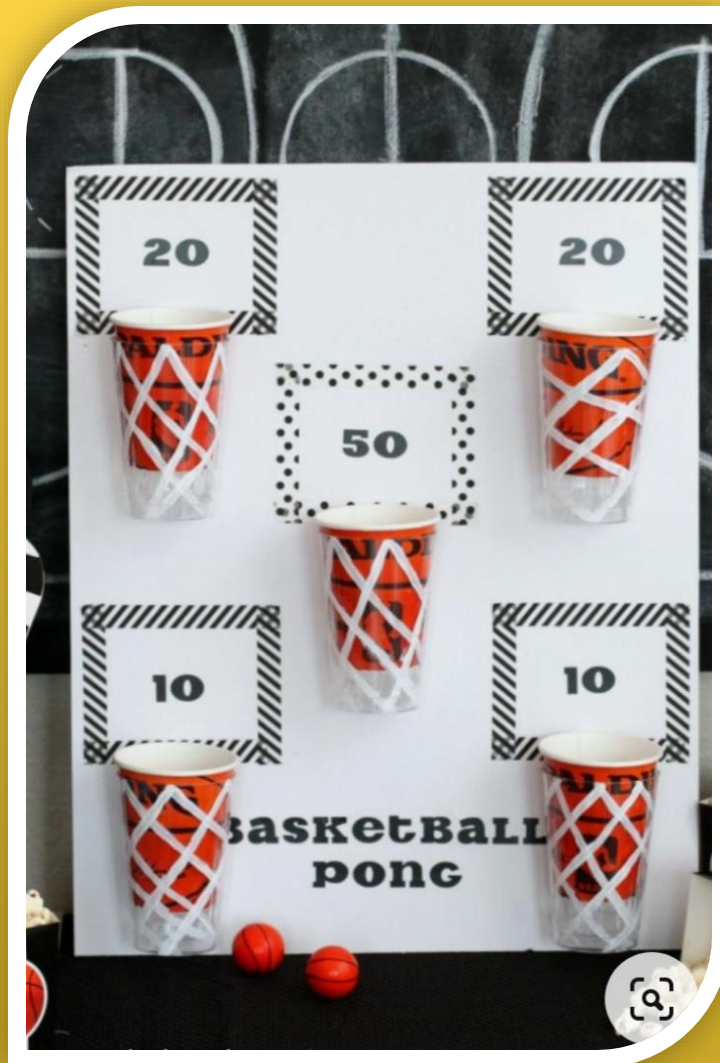
# PRIJEDLOG AKTIVNOSTI ZA ZABAVNO VRIJEME

25.5. – 29.5.2020

- Dragi naši, ovaj tjedan u našim Žabicama obilježavat će se Svjetski dan sporta.
- Naglasak ćemo staviti na sportske aktivnosti, aktivnosti uz glazbu, svakodnevnu tjelovježbu te na razne sportske igre.
- Kako bi i naši dragi prijatelji koji još uvijek nisu s nama u vrtiću mogli pratiti što ćemo raditi i čime ćemo se ovaj tjedan baviti, šaljem ova prezentaciju te Vas sve pozivamo da nam se pridružite u aktivnostima.



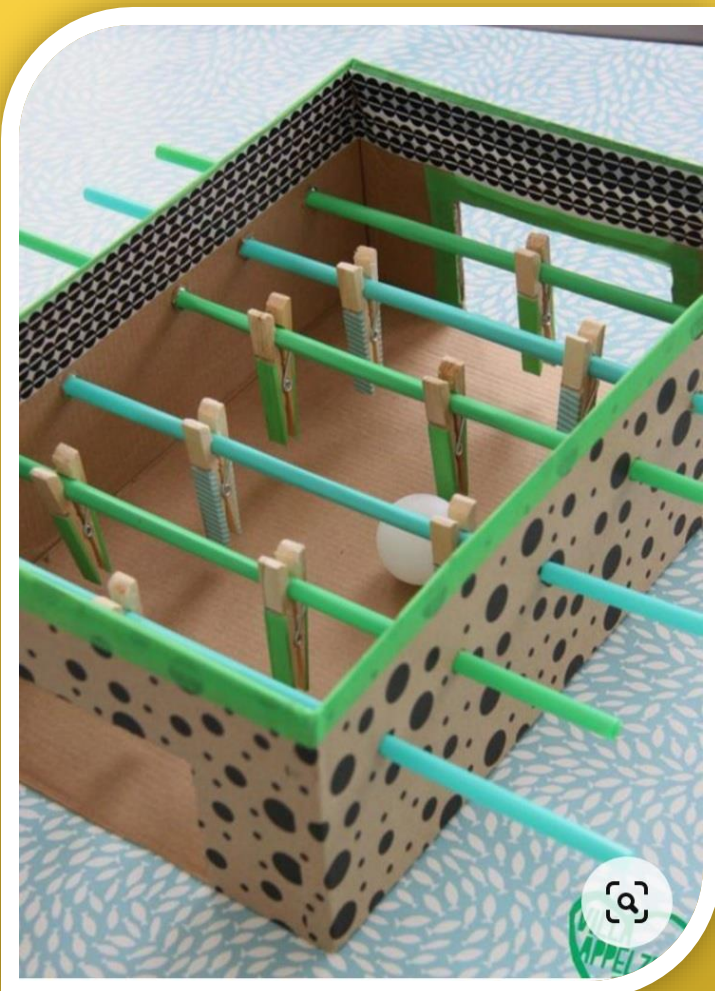
# VJEŽBE GAĐANJA I PRECIZNOSTI



- Za ovu aktivnost potreban vam je malo veći karton, plastične/papirnate čaše, loptice manje veličine.
- Zajedno s djetetom možete ukrasiti karton te na njega zalijepiti čaše koje u ovoj igri imaju ulogu koša. Zatim možete započeti sa igrom ubacivanja i gađanja.



# HOMEMADE STOLNI NOGOMET



- Potrebna vam je obična kutija (manja/veća), slamke, loptica za stolni tenis te flomasteri ili drvene bojice. Slobodno možete i isprintati predložak nogometnog polja te samo zalijepiti u kutiju. U ovoj igri cilj je puhanjem dovesti loptu do gola.

Kutija, slamke ili drveni štapići za ražnjiće, štipaljke za rublje, loptica za stolni tenis i zabava „roštiljanje“ može početi. 😊

# GOLF

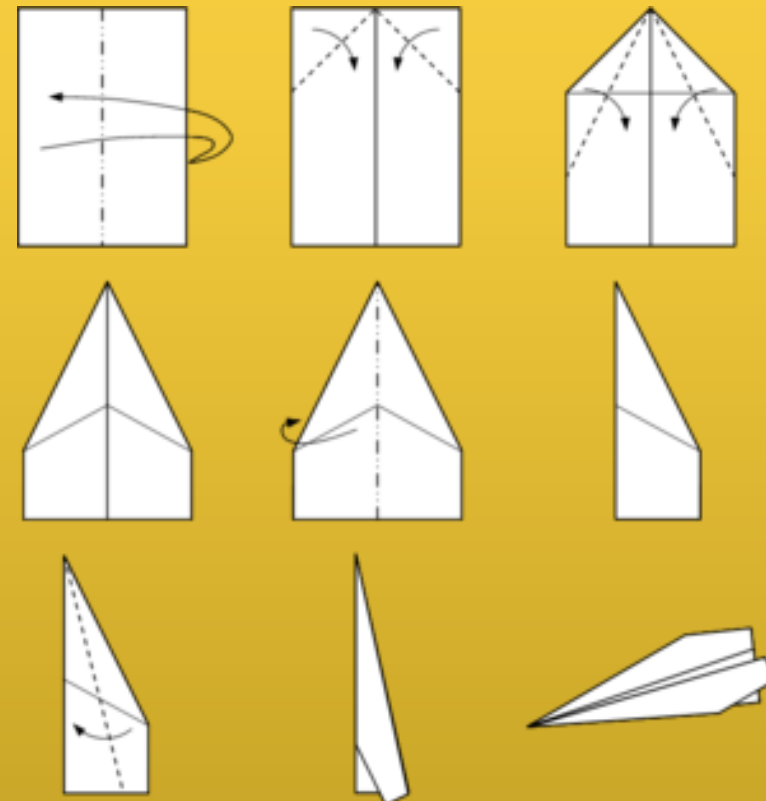


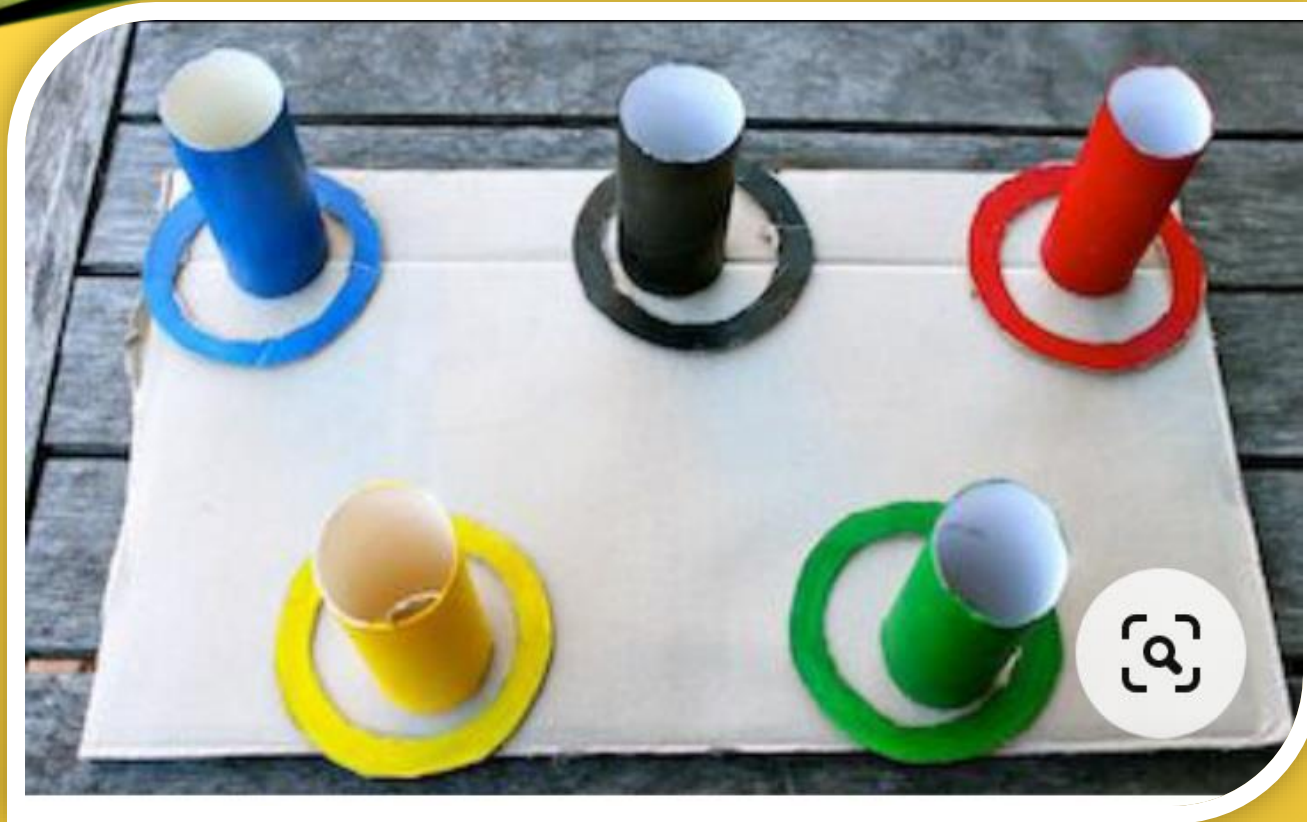
Na kutiji označite polja te probušite rupe. Igru možete igrati tako da loptice pomičete puhanjem kroz slamku ili izradite palicu za golf od materijala koje imate kod kuće i zabava može početi 😊



# PAPIRNATI AVIONI

Na većem kartonu izrežite krugove većih i manjih omjera. Izradite papirnate avione. Cilj igre je avionom pogoditi rupu te osvojiti određeni broj bodova. Umjesto aviona možete koristiti i loptice.





- Izrežite sredinu papirantih tanjura. Ponudite djetetu da ih ukrasi različitim bojama i motivima. Za to vrijeme, Vi možete na kartonsku podlogu zalijepiti role wc papira ili kuhinjskih ubrusa te nakon što se kolutovi osuše, pokažite djetetu kako ih može bacati.



# SLIKANJE LOPTICAMA

Na unutarnju stranu poklopca kutije zalijepite papir, na to dodajte po malo tempere te ubacite loptice. Dijete uzima poklopac u ruke te ga pomiče u raznim smjerovima kako bi loptica što više papira oslikala. Na kraju odlijepite papir i vidjet ćete pravo malo apstraktno djelo.





# EXERCISES FOR KIDS

## Fit activity for kids what's your name?

SPELL OUT YOUR FULL NAME AND COMPLETE THE ACTIVITY LISTED FOR EACH LETTER. FOR A GREATER CHALLENGE INCLUDE YOUR MIDDLE NAME & DO EACH ONE TWICE! FOR VARIETY YOU CAN USE A FAVORITE CHARACTER'S NAME OR A FAMILY MEMBER'S NAME.

- |   |  |
|---|--|
| <b>A</b> jump up & down 10 times                      | <b>N</b> pick up a ball without using your hands                   |
| <b>B</b> spin around in a circle 5 times              | <b>O</b> walk backwards 50 steps and skip back                     |
| <b>C</b> hop on one foot 5 times                      | <b>P</b> walk sideways 20 steps and hop back                       |
| <b>D</b> run to the nearest door and run back         | <b>Q</b> crawl like a crab for a count of 10                       |
| <b>E</b> walk like a bear for a count of 5            | <b>R</b> walk like a bear for a count of 5                         |
| <b>F</b> do 3 cartwheels                              | <b>S</b> bend down and touch your toes 20 times                    |
| <b>G</b> do 10 jumping jacks                          | <b>T</b> pretend to pedal a bike with your hands for a count of 17 |
| <b>H</b> hop like a frog 8 times                      | <b>U</b> roll a ball using only your head                          |
| <b>I</b> balance on your left foot for a count of 10  | <b>V</b> flap your arms like a bird 25 times                       |
| <b>J</b> balance on your right foot for a count of 10 | <b>W</b> pretend to ride a horse for a count of 15                 |
| <b>K</b> march like a toy soldier for a count of 12   | <b>X</b> try and touch the clouds for a count of 15                |
| <b>L</b> pretend to jump rope for a count of 20       | <b>Y</b> walk on your knees for a count of 10                      |
| <b>M</b> do 3 somersaults                             | <b>Z</b> do 10 push-ups  |

- Zabavna aktivnost za jutarnju tjelovježbu.
- Za svako slovo u imenu djeteta osmislite vježbu i ujutro se razgibajte zajedno 😊

# SIMON SAYS

SIT DOWN

TURN AROUND IN A CIRCLE

JUMP UP AND DOWN

HOP ON YOUR RIGHT FOOT

HOP ON YOUR LEFT FOOT

CLAP YOUR HANDS

TOUCH YOUR NOSE

WIGGLE YOUR FINGERS

PUT ONE ARM IN THE AIR

FLAP YOUR ARMS LIKE A BIRD

SLITHER ON THE GROUND LIKE A SNAKE

QUACK LIKE A DUCK

RUN IN PLACE

STAND ON ONE FOOT

PUT YOUR HANDS ON YOUR HIPS

PRETEND YOU ARE A DOG

MOO LIKE A COW

WINK YOUR RIGHT EYE

PUCKER YOUR LIPS

SING AS LOUD AS YOU CAN

PAT YOUR BELLY

PUT BOTH HANDS ON YOUR HEAD

GIVE SOMEONE A HIGH FIVE

RAISE BOTH HANDS IN THE AIR

SHAKE YOUR RIGHT ARM

SHAKE YOUR LEFT ARM

PRETEND LIKE YOU ARE SLEEPING

ROLL ON THE FLOOR

DO A SOMERSAULT

SKIP AROUND THE ROOM

GALLOP LIKE A HORSE

MEOW LIKE A CAT

HOP TO THE RIGHT

HOP TO THE LEFT

MAKE CIRCLES WITH YOUR ARMS

TOUCH YOUR EARS

STICK OUT YOUR TONGUE

DO JUMPING JACKS

DO A SILLY DANCE

DO A CARTWHEEL

SQUEAK LIKE A MOUSE

WALK LIKE A PENGUIN

SIT DOWN AND SCOOT ACROSS THE ROOM

WALK ON YOUR TIP TOES

MAKE A SAD FACE

MAKE A HAPPY FACE

ACT LIKE YOU ARE ICE SKATING

DO A SIT UP

TALK LIKE A ROBOT

ACT LIKE YOU ARE DRIVING A CAR

DO A PUSH UP

WIGGLE YOUR TOES



## „SIMON KAŽE“

- Ovu zabavnu igru djeca će obožavati.
- Igru možete nazvati i drugačije odnosno po imenu igrača koji zadaje zadatke.
- „Simon kaže skači kao žaba“ i zajedno s djetetom odradite zadatke.
- Ovom igrom kod djeteta potičete koncentraciju, učite nove pojmove te potičete motorički razvoj.



# JOGA ZA DJECU



- Tijekom vježbanja djeca mogu sama izmisliti svoju pozu i dati joj ime (razvijaju kreativnost i maštu) čime potiču komunikaciju (s osobom u čijem su društvu) i šire svoj vokabular.
- Kao i u svakom sportu, tako i u jogi, dijete treba početi s lakšim pozama i ne treba ga požurivati već mu dati dovoljno vremena i prostora kako bi se moglo opustiti i doživjeti ono što ga okružuje.
  - Tijekom izvođenja joga razvijaju se i matematičke vještine jer dijete može brojati koliko je puta udahnuo i/ili izdahnuo te fleksibilnost, originalnost, spontanost i memoriju.

- <https://www.youtube.com/watch?v=UHP6QmXPVYs> - Idemo na sportske staze
- [https://www.youtube.com/watch?v=POgefY\\_4G8w](https://www.youtube.com/watch?v=POgefY_4G8w) - Vježbe za djecu vrtičke dobi
- [https://www.youtube.com/watch?v=Af00QVwj\\_U8](https://www.youtube.com/watch?v=Af00QVwj_U8) - Kućni poligon za djecu
- [https://www.youtube.com/watch?v=yaBm48GbV\\_E](https://www.youtube.com/watch?v=yaBm48GbV_E) - Vježbe s loptom
- <https://www.youtube.com/watch?v=X655B4ISakg> - Yoga for Kids



- Uživajte u svojoj originalnosti!
  - Potičite svoje dijete.
  - Budite mu pozitivan vjetar u leđa.
- Pokušajte svakodnevno odvojiti nekoliko minuta za zajedničko vježbanje.
- Nemojte stalno ispravljati dijete jer ono kreira sebe.
- Uživajte u svim zajedničkim trenucima!

Vole Vas Vaše tete iz  
Sunčeka ❤️