



INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ



**Šikovné ruce**

**Olga Krejčířová**

Oponent: Mgr. Ing. Ivana Treznerová

Publikace vznikla v rámci řešení projektu „Stimulace profesního potenciálu výchovných pracovníků v Olomouckém kraji CZ.1.07/1.3.13/02.0017“.

Tento projekt je spolufinancován Evropským sociálním fondem a státním rozpočtem České republiky.

## **OBSAH**

### **ÚVOD**

#### **1 JEMNÁ MOTORIKA, ANEB, CO UMĚJÍ NAŠE PRSTY**

#### **2 KOUZLENÍ S PROVÁZKEM**

##### **2.1 Procvičování prstů**

##### **2.2 Vlastní kouzlo**

##### **2.3 Využití kouzla pro hry**

#### **3 ORIGAMI**

##### **3.1 Parník**

##### **3.1.1 Obměny s parníkem**

##### **3.2 Žabák**

#### **4 SUMÁŘ HER**

#### **POUŽITÁ A DOPORUČENÁ LITERATURA**

## ÚVOD

Vážení přátelé,

metodická pomůcka, kterou máte před sebou má především inspirativní cíl. K obsahům výchovné práce mimo vyučování patří odpočinkové, rekreační, zájmové, veřejně prospěšné a sebeobslužné činnosti a příprava na vyučování. Rekreační činnosti jsou zaměřeny na pohybové aktivity a slouží ke kompenzování nedostatku pohybu, oproti tomu odpočinkové činnosti by měly být nositeli fyzicky a psychicky nenáročného cvičení a právě na takto předložený text poukazuje. Je zaměřen na cvičení, která posilují rozvoj jemné motoriky nenásilnou herní formou.

V textu jsou předkládány náměty, které jsou v metodickém zpracování originální, ale také náměty, které jsou sestaveny na základě již uváděných cvičení a kterými chceme upozornit na zdroje a možnosti jejich využití. Třetí oblastí metodické příručky je zásobník her na rozvoj jemné motoriky. Společným a sjednocujícím znakem všech her je nejen jejich jednoduchost, ale také dostupnost potřebných pomůcek a jejich ekonomická nenáročnost.

Možná si sami připomenete, že tyto hry jste v určitém věku preferovaly a v současnosti i díky novým technologiím a námětům byly zasunuty do pozadí. Jsme přesvědčeni, že jejich jednoduchost zaujme nejen Vás, ale hlavně Vaše žáky a cvičení přispějí ke kreativnímu výchovnému efektu.

Přeji Vám příjemnou práci s metodickým materiálem.

Autorka

# 1 JEMNÁ MOTORIKA, ANEB, CO UMĚJÍ NAŠE PRSTY

Sousloví „*jemná motorika*“ zpravidla označuje souhrnně možnosti, jaké nám nabízí naše ruce, ale patří sem i pohyby rukou a prstů, ale i oční pohyby např. při čtení.

Při rozvoji jemné motoriky se zaměřujeme na jemné pohyby prstů, jejich koordinaci, celkovou pohyblivost a obratnost. Jednoznačně je rozvoj jemné motoriky jedním z nejdůležitějších předpokladů pro zvládnutí schopnosti psaní. Určitá neobratnost neovlivňuje pouze psaní, ale působí i na výkony ve výtvarné výchově, pracovním vyučování, tělesné výchově a v konečném důsledku i ve všech ostatních předmětech a činnostech.

K rozvíjení jemné motoriky slouží řada cvičení prováděných v rámci jiných předmětů: modelování, vytrhávání a skládání z papíru, navlékání korálků, omalovánky.

Hry s prsty vlastní ruky uklidňují, zlepšují koncentraci, odstraňují únavu, pomáhají rozvoji jemné motoriky. Za doprovodu písniček či říkanek můžeme s prsty různě manipulovat:

- Kutálet různé tvary a rozměry trubiček. Pro domácí cvičení můžeme doporučit i kutálení trubiček bosými chodidly.
- Manipulace s kuličkami povzbuzuje proudění krve z rukou do jiných orgánů. Děti si s nimi rády hrají. Mohou je třídit podle barev a velikostí, ukládat do drážek, zafouknout do „branky“, na nakreslenou louku atd. Využíváme kuličky hliněné, skleněné nebo kovové.
- Vytvořit střechu přitlačením konečků prstů obou rukou.
- Obkreslit vlastní ruku a dotýkat se jednotlivých prstů při říkankách.
- Dotýkání prstů obou rukou, postupně dotýkání palce s dalšími prsty, oddalování a přibližování prstů (nůžky), mávání prstů, kroužení, „hra na klavír“.
- Dotyk špičkami prstů o sebe (špička lodě), dotyk palců a ukazováčků (brýle), hnízdo z dlaní.

## Říkaneky k připomenutí

*To je táta, to je máma, to je babička, to je dědeček, to je vnouček, malý klouček.  
To je paleček, pěkný chlapeček.  
Tento nám zas ukazuje, kde vrabeček poskakuje.  
Prostředník nos vystrkuje, že je větší, se raduje.  
Prsteník má každý taky, na něm prsten celý zlatý.  
Na malíček pozor dej, vesele s ním, zakývej.*

*První vaří, druhý smaží, třetí peče a podává, čtvrtý jídlo ochutnává. Pátý volá:  
„Dej mi kousek! Jsem mrňousek,  
Matla, Matla, Matlafousek“.*

*Z otevřené dlaně se postaví palec, ukazovák, prostředníček, prsteníček,  
malíček.*

## **2 KOUZLENÍ S PROVÁZKEM**

Hra a cvičení, které v následujícím textu popisujeme je určena pro všechny věkové kategorie od sedmi let, mohou se účastnit i děti mladší. Máme ale zkušenosti, že toto kouzlo využívají i senioři. Smyslem je nejen rozvoj jemné motoriky, ale můžeme sledovat i významný motivační faktor, který spočívá v překvapení, kdy ze zdánlivě zamotaného provázku na ruce dosáhneme efektu jednoduchého rozmotání až k prázdné ruce.

### **2.1 Procvičování prstů**

Než začneme s vlastním nácvikem jednotlivých etap, musíme si procvičit prsty a připravit je pro různé pozice, které budou potřebné při realizaci vlastního kouzla.

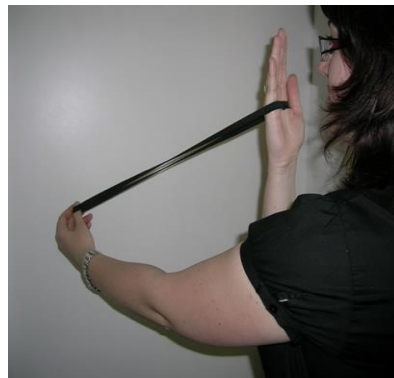
- dlaň otočit k tváři, prsty těsně vedle sebe,
- palec odbočíme od prstů tak, aby tvořil s ukazováčkem pravý úhel – střídavě vracíme do výchozí pozice,
- palec máme v pravém úhlu, ukazováček odbočíme od tří zbývajících prstů tak, aby vytvořil s prostředníčkem písmeno „V“,
- spojíme prostředníček s prsteníčkem a odchýlíme ukazováček a malíček,

- spojíme ukazováček s prostředníčkem a prsteníček s malíčkem a ve dvojici je odchýlíme tak, aby mezi prostředníčkem a prsteníčkem bylo vytvořeno písmeno „V“,
- po každém cvičení se vracíme do výchozí polohy,
- dbáme na přesnost provedení a na natažené prsty.

## 2.2 Vlastní kouzlo

Jako motivaci musíme v počátku dětem kouzlo předvést a hlavně zdůraznit, jak lehce bez překážek provázek na zamotané ruce vyvlékáme. Jednotlivé fáze zdůrazňujeme a hlavně před vlastním odmotáním zdůrazníme faktor kouzla.

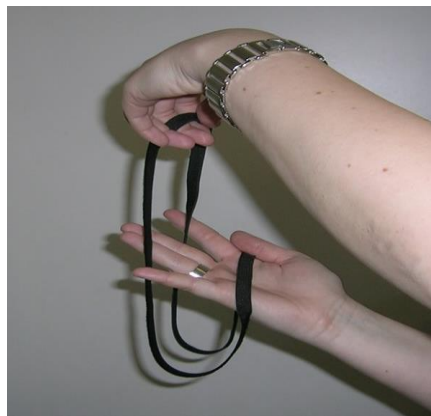
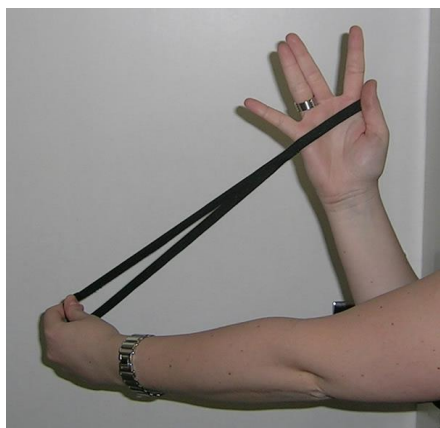
**První fáze** spočívá v navlečení šňůrky nebo provázku na ruku. Velikost provázku se odvíjí od velikosti ruku, zhruba asi 60 – 80 cm a pevně ho spojíme. Navlékneme na ruku tak, aby dlaň byla směrem k obličeji, doporučujeme dotknout se i nosu a druhá ruka drží provázek směrem od hřbetu ruky.



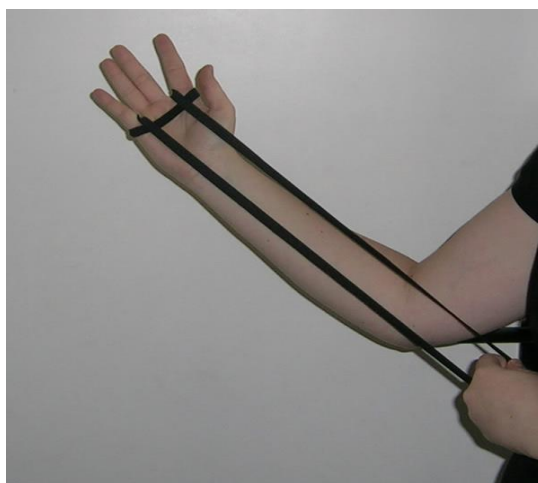
Toto je základ nácviku, dbáme, aby prsty byly natažené a provázek napnutý. Jakékoliv povolení ztěžuje celý nácvik, dětem se nedaří a ztrácí motivaci. Doporučujeme, aby každá fáze byla několikrát opakována. Není zde specifikováno, která ruka provázek drží a na kterou je prováděn návlek, postup je stejný, jde tedy o cvičení vhodné i pro leváky.

**Druhá fáze** má název: *Tvorba písmenka „H“*. Zde uplatníme cvičení s prsty, které si musíme před provlékáním provázku připravit. Doporučujeme v počátku dětem pomoci jak při spojení prstů, tak i při vlastním návleku.

Tak, jak ukazuje obrázek, provázek, který drží natažená ruka, provlékneme přes prsty mezi ukazováčkem a malíčkem. V rámci postupu jde o jeden z mála případů, kdy provázek povolujeme, ale prsty necháváme napnuté.



Finále druhé fáze je již avizovaný tvar písmene „H“. Důležité je, aby děti ihned po jeho vytvoření provázek i ruku napjaly, aby písmenko bylo dobře vidět (i když jeho boční linie jsou dlouhé). Zároveň kontrolujeme, zda byl dobře mezi prsty proveden návlek.



Doporučujeme několikrát opakovat, zvolit motivaci na rychlost, pokusit se provést cvičení se zavřenýma očima apod.

**Třetí fázi** můžeme nazvat: „*Jak teče řeka*“. Tento název je určující pro pohyb provázku, protože nyní **obtéká** palec - řeka se nikde nekříží, nemůže se také křížit provázek.





V této fázi se dělá nejvíce chyb, které se projeví ve finále, když se kouzlo nepovede. Je nutné držet napnutý provázek a vést ho široce podél palce.

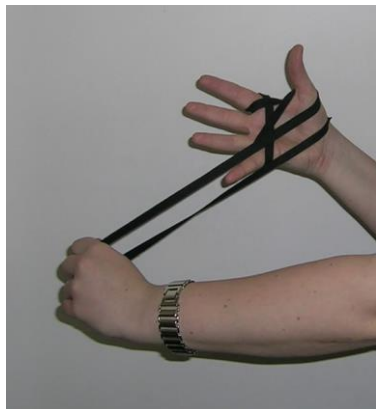


Je zde nutný dohled pedagoga, děti se musí neustále vracet, je třeba jim připomínat právě tok řeky jako mnemotechnickou pomůcku ke správnému provedení. Osvědčilo se nám, řeku pojmenovat na základě lokálních zkušeností dětí, protože se lépe ztotožňují s úkolem.

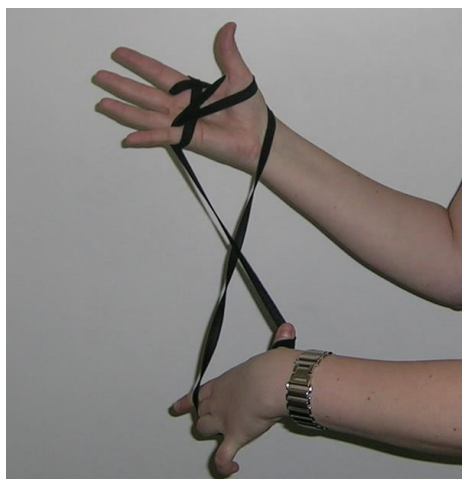
Obrázek ukazuje, kdy se máme v této fázi zastavit a provést kontrolu. Všimněte si vedení provázku, jeho napnutí a dvou rovnoběžných linií, které provázek vytváří.

**Čtvrtá fáze:** „*Strom a lodička*“. V rámci této fáze vytváříme dva odlišné pohyby. Jednou půjde o navlečení provázku a jednou půjde o křížení provázku spojené s navlečením na prst.

Nejdříve je v cestě řeky strom – představuje ho malíček, na ten provázek navlečeme, řeka teče široce dál, znázorníme to natažením provázku.



Na takovéto řece mohou plout lodě i lodičky. Malou lodičku si vytvoříme překřížením provázku (není důležité, zda zkřížení vedeme shora nebo zdola). Lodička přeplula řeku a musíme ji na druhém břehu přivázat. Tuto skutečnost znázorníme navlečením horní smyčky na ukazováček.



Dostáváme se do situace, kdy ke kouzlu potřebujeme jenom jednu ruku. Po navlečení na ukazováček si může ruka, která vedla provázek odpočinout. Je možné přerušit cvičení a rukou, která je omotaná můžeme kroužit, mávat, ale musíme dbát, aby prsty byly natažené, ale palec musí být mírně zvednutý, aby nedošlo k vyvlačení namotaného provázku. Dá se využít různých motivačních prvků (boxer, malá rukavice...).



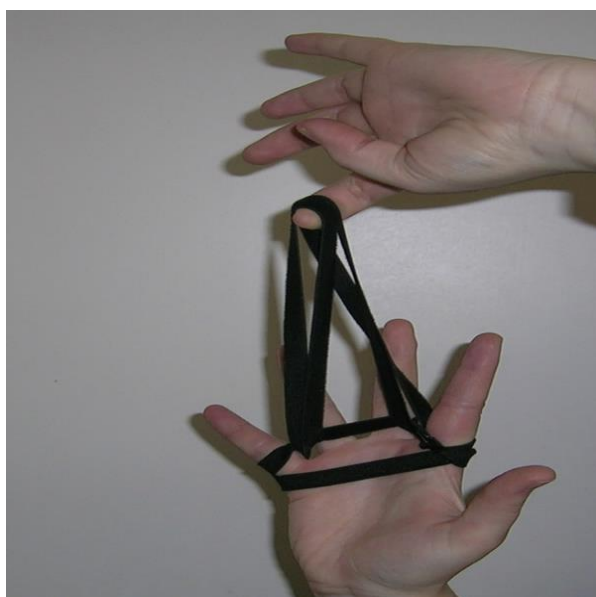
**Pátá fáze:** „Velká loď – pramice“. V této fázi se bude dělat pohyb, který se ještě nerealizoval a doprovodná ruka bude sloužit k vyvléčení smotaných provázků. Podstata spočívá v tom, že dva provázky, které jsou namotané kolem palce, se z palce najednou vyvléknou a natáhnou se proti dlani. Děti uvidí překřížené provázky mezi dvěma liniemi – simulace pramice.



Je nezbytně nutné opět vypnout „pramici“, aby se efektu dalo motivačně využít. Můžeme také upozornit, jak se povedlo zamotat písmenko „H“, protože je dobře vidět prvotní provlečení mezi prsty.



Na pramici jsme se projeli a je potřeba ji uložit na břehu do hangáru. Zvedáme překřížení (napnutý provázek) a vložíme ho mezi prostředníček a prsteníček, který pevně přitiskneme – zavřeme bránu.

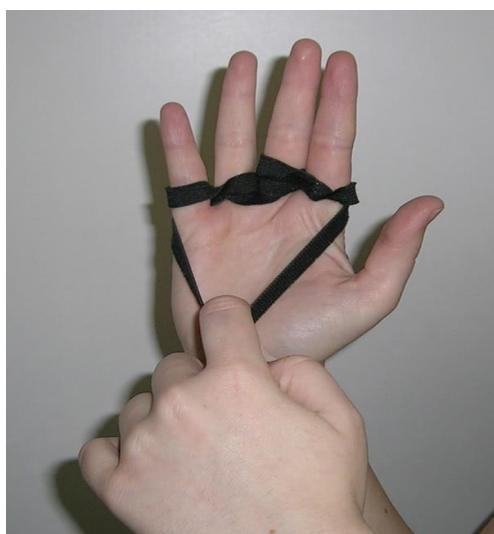


**Pozor!** Držme překřížení pevně, v této fázi může velmi lehce dojít k vyvlečení provázků.

**Šestá fáze** – „*Kouzelné finále*“. V rámci této fáze jsme dospěli k efektu kouzla. Prsty máme zamotané, že se zdá, že není možné je rozmotat. Můžeme ruku otáčet, mávat s ní, ukázat všem, že prsty jsou opravdu provázkem pevně smotané.



Teď ale nastává prostor pro upozornění na vlastní kouzlo. Jedním pohybem celou ruku osvobodíme a provázek rozmotáme.



Můžeme postupovat pomalu, tak, jak to vyjadřují obrázky, nebo rychle, kdy efekt je ještě výraznější.



A nakonec: P R Á Z D N Á R U K A



### 2.3 Využití kouzla pro hry

Vlastním nácvikem kouzla s provázkem a bezchybným provedením nemusí tato aktivita skončit. Je možné ji využít v rámci dalších činností. Jsme přesvědčeni, že vás napadne celá řada možností, proto uvádíme některé náměty, které se již osvědčily.

- kouzlo na rychlost – kdo bude hotov nejdříve, můžeme i měřit čas, kdo bude nejrychlejší,
- v souvislosti s rychlostí vytvářet pořadí nejrychlejších, případně v určitých časových intervalech sledovat výsledky a jejich zlepšení,
- tvořit kouzlo se zavázanýma očima – sledujeme automatizaci pohybů,
- tvořit kouzlu s rukama za zády,
- tvořit kouzlo ve vzpažení.

Velmi významný efekt využití kouzla je v jeho možnosti pracovat s ním kdykoliv a kdekoliv a při všech příležitostech. Procvičujeme tak neustále nenásilným způsobem jemnou motoriku a koordinaci pohybů. To je ale možné, když všechny fáze a pohyby mají děti zautomatizované a jsou schopné je provádět bez podpory zrakového vnímání. Příkladem může být:

- sledování televize
- -poslech rozhlasu
- poslech čteného textu.

### 3 ORIGAMI

*Origami* je staré japonské umění, jehož podstata spočívá ve skládání papíru. Vytvořené skládanky, které měly konkrétní vzory ve světě zvířat a rostlin se původně věšely pro štěstí k malým dárkům. V současnosti se origami vyvinulo ve zvláštní formu umění s mnoha dalšími možnostmi vytváření i použití.

Náměty a příklady této techniky jsou velmi významné pro rozvoj jemné motoriky, protože právě při origami má ruka a prsty nezastupitelnou roli. Dokladem je i původ slova origami, které se skládá ze dvou znaků, kdy jeden je odvozen z **obrazu ruky** a druhý z obrazu hedvábí, dohromady dávají oba znaky slova: skládat papír.

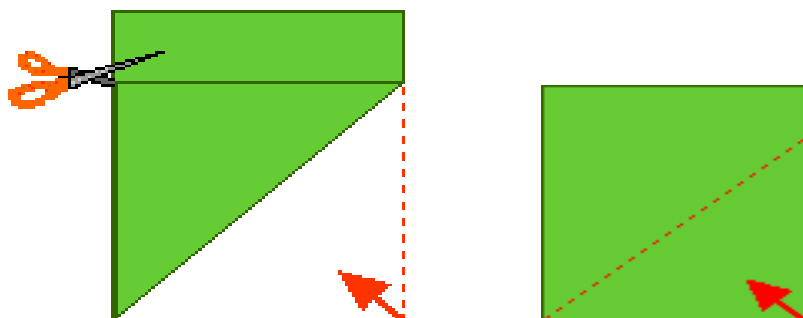
Náměty na různé skládanky můžete nalézt na stránkách [www.origami](http://www.origami) a na dalších, které s tématem souvisejí (v textu a v seznamu literatury upozorňujeme na zdroje). Vybrali jsme dva náměty pro Vaši inspiraci.



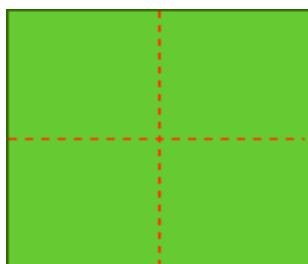
#### 3.1 Parník

Papírovou skládačku tradičního parníku děti ve většině případů znají, jde nám o připomenutí postupu při skládání a hlavně jde o upozornění na význam skládačky při rozvoji jemné motoriky. Nemusí jít o jeden finální výrobek, ale je možné motivačně rozšířit vyprávěním příběhu o mořeplavcích, námořních bitvách. Parník také můžeme vymalovat apod. Na různé možnosti využití upozorníme v další subkapitole.

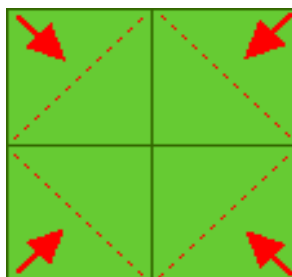
Základem pro práci je čtverec, který vytvoříme přehnutím jednoho rohu k protějšímu okraji papíru. Jako druhý krok ustříhneme přebytečný kraj, který přečnívá z přeloženého čtverce.



Rozevřeme přeložený trojúhelník zpět na čtverec a přeložíme dvakrát na pravidelný čtverec a opět rozložíme. Ustřížený pruh nezahazujeme, v následující podkapitole doporučíme další možnosti využití.



Přeložíme směrem do středu čtyři rohy a opět rozložíme.

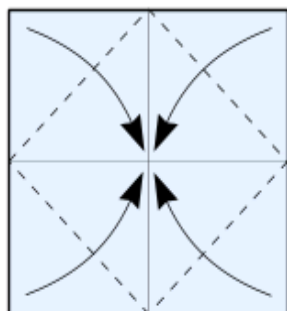


Další postup dokumentujeme na originální kresbě autora Grebeníčka, kde jsou jednotlivé kroky přesně popsány a jejich rozkreslení je velmi názorné.

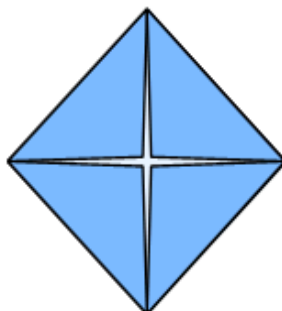


# Parník (tradiční)

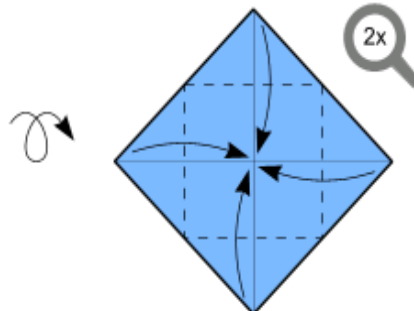
Nakreslil František Grebeníček (2000)  
www.origami.cz



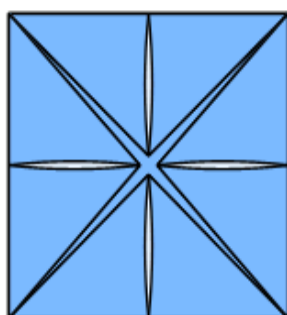
1) Blintz-fold.



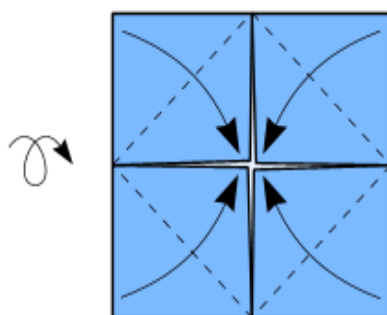
2) Otočit.



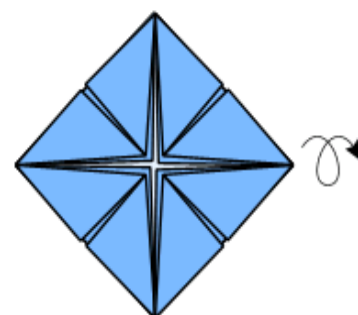
3) Druhý blintz-fold.



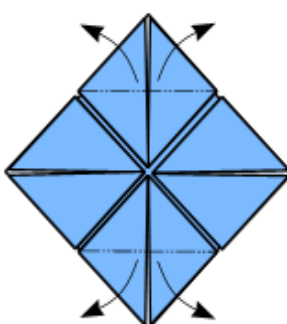
4) Otočit.



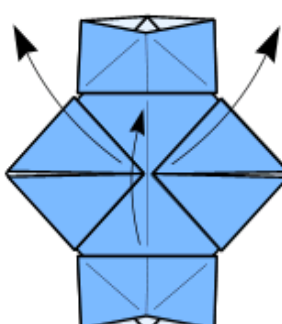
5) Třetí blintz-fold.



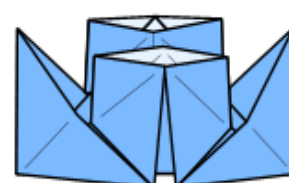
6) Otočit.



7) Rozevřít komíny.




8) Přeložit napůl a vytáhnout před a zád'.



9) Hotový parník.

### 3.1.1 Obměny s parníkem

Nejen skládačka je cílem, ale finálními výstupy mohou být další aktivity. Pro inspiraci uvádíme následující příklady:

- Na doplnění tvorby základního parníku můžeme využít i pásku, který vznikl, když jsme upravovali na začátku skládání čtvrtku na čtverec. 
- Pásek má mnoho dalších možností, ve kterých se může prokázat motorická obratnost. Celkem se z něho dají vyrobit další čtyři parníky (dva větší a dva malé). Vyžaduje to trpělivost, hlavně u těch malých a obratnost prstů, především v poslední fázi, když vytváříme tvar parníku (v nákrese Grebeníčka jde o krok č. 8).
- Se zhotovenými parníky můžeme realizovat různé druhy soutěží:
  - ✓ Závod v rychlosti vytvoření jednoho parníku.
  - ✓ Závod, kdy v časovém limitu budeme sledovat počet vytvořených parníků.
  - ✓ Kdo vytvoří nejmenší parník, kdy vytvoří parník největší.
  - ✓ Soutěž v originální kresbě na parníku, nebo v jeho výmalbě.
  - ✓ závody parníků ve vodě, kdy pohyb podporujeme foukáním, nebo čeřením vody.
  - ✓ Štafetové běhy s parníkem.
  - ✓ Soutěže družstev v běhu s parníkem.
  - ✓ Skládání parníku se zavázanýma očima.
- Sestavením příběhu podle jednotlivých fází tvorby.
- Děti mohou samostatně sestavovat příběhy ke svým parníkům nejen podle fází skládání, ale podle dekoru, který na parníku uplatnily.

## 3.2 Žabák



Při tvorbě parníku šlo o skládačku, která, jak bylo uvedeno má již mezi dětmi tradici. Pokud budeme skládat žabáka, nemusíme se bát tvrdit, že jde o skutečné origami, které nejen, že vyskládáme, ale ještě finální výrobek – žabák - může i skákat. Máme tedy v tomto případě i možnost využít nejen motorickou dovednost, ale i motivačně cílit výrobek na další následné závody na rychlost, čas a délku skoku.

### **Poznámka:**

Při popisu pracovního postupu bylo využito internetových stránek:  
srdíčková žába walt disney  
[www.letopisynarnie.cz/film/princeznaazabak/doc1.doc](http://www.letopisynarnie.cz/film/princeznaazabak/doc1.doc)

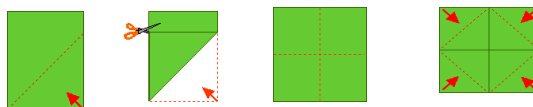
Materiál, který budeme potřebovat je lehce dostupný a ekonomicky nenáročný. Potřebujeme papír, nůžky a pastelky.

### **První fáze:**

V počátku práce postupuje stejně, jako při skládání parníku.

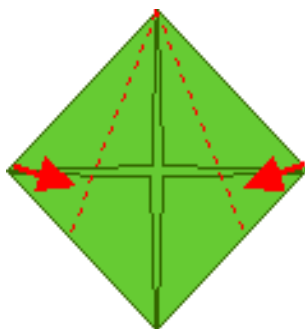
- Vytvořit čtverec.
- Přeložit čtverec tak, aby vznikly dva trojúhelníky.
- Přeložit čtyři konce do středu.

### **Nákres k připomenutí:**



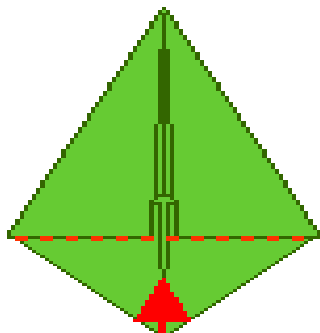
### **Druhá fáze:**

Dva boční rohy se přeloží ke středové línii.



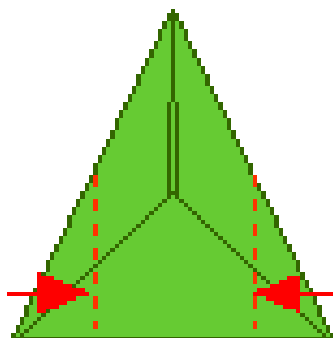
**Třetí fáze:**

Dole vznikne malý trojúhelníček, který se přeloží směrem ke středu.



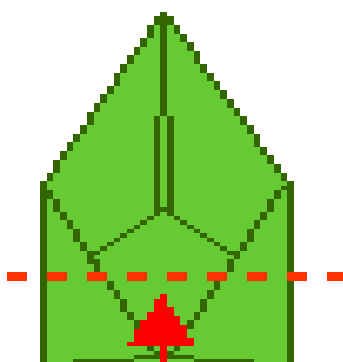
**Čtvrtá fáze:**

Vznikl nám trojúhelník, ve kterém přeložíme dva dolní rohy směrem ke středu.



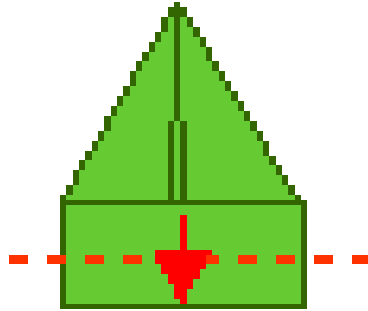
**Pátá fáze:**

Přeložte spodní část nahoru podél tečkami vyznačené čáry.



### Šestá fáze:

Přeložíme horní trojúhelníkovou část směrem k sobě. Dolní část nám vytvoří pružné žabí nožky.

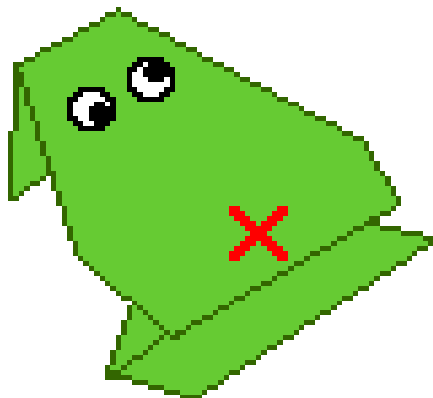


### Sedmá fáze:

V poslední fázi vytvoříme svojí žabce hlavičku. To se nám podaří tak, že malou část trojúhelníku přehneme směrem dolů. Nezapomeňme na závěr žabce namalovat očka.

### Finále:

Aby mohla žabka vyskočit, musí se stlačit prstem místo červeného křížku, které je v nákresu znázorněno.



## 4 SUMÁŘ HER

Motorické hračky rozvíjejí šikovnost, kombinační i tvořivé schopnosti dítěte pomocí různých úkolů jako vkládání, provlékání, posouvání, vázání a šněrování.

K motorickému cvičení existuje spousta her a pomůcek. Doma nám postačí provázek nebo šňůrka do bot na různé provlékání mezi prsty, svazování apod., nebo třídění čočky a fazolí, nebo pohyb ruky při solení a spoustu dalších možností.

V obchodech je k dispozici mnoho různých hraček, jako například puzzle, nebo chceme upozornit na *šatní skříň Medvídek*. Děti mají možnost si dle vlastní fantazie oblékat a měnit postavičky malého medvídka vkládáním dílků do obrysu. Puzzle, vedle motorických dovedností rozvíjí schopnost logického myšlení a vývoj fantazie.

Motorické hračky jsou velmi vhodné pro manuální zručnost a procvičování trpělivosti dítěte. Navlékání dřevěných tvarů na šňůrku - skvělá hračka pro zdokonalování jemné motoriky.

### **Obrázky z modelíny**

**Cíl:** procvičování jemné motoriky

**Věk:** 4 – 12 let

**Materiál:** modelína, hlína, těsto, modurit a podobné materiály, špejle, párátko, různobarevné provázky, korálky, knoflíky, různé druhy fazolí, různé druhy těstovin.

**Úkol vychovatele:** Po celou dobu hry musí brát na zřetel věk a případná míra motorické obratnosti dítěte (rozdělení materiálů a předloh) a cíl činnosti.

**Úkol pro děti:** Podle předlohy nebo vlastní fantazie vytvořit obrázky z daných materiálů.

**Práce vychovatele:**

- připraví materiál pro všechny děti

- rozdělí materiál
- rozdělí předlohy podle, kterých budou děti tvořit svoje vlastní obrázky
- má svůj materiál a názorně dětem ukazuje jak s nimi pracovat
- po celou dobu je k dispozici, děti chválí a v případě potřeby citlivě pomáhá, je důležité, aby děti činnost zaujala a bavila.

### **Práce dítěte:**

- hněte modelínu (střídavě levou, pravou, oběma rukama)
- mačká modelínu (střídavě levou, pravou, oběma rukama)
- uštipuje různě velké kousky z modelíny
- uválí válečkem
- vytvaruje žádaný tvar
- vybere ostatní materiál pro vytvoření obrázku
- rozloží materiál na předlohu
- vytváří obrázek
- všechny děti společně vytvoří výstavku ze svých obrázků

## **Sluníčko**

**Cíl:** rozvíjení citu pro barevnou kompozici, zdokonalování motoriky ruky, procvičování technických výtvarných dovedností – kresba, trhání, lepení, poznávání geometrických tvarů.

**Materiál:** talíř, miska (forma kruhu), tvrdý papír, krepový papír, lepidlo, tužka (pastelka)

**Motivace:** Při zachmuřeném podzimním počasí, kde dlouho nevidíme hezké, velké, žluté sluníčko, si uděláme vlastní, které nám rozsvítí náš pokojík (hernu, obývací pokoj, ložnici, celý dům). Vzpomínáte si na léto? Jak nás sluníčko doprovázelo po celý den? Jaké bylo? Když nám teď tak chybí, uděláme si vlastní.

**Věk:** děti mladšího i staršího školního věku

**Postup:** Vezmeme si tužku, tvrdý papír a položíme na stůl.

1. Podíváme se po místnosti a hledáme předmět podobající se sluníčku – kolečku. Děti si najdou talíř, misku, hrnek, květináč či cédéčko. Položí si na papír, tužkou obkreslí kulatý tvar. Předmět donesou nazpět, uklidí.
2. Tužkou si domalují ke kruhu jednoduché paprsky (čáry). Dle své fantazie si vyberou barvy krepového papíru, který trhají na kousky a skládají vedle výkresu.
3. Po natrhání dostatečného množství si nachystají lepidlo (na kousek papíru můžeme nalít tekutější lepidlo). Nyní si z kousků točí v dlani kuličky, které namáčejí do lepidla a lepí hezky jeden vedle druhého do namalovaného kruhu a na čáry (paprsky) a vytvářejí krásně barevné sluníčko.
4. Šikovnější děti si při větším výběru barev vytvářejí sluníčko i s obličejem – oči, pusa a nos. Po zaschnutí máme veselá, barevná a pestrá sluníčka, které opravdu rozjasní místnost a je nám hned veseleji i při tak pochmurném počasí.

### **Třídění poslepu**

Úkolem soutěžících je roztřídit geometrické tvary hmatem, to je se zavazanýma očima.

**Pomůcky:** Geometrické tvary po 10 kusech, šátek, stopky, papír, tužka.

**Věková skupina:** Od 10 roků výše

Z lepenky vyrobíme 10 koleček, 10 trojúhelníků a 10 čtverečků.

Všechny geometrické tvary se položí na stůl a zamíchají. Hráč má za úkol roztřídit tvary na tři hromádky. Měří se čas, přesnost.

### **Rozkvetlý strom**

Procvičení jemné motoriky ruky trháním a mačkáním papíru

**Věk:** 6 let

**Pomůcky:** barevné papíry, lepidlo, výkres

**Motivace:** Vzpomínka na rozkvetlé stromy, které děti viděly na vycházce.



### **Postup:**

- Každé dítě si vezme hnědý barevný papír a bude se snažit vytrhávat kmen a větve. (Jednou rukou si přidrží papír a druhou pomalu trhá).
- Na výkres si nalepíme kmen a potom i větve, které si taky vytrháme.
- Dále si natrháme menší kousky z barevných papírů.
- Mačkáním papíru uděláme kuličku, kterou jednu po druhé nalepíme na strom. Využíváme papír zelený jako listy a barevný jako květy.
- Rozkvetlý strom se může zpracovávat i jako kolektivní práce- jeden strom na velký formát papíru.

## **Magický náramek dodávající odvalu**

**Materiál:** kožený řemínek asi 2 mm silný a 1 m dlouhý, různobarevné dřevěné korálky o průměru asi 8 mm.

**Věk:** 9 -12 let

### **Postup:**

1. Kožený řemínek přeložte napůl a asi po 7 cm oba konce svažte uzlem ochrany (klasický uzel).
2. Pak upletěte jeden uzel odvahy (popis níže) a na oba konce řemínku navlékněte vedle sebe dva korálky. Znovu upletěte jeden uzel odvahy, navlékněte dva korálky a pokračujte tak dlouho, dokud nenavléknete všechny korálky, které chcete v náramku mít.
3. Náramek ukončete uzlem ochrany.

### **Uzel odvahy:**

Uzel upletěte dvěma prameny.

1. Pravý napněte jako vedoucí pramen a levý na něj položte jako vázací pramen a provlékněte jej za vedoucím pramenem. Toto je půlka uzlu odvahy.
2. Nyní napněte levý pramen jako vedoucí a levý na něj položte jako vázací pramen a provlékněte jej za vedoucím pramenem. Tyto dva kroky tvoří celý uzel.

**Pozor:** Při utahování uzlu mějte vedoucí pramen vždy pevně napnutý.

## **Výroba čarodějnického koště**

**Cíl:** Rozvíjet představivost, fantazii, zručnost.

**Úkol:** Vyrobit pěkně zdobené koště.

**Pomůcky:** Proutky, provázek, mašle, krabice, suchá tráva, květiny, papírové roličky a nůžky.

**Věk:** Pro všechny věkové skupiny

**Motivace:** vyprávíme nebo čteme tajemné příběhy o čarodějnicích, využijeme obrázkový materiál.

**Pracovní postup:** Svážeme proutky, tak aby vzniklo koště, které zdobíme různým připraveným materiálem, za pomoci nůžek, provázků a lepidla.

Děti své výtvary pojmenují a určí, jaké mají dobré a špatné vlastnosti, jestli lidem pomáhají nebo škodí

## **Pohlednice s listy**

**Motivace:** Pohlednice s motivem listů se dobře hodí jako pozvánka na různé slavnosti, především podzimní.

**Materiál:** listy různých rostlin, bílý nebo kancelářský papír, voskové pastely, 2 kreslicí čtvrtky, nůžky, roubové lepidlo, pravítko, tužka

**Věk:** Vhodné pro všechny věkové skupiny od šesti let.

**Pracovní postup:** Nasbírejte si co nejvíce různých druhů listů, ne větší než pohlednice.

1. Za pomoci pravítka dvě čtvrtky rozdělte na dva stejné obdélníky - A5. Čtvrtky rozstříhnete a každý obdélník složte na polovinu, takže dostanete čtyři dvojité kartičky.
2. Na stůl položte bílý kancelářský papír. Na něj položte žilkami nahoru list. Na něj položte bílý nebo kancelářský papír tak, aby byl list překrytý levým horním rohem papíru. Jednou rukou přidržíte papír a druhou po něm hustými tahy voskovkou přejíždějte v místech přiložení na list. Nebojte se přitlačit a nevyhýbejte se stopce.

3. Nyní si vezměte do práce pravý horní roh papíru. Vložte pod něj další list, opět žilkami nahoru, a hustě ho počmárejte voskovkou. Stejně budete pracovat i u obou dolních rohů. Na jediném archu papíru tak vznikly čtyři obrázky.
4. Papír nejprve po délce, potom i po šířce přeložte a v přehybech rozstříhnete. Takto vzniklé obrázky nalepte na čtyři připravené dvojité kartičky. Vnitřek skýtá dost místa pro text pozvánky.
5. Postup můžeme zjednodušit podle šikovnosti umělců. I nedokonale vykreslené listy působí velice dobře.

## POUŽITÁ A DOPORUČENÁ LITERATURA

- Grebeníček, F. (2000). *Parník (tradiční)*. www.origami.cz
- Bednářová, J., & Šmardová V. (2006). *Rozvoj grafo-motoriky*. Praha: Computer Press.
- Hájek, B. a kol. (2008). *Pedagogické ovlivňování volného času*. Praha: Portál.
- Hájek B., Hofbauer B., & Pávková J. (2003). *Pedagogika volného času*. Praha: Portál.
- Hájek, B., Hofbauer, B., & Pávková, J. (2008) *Pedagogické ovlivňování volného času. Současné trendy*. Praha: Portál.
- Hodaň, B., & Dohnal, T. (2005). *Rekreologie*. Olomouc: Hanex.
- Hofbauer, B. (2004). *Děti, mládež a volný čas*. Praha: Portál.
- Newman S. (2004). *Hry a činnosti pro vývoj dítěte s postižením*. Praha: Portál.
- Pásková, M., & Zelenka, J. (2002). *Výkladový slovník cestovního ruchu*. Praha: MPMR.
- Pávková, J., Hájek, B. a kol. (2002). *Pedagogika volného času*. Praha: Portál.
- Pávková, J. a kol. (2002). *Pedagogika volného času. Teorie, praxe a perspektivy výchovy mimo vyučování a zařízení volného času*. Praha: Portál.
- Průcha, J., Walterová, E., & Mareš, J. (2009). *Pedagogický slovník*. Praha: Portál.
- Spousta, V. (1996). *Metody a formy výchovy ve volném čase*. Brno: Pedagogická fakulta.
- Vážanský, M. (2001). *Základy pedagogiky volného času*. Brno: Print-Typia.

### Internetové zdroje:

[www.detskahrste.cz](http://www.detskahrste.cz)

[www.duha,SVČ,Wikipedie](#)

[www.letopisyarnie.cz/film/princeznaazabak/doc1.doc](http://www.letopisyarnie.cz/film/princeznaazabak/doc1.doc)

[www.origami.cz](http://www.origami.cz)

[www.zstgmivancice.cz](http://www.zstgmivancice.cz)