

Režim dne

6:30 - 8:30

- volná hra s využitím různých hraček, stavebnic, leporel a didaktických pomůcek, individuální výtvarné aktivity – modelování, kreslení, malování, lepení, stříhání podle volby dětí nebo podle měsíčního plánu

8:30 - 9:00

- uvítací kroužek na koberci, přivítání, seznámení, opakování jmen, povídání
- cvičení se zaměřením na správné držení těla, posílení a protažení jednotlivých svalových skupin, využití prvků jógy pro děti, masážních míčků, kuliček, šátků, stuh, balančních kamenů, motivačních říkanek a písniček, dětské pohybové hry a tanečky s využitím padáku, gumy, procvičování barev, tvarů, počtu

9:00 – 9:30

- hygiena a svačina (s ohledem na věk vedeme děti k samostatnosti)

9:30 – 10:00

- společné aktivity zaměřené na rozvoj rozumových schopností a dalších dovedností
- zpívání u piana nebo s kytarou s využitím obrázků, hry na tělo, rytmických nástrojů, pohybového doprovodu
- v létě brzký odchod ven (zpívání na zahradě...)

10:00 – 11:00

- pobyt a aktivity venku, na zahradě, na pískovišti, procházka parkem, městem, návštěva dopravního hřiště, různých prolézaček v našem okolí, návštěva knihovny, koncerty ZUŠ

11:00 – 12:00

- hygiena, příprava na oběd s říkankou, oběd, hygiena, příprava na odpočinek (s ohledem na věk vedeme děti k samostatnosti)

12:00 – 14:00

- „peřinkový“ rituál před spaním, čtení pohádky, tichý zpěv ukolébavky, spánek (stane-li se, že některé dítě neusne, může vstát a věnovat se klidovým činnostem u stolečku v jídelně)

14:00 – 14:30

- hygiena, převlékání, svačina (s ohledem na věk vedeme děti k samostatnosti)

14:30 - 17:00

- volná, organizovaná hra, hudebně-pohybová chvílka, individuální výtvarné aktivity – podle volby dětí nebo podle měsíčního plánu
- návštěva dolní herny s kuličkovým bazénkem a žebřinou
- pobyt na zahradě s využitím pomůcek jako látkový tunel, balanční chodníček, obruče, létací talíře, křídly, bublifuk



Cesta pro rodinu, z. ú.

Rodinné centrum, Nádražní 22, Žamberk 564 01

Tel.: +420 465 614 555 | Email: centrum@cestaprorodinu.cz

Bankovní spojení: 198498157 / 0300 | IČ: 612 39 330 | DIČ: CZ 612 39 330

www.cestaprorodinu.cz