

„Pyžamový den ve školce“

„Pyžamo má Vítek rád, dnes si v něm může i hrát“ aneb pyžamový den ve školce



Zpracovala: Čurejová Sandra

Výhradně pro účely MŠ nám. Jiřího z Lobkovic

Děkuji za spolupráci všem zúčastněným!

Seznámení s projektem

Délka projektu: 1 den

Časové rozvržení: 1 den v týdnu – dopoledne

Cílová skupina: všechny věkové kategorie v MŠ (3-6 let)

Realizace projektu: třídy v MŠ, tělocvična v MŠ

Cíle projektu:

- Seznámit děti s oblečením, ve kterém chodíme spát= pyžamo
- Hygienické návyky před oblečením pyžama (vykoupat se, vyčistit si zuby...)
- Vysvětlení dětem, že v pyžamu se pouze spí a nechodí se v něm běžně venku
- Zopakování vzorů a obrázků, které mohou děti na pyžamu mít
- spolupráce

Projekt vychází ze vzdělávacích oblastí dle RVP.



Program projektu:

Skřítek Vítek v pyžamu

Ahoj děti a paní učitelky!

Dnešní zábavný program má dvě části. 1. část- ráno se na třídách můžete společně naučit básničku. Také si můžete vybarvit omalovánky s motivy pyžámek. Dále si zahrát pexeso s motivy dětí v pyžamu, anebo poskládat hlavolam pyžama, který je rozstříhaný na několik dílků. Další aktivitou je poznávání kamaráda se zakrytými očmi v masce na spaní. Důležitým úkolem je papírový, pyžamový overal, který dostane na třídu každá paní učitelka. V každé třídě si ho mohou vyrobit, ozdobit a vybarvit dle vlastní fantazie. Pozor! Overal by měl mít motivy takové, aby šlo poznat, která třída ho vyráběla. Hotový overal pak děti společně s paní učitelkou donesou do tělocvičny v MŠ, kde bude probíhat 2. část programu. Ostatní třídy budou v tělocvičně hádat, jaká třída, který overal dělala. V tělocvičně děti s paní učitelkami uvidí divadélko- „Ztracené pyžámko skřítko Vítka a Edíka“. Proběhne dětská pyžamová párty s polštářovou bitvou. Zazní písničky z pohádek a mnoha dalších.

Aktivity na třídách:

- pyžamové pexeso
- skládačka pyžama
- omalovánky s motivy pyžam
- poznej kamaráda v masce na spaní
- pyžamový overal

Aktivity v tělocvičně mš:

- divadélko „Ztracené pyžámko skřítko Vítka a Edíka“
- dětská diskotéka
- polštářová bitva

Co si o mně šuškají
cestující v tramvaji?
Proč se smějí v jednom kuse
cestující v autobuse?
Diví se mi kolemjdoucí
psi i kočky, ba i brouci.
Údivem mi brada spadla
při pohledu do zrcadla
rozespalá po ránu
jdu do školy v pyžamu.

Autor: Hanka Jelínková





Omalovánka



Pracovní list- dokreslit proužky dle předlohy

1. Pyžamové tkaniny poskytují maximální pohodlí

Látka použitá ve skutečném pyžamu je měkká, vzdušná a speciálně navržená pro spaní. Od příjemné bavlny po luxusní hedvábí, materiál vás zahálí do pohodlí, podporuje relaxaci a zajišťuje pohodlný noční odpočinek. Jemný dotek vaší pokožky může znamenat velký rozdíl, pokud jde o dobrý noční spánek.

2. Udržují teplo

Pyžamo je vaší tajnou zbraní proti chladným nocím. Správná pyžama se dodávají v různých tloušťkách a stylech, takže si můžete vybrat ideální pár pro různá roční období. Jejich nošení pomáhá zachycovat tělesné teplo a zajišťuje, že zůstanete v teple po celou noc, což snižuje pravděpodobnost, že se probudíte a budete se třást.

3. Říkají tělu, že je čas jít spát

Naše těla prospívají rutině a jednoduchý akt převlékání do pyžama může být silným signálem pro váš mozek, že je čas relaxovat a připravit se na spánek. Je to mentální spouštěč, který může pomoci při přechodu z rušného dne do klidného nočního odpočinku.

4. Jsou hygienické

Volba správného pyžama udrží vaše povlečení čistší a může pomoci v osobní hygieně. Pyžamo funguje jako bariéra mezi vaším tělem a prostěradlem a snižuje přenos tuku, potu a kožních buněk. To znamená méně časté praní ložního prádla a méně kožních problémů.

5. Usnadňují pohyb

Pohodlí je klíčové, pokud jde o dobrý noční spánek. Volné pyžamo vám umožní být v pohodlí pohybuješ se v posteli. Na rozdíl od restriktivního oblečení vás nebudou omezovat v pohybu a zajistí klidnou noc bez přerušování.

6. Jsou aktem péče o sebe

Začlenění pyžama do vaší noční rutiny je forma péče o sebe. Je to způsob, jak upřednostnit svou pohodu a vytvořit uklidňující, příjemné prostředí, které podporuje relaxaci. Péče o sebe začíná maličkostmi a správné pyžamo je tím správným místem, kde začít.

7. Snadná údržba

Pyžama jsou úžasná snadné na údržbu. Nevyžadují náročnou péči a mnohé lze jednoduše hodit do pračky. Navíc zaberou velmi málo místa ve vašem šatníku nebo kufříku, takže jsou praktickou volbou pro jakýkoli životní styl.

8. Použijte je k vyjádření své osobnosti

Jsou více než jen funkční; jsou rozšířením váš osobní styl. Díky řadě dostupných vzorů a barev si můžete vybrat pyžama, která odrážejí vaši osobnost a preference. Ať už jste fanouškem klasických proužků nebo svérázných potisků, vaše oblečení na spaní může být zábavným způsobem, jak se vyjádřit.