

# Vitamínek

**2. MŠ  
VELKÉ OPATOVICE**



**Ročník: XV.  
Školní rok: 2015/16  
Číslo: 2.  
Prosinec 2015**

Rok se sešel s rokem a nás čeká čas vánoční pohody provoněný cukrovím, plný radosti a dětského smíchu. Věříme, že si všichni vánoční svátky užijeme, načerpáme nových sil a budeme se těšit na vzájemné setkání opět v lednu.



***PF 2016***

***Děkujeme Vám za spolupráci v uplynulém roce a přejeme hodně štěstí, zdraví a spokojenosti do nového roku!***

Za redakci: Eva Šťáhelová  
Blanka Langerová

# Náš malý kalendář...

## Kalendář na měsíc PROSINEC



- 1.12.2015 Flétna
- 2.12.2015 Logopedie podle individuálních plánů
- 4.12.2015 Mikulášská nadílka
- 7.12.2015 Připravujeme se na Vánoce,...
- 9.12.2015 Veselá středa  
Zdobíme vánoční stromečky
- 10.12.2015 Šíkula  
Vyberáme úplatu (školné)
- 14.12.2015 Vánoční setkání s dětmi z prvních tříd  
v MŠ
- 15.12.2015 Vánočníček Jablíčka a Oříšci
- 16.12.2015 Vánočníček Jahůdky
- 17.12.2015 Vánočníček Borůvky  
Adventní koncert ZUŠ
- 18.12.2015 Sněhová královna - kino
- 21.12.2015 Dlouhý, Široký a Bystrozraký - divadlo

Od 23.12.2015 do 1.1.2016 bude MŠ uzavřena.  
Těšíme se na Vás v pondělí 4.1.2016.

# Píšeme Ježíškovi

Zeptaly jsme se dětí, co by si přály, aby Ježíšek přinesl pod stromeček. Jako každý rok, tak i letos nás děti zahrnuly mnoha zajímavými odpověďmi. Překvapí nás jednoduchost i velká náročnost. **Malé a přiměřené dárky dokážou často více potěšit, než ty velké...☺**

Největší radost by dětem udělaly následující dárčky:

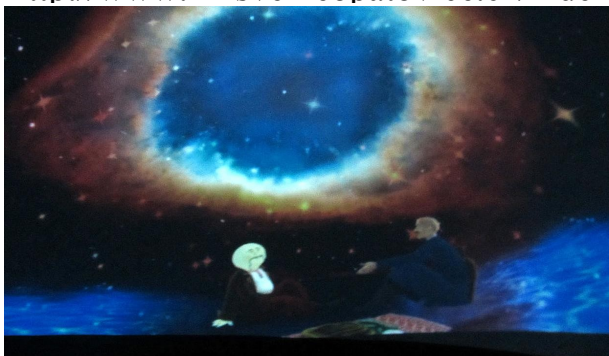
- tablet
- dovolená u moře
- brýle na koupaliště
- hasičská tatra
- panenka, která čůrá
- lego loď
- laserový meč
- hasičská bunda
- lyže
- vojenské letadlo
- brusle, pistole na ducha
- pěna do vody

# Stalo se... Planetárium Morava

Rádi se vydáváme na úchvatné návštěvy Hvězdárny a planetária Brno. Tentokrát jsme cestovat nemuseli... Planetárium Morava přijelo s připraveným programem i do naší školy. Ve třídě Oříšků vyrostla velká kopule 5x6x3 m. Přijali jsme pozvání na pohádkový příběh o Slunci a Měsíci. Sledování se nám moc líbilo, bylo krásné i poučné.

**Foto též na:**

<http://www.2msvelkeopatovice.cz/index.php/fotogalerie>



## Větrníkový den

V pátek 20. 11. 2015 jsme si ve 2. MŠ Velké Opatovice užili Větrníkový den. Skládali jsme, stříhali, lepili, foukali, cvičili a běhali. **Školní kuchyně** nám upekla **všem perníkové větrníky**. Udělali jsme si výstavu:-). Škoda, že venku přšelo - nedalo se jít na plánovanou vycházku městem s větrníčky. Foto bylo odesláno na <http://www.cfklub.cz/>.

Také mnohé rodiny dětí přinesly větrníky z domova na podporu nemocných cystickou fibrózou. **Děkujeme!**



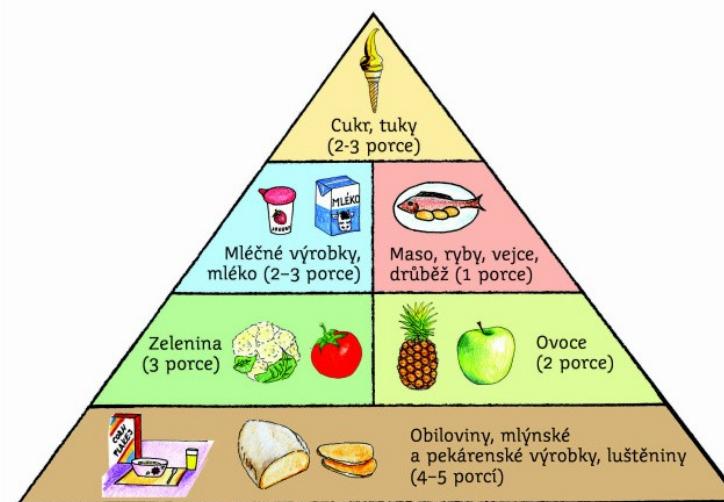
# Mohlo by Vás zajímat...

## ...aneb aby břicho nebolelo

Ačkoliv si to mnozí z nás vůbec neuvědomují, jsme to právě **my „dospěláci“**, kdo je dětem vzorem ve stravovacích návycích – **ty se u dětí budují v dětství**. Neměli bychom proto zapomínat na několik důležitých rad, které je dobré si upevnit a dodržovat je.

- ✓ Začít bychom měli tím, že **naučíme děti základ** (co je zdravé a co není zdravé)
- ✓ Dítě by mělo jíst **5x denně**
- ✓ Mělo by jíst **pouze kvalitní potraviny**
- ✓ Důležité je dodržovat **pitný režim** a nedávat dítěti nápoje, které obsahují vysoké množství cukru
- ✓ Jíst pouze **omezené množství soli a cukru** – nevhodné je odměňovat děti sladkostmi!!
- ✓ Pití by se mělo podávat až po jídle, v žádném případě při jídle (z důvodu malé kapacity žaludku)
- ✓ Pokud zkusíme nové jídlo, vždy ho podáváme se známým nebo oblíbeným jídlem
- ✓ Nové jídlo je nutné nabízet až 15x, než dítě ochutná
- ✓ **NENUTÍME DĚTI DO JÍDLA!!!**

Za dveřmi jsou Vánoce, čas, který je spojený také s **častým hodováním**. Nejen, že se na stolech objevuje vánoční cukroví, ale také nejrůznější slané pochoutky (ať už ve formě brambůrek, různých masových rolád atd.), smažená a těžká jídla (kachna, zelí, knedlík) a sladké nápoje. Nezapomínejme proto na zdraví. Nenechávejme děti přejídat se všemi těmi dobrotami a nabídněme jim také **ovoce a zeleninu**. Vhodnou možností, jak trávit volný čas v tyto dny, jsou také **procházky do přírody**. **Snadno poznáme, že po každodenním pobytu na čerstvém vzduchu se budeme cítit mnohem lépe ☺**



# Zdobíme vánoční stromeček

Tak jako každý rok, tak i letos v naší školce u vchodu čeká vánoční stromeček. Můžeme si ho společně vyzdobit. Ozdoby mohou být z čehokoliv a jakékoliv – fantazii se meze nekladou, stačí je přinést a pověsit na stromeček. ☺



# Poděkování

*Děkujeme p. Mgr. Jiřímu Bělehrádkovi za dlouholetou podporu a zájem i za vše, co pro nás udělal. Přejeme mu hodně zdraví, štěstí a rodinné pohody.*



## Odposlechnuto od dětí

„Když přijde Ježíšek, já ho potulím...“

Nikolka, Borůvky

„Ještě barvičku, jako je láska...“

Natálka, Borůvky

„Já brečím, breč taky...“

Verunka, Borůvky

„Já musím jít papírovat...“

Julinka, Jablíčka

## Bavíme se s Vitamínkem



## Čerte, čerte, čertíku...

Brzy k nám na návštěvu přijde Mikuláš s andělem a čertem. Pojd'me je potěšit krásnou básničkou:

### ČERT

*Hudry hudry, dupy pupy,  
čert nám leze do chalupy.  
Hudry hudry už tu je,  
už na okno bubnuje.  
Dlouhý ocas, krátké uši,  
teda čerte, to ti sluší.  
Celý černý, samý chlup,  
metlou dělá šupy šup.*

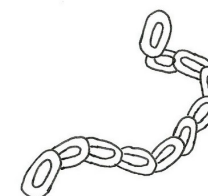


### MIKULÁŠ

*Mikuláši, přijď dnes k nám,  
písničku ti zazpívám.  
Přines prosím trochu dobrot,  
můžeš je dát třeba do bot.  
Dáváš dárky pro radost,  
pro každého máš jich dost.*

### ANDĚL

*Už se těším, andílku,  
na vánoční nadílku.  
Chci být hodný moc a moc  
vydržím to do Vánoc.  
A potom zas malinko,  
začnu zlobit, maminko.*



Najdi stejné dvojice vánočních stromčků. Jeden stromček ale přebývá, zjistíš který?  
Nakonec všechny stroměčky spočítej a zapiš výsledek do okénka.



**Vyplněné vhod'te do boxu u Oříšků!**

