

Úterý

Milé děti,

dneska si nejdříve zacvičíme.

Jaro

**Podívej se, támhle v trávě,
kytička vyrostla právě,
čechrá si zelenou sukýnku,
protahuje si barevnou hlavinku.**

**K sluníčku lístky natahuje,
ještě se ospale protahuje,
na louce není jediná,
protože jaro už začíná.**

dřep, rozhlížíme se
z dřepu do stoje
ruce v bok, kroutíme zadečkem
roznožíme, úklony hlavou
ruce natahujeme nad hlavou
protahujeme se
kroutíme hlavou „ne ne ne“
kroužíme rukama před tělem

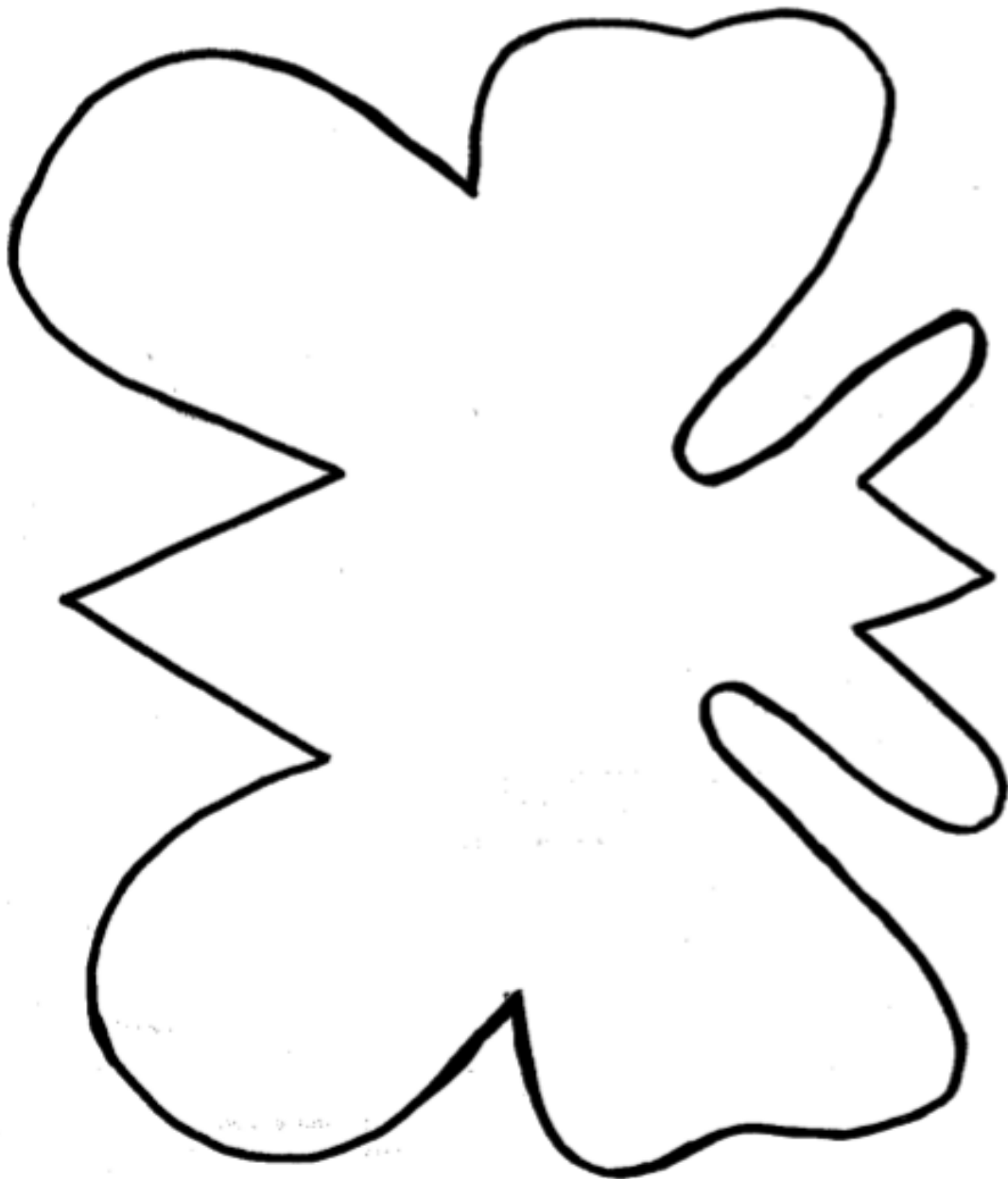
Motýl

**Letí motýl v širý svět,
vybere si krásný květ.
Květ pak lehce stvolem kývá,
návštěvníků mnoho mívá.
Večer volá: „Motýlku,
máš ustlanou postýlku!“**

chůze, máváme rukama
zastavíme se, vzpažíme
ukláníme se ze strany na stranu
klekneme na kolínka
stočíme se do klubíčka, zavřeme oči

Po cvičení si můžeš motýlka vytvořit.

Nejdříve si ho vystříhni, potři vodou a zapouštěj barvičky. Říkej si, jakou barvou zapouštíš a spočítej kolik barev si použil/a.



Hádky pro tebe:

Přiletěl obrázek,
poseděl, složil se,
rozložil a odletěl.

(motýlek)

Princeznička na blátě,
v zelenkavém kabátě.

(žába)

Hlavička kulatá
a vlásky ze zlata.

Foukni!

Její chmýří po trávě se šíří.

(pampeliška)

Sedí holka u potoka,
kvete – a je modrooká.

(pomněnka)

Fialově kvetu,
zjara se mám k světu.
Když se skryji v křoví,
má vůně to poví.

(fialka)

