

Výzva na týden od 29.3. do 4.4.

Malujeme obrázek
k pohádce O panence,
která tence plakala.



Domaluj velikonoční
vajíčka (pracovní list).



Čtení před spaním:
Povídání o pejskovi a
kočičce
O panence, která tence
plakala



Pozoruj zaseté osení.
Povídej si s rodiči o
Velikonocích.



Sestav si rozcvičku, dle
jména své maminky a
zacvič si ji.

Rozcvička podle jména

- A, Á - vyskoč 10x na místě
B - udělej 5 dřepů
C, Č - otoč se 3x doleva a 5x doprava
D - 3x vyskoč jako žába
E, É - zaskákej si 10x panáka
F - udělej 5 kliků
H - pochoduj okolo celého svého pokoje
I, Í - 5x doběhni k nejbližším dveřím
J - 16x se ohni a dotkni se prstů u nohou
K - otoč se 3x doprava
L - 15x vyskoč a tleskni u toho nad hlavou
M - couvej 20 kroků a potom doskákej zpět
N - choď jako medvěd a počítej do 12
O, Ó - zvedni slabikář 20x nad hlavu
P - otoč se 3x doleva

- R, Ř - stůj na pravé noze a počítej do 20
S, Š - dojdí do kuchyně jako čáp
T - 10x vyskoč a tleskni nad hlavou
U, Ú, Ů - vyskoč 5x na místě
V - 5x vyskoč jako žába
Y, Ý - doskákej po jedné noze ke dveřím
Z, Ž - stůj na levé noze a počítej do 20

Nezapomeň být při cvičení opatrný. Dávej pozor na sebe, ale i na ostatní členy rodiny.

