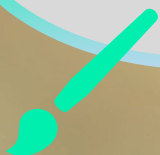


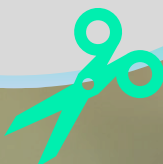
Výzva na týden od 29.3. do 4.4.

Malujeme obrázek
k pohádce O
panence, která
tence plakala.



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

Vybarvi zvířátka, která
žijí na farmě a slož je
ze čtvrtky.



Sestav si rozcvičku, dle
jména svého tatky 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.

