

Ahoj děti!!!!

Tak tu máme další jarní den, pojďme si spolu zase něco zkusit.

1. Vyjděte ven a řekněte, jaké je počasí. Svítí sluníčko? Fouká vítr? Je chladno? Nebo je to úplně jinak?
2. Pojďme se teď zkusit protáhnout jako kočka.



Můžete si vymyslet i jiné kočičí protažení.

3. Před tvořením si procvičíme ruce.

Šikovné Ruce

Procvič si pořádně prsty s tímto písmenkovým tělčvkem. Vyhláskuj písmena ve svém jméně a postupně dělej cviky, které jsou u nich napsané. Pokud se ti to zdá málo, pokračuj příjmením. Nebo si spolu se sourozenci či kamarády hláskuj různé slova a cvičte spolu. Například při dlouhé cestě autem.

A	3x se pinkni do tváře palcem a ukazovákem pravé ruky.	H	Štípni se 4x do pravé tváře.
B	Žx luskní prsty levé ruky.	I	Udělej „Vařila myšička kašičku“
C	10x sevři vší silou levou ruku v pěst.	J	Sevři pravou ruku v pěst, počítej do 7 a potom uvolni.
D	Napni a spoj všechny prsty levé ruky. Potom mezi nimi postupně dělej mezery.	K	Palcem a prostředníkem si 5x stiskni pravé ucho.
E	Toč zápěstím pravé ruky 4x doprava a třikrát doleva.	L	Udělej slona (jednou rukou se chytí za nos a druhou pod ní provleč a udělej chobot).
F	Maliček na pravé ruce 5x rychle napni a zase pokrč.	M	Hraj na klavír (místo klavíru použij stůl nebo svoje stehna).
G	Překříž na obou rukou maliček s prsteníkem.		
N	Ukazovák na pravé ruce 5x rychle napni a zase pokrč.		
O	Spoj proti sobě všechny prsty na obou rukou a silně zatlač.		
P	Napni všechny prsty na levé ruce a postupně jeden po druhém pokrč.		
Q	Toč zápěstím levé ruky 3x doprava a čtyřikrát doleva.		
R	Sevři levou ruku v pěst, počítej do 11 a potom uvolni.		
S	3x luskní prsty pravé ruky.		
T	3x se pinkni do nosu palcem a ukazovákem levé ruky.		
U	Napni a spoj všechny prsty pravé ruky. Potom mezi nimi postupně dělej mezery.		
V	Překříž na obou rukou ukazovák s prostředníkem.		
W	Maliček na levé ruce 7x rychle napni a zase pokrč.		
X	Napni všechny prsty na levé ruce a postupně jeden po druhém pokrč.		
Y	8x sevři vší silou levou ruku v pěst.		
Z	Palcem a prostředníkem si 5x stiskni levé ucho.		

4. A jdeme na tvoření!

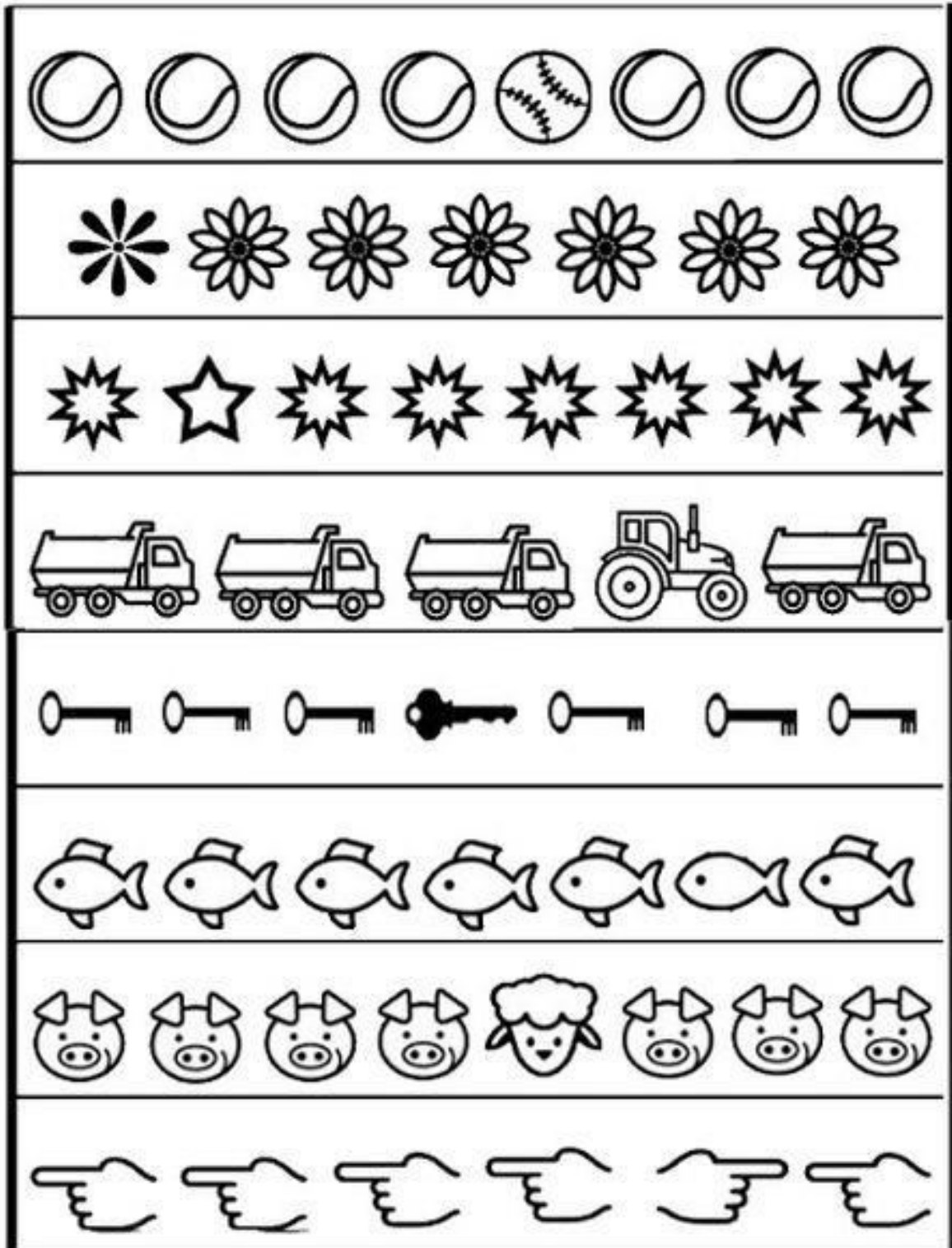
Budeme potřebovat vatové tyčinky do uší, žlutou modelínu, barevný papír, nůžky, lepidlo, tužku a pastelky.

Na barevný papír si předkreslete stonky a listy sedmikrásky (Kdo nemá barevný papír, může si stonky a listy nakreslit na bílý papír a vybarvit). Vystříhněte je a nalepte na papír. Vyválejte si žlutou kuličku z modelíny a trochu jí rozmáčkněte. Tím nám vznikne střed kytičky. Ze stran napíchejte nastříhané vatové tyčinky, aby vznikl květ kytičky. Květ pak přimáčkněte ke stonkům na papíře.



5. A teď si budeme trochu namáhat hlavičky. Vezmi si tužku a posad' se ke stolu. Nezapomeň na správné sezení u stolu. Na pracovním listě najdi, kde je chyba.

KDE JE CHYBA?



6. Udělejte si s maminkou a tatínkem mrkvičkou-jablečné osvěžení:

Co budete potřebovat:

- 3 mrkve
- 1 jablko
- $\frac{1}{4}$ citronu
- 6 lžic jogurtu
- 4 kostky ledu (nebo voda)

Jak na to?

S maminkou nebo tatínkem nakrájej na malé kousky jablko a mrkev. Opatrně, at' se neporežeš. Všechny ingredience dej pak do mixéru a rozmixuj. Nalijte do sklenice a dobrou chuť ☺.



INGREDIENCE



3 MRKVE



1 JABLKO



1/4 CITRONU



6 LŽIC JOGURTU



4 KOSTKY LEDU
(dobrovolné)

Mějte se krásně a ahoj příště!
Vaše paní učitelka Blanka