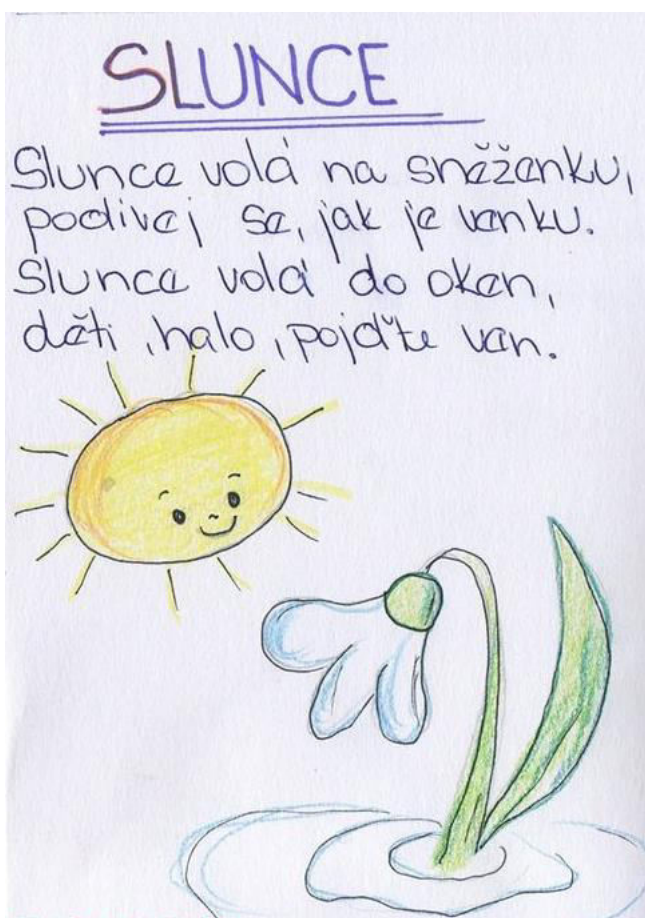


Ahoj děti!

Jak jste prožily včerejší uplakaný den? Dnes snad bude hezčí počasí.




1. Koukněte ven a podívejte se, jaké máme počasí? Svítí sluníčko? Prší? Fouká vítr? Nebo dokonce padají vločky?



2. Pořádně se protáhni. Pokud to půjde, běž si zacvičit ven na zahradu.

Sluníčko

Všichni dobře znáte
to sluníčko zlaté.
Každé ráno časně vstává,
vlídně na nás z výšky mává.
Každý den se z nebe směje,
paprsky nás krásně hřeje.



Kroužení pažemi
Oběma pažemi opisujeme velké kruhy. Zvedáme je obloukem do vzpažení, dlaně směřují dopředu, co nejvíce se vytáhneme ozhůru. Následně paže spouštíme obloukem dolů.

39

Vítr

Fouká vítr, fouká,
potichu si brouká.
Zpívá stromům písničku,
pocuchá jim hlavičku.

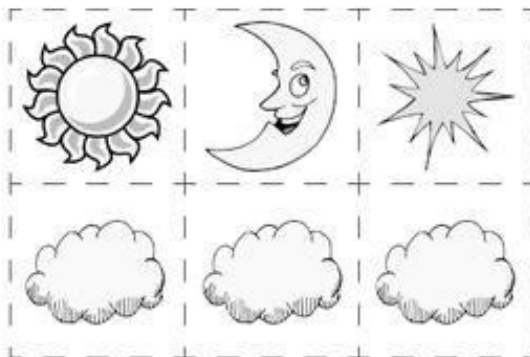
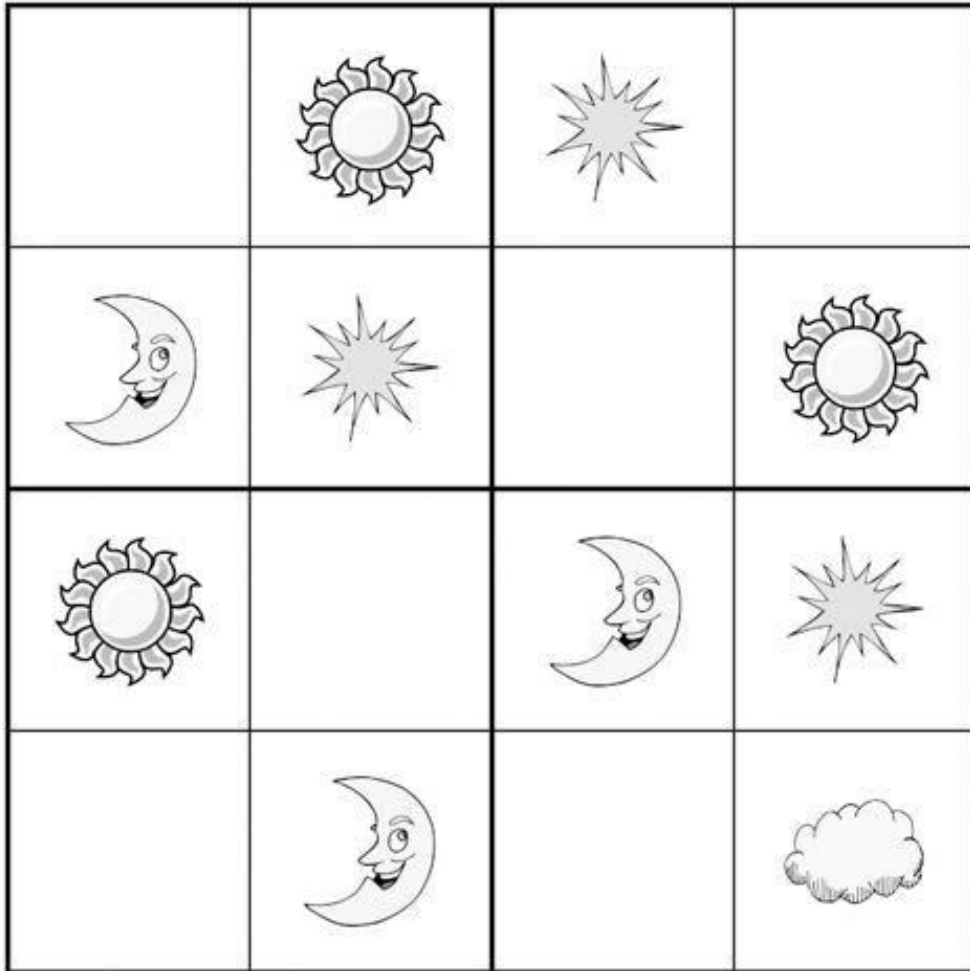


Úklony zvednutých paží
Obě paže zvedneme nad hlavu a vytáhneme se až do konečků prstů. Ukláníme se o pase, ruce ohýbáme do stran stejně jako větve stromů ve větru.

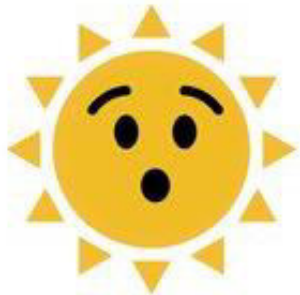
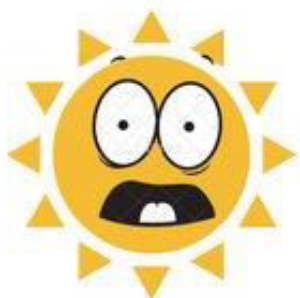
37

3. Ted' si trochu procvičíme hlavičky. Vyřeš správně sudoku.

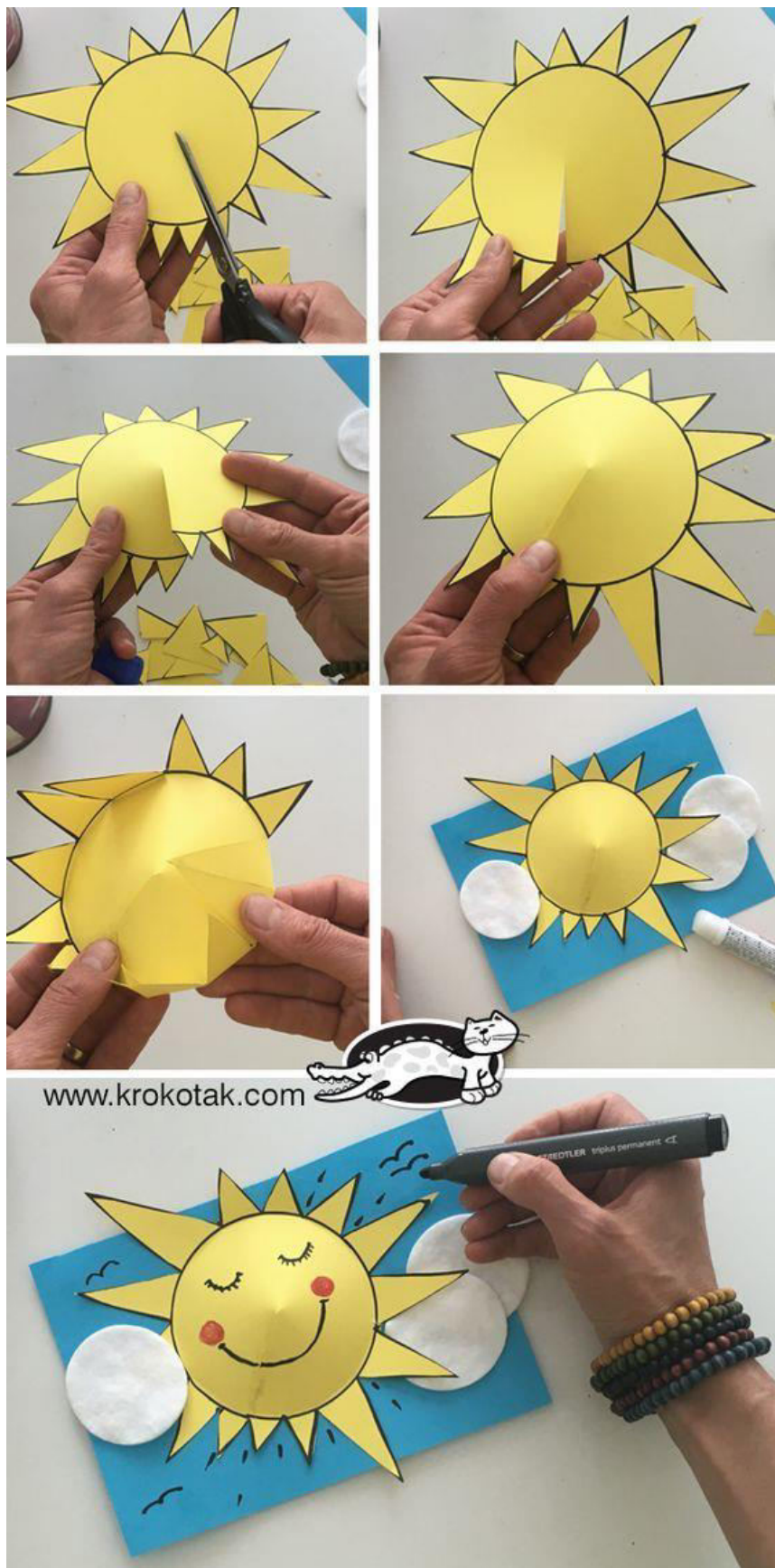
2 Himmel



4. Zvládneš správně přiřadit sluníčko k mráčku podle výrazu v obličeji?



5. Po přemýšlení si pojd' něco vytvořit.
Vytvoř si slunečné počasí, anebo třeba i veselé deštivé.





6. Aby ti dnešní den utekl, pusť si veselou jarní písničku.

https://www.youtube.com/watch?v=y-HWlsshS0k&ab_channel=JanaJassm%C3%ADnaSovov%C3%A1



To je pro dnešek vše. Mějte se krásně a užívejte jarní počasí.

Vaše paní učitelky



Zdroje:

<https://www.youtube.com/>

<https://cz.pinterest.com/>