

Říkanky s pohybem:

Počasí

Přiletěl drak. (běháme v kruhu)

Velký černý mrak. (zastavíme se a rukama ukazujeme velké kolo)

nad námi se zastavil, (stojíme, ruce máme nad hlavou)

spršku na nás vypustil. (pohybujeme prsty, jako že na nás prší)

Pak se jenom zatočil, (točíme se dokolečka)

na další pouť odkvačil. (běháme v kruhu)

Sluníčko vysvitlo zas, (zastavíme se, ruce natahujeme a krčíme)

viděli jsme plno krás: (ruku dáme před oči, jako když se rozhlížíme)

poupátka se rozevřela, (zvedáme se ze dřepu a ruce zvedáme nad hlavu do "V")

sluníčku se uklonila. (ukloníme se)

Deštík

Ťuká, ťuká deštík na barevný deštník. Ťuká, ťuká prstíkem: „Kdo je pod tím deštníkem?“
(každým prstem jedné ruky postupně ťukneme do palce stejné ruky)

„To jsem já, panenka, točí se mi sukénka.“ (kroutíme rukou v zápěstí – cvičení vhodné k trénování jemné motoriky, lze oběma rukama zároveň, pro děti je jednodušší cvičit každou ruku zvlášť)

ESCOLA: _____

TURMA: _____ DATA: ____ / ____ / ____

ALUNO: _____

1- CONTE AS PINTINHAS DAS JOANINHAS E LIGUE-AS AO NUMERAL CORRESPONDENTE.

