Pohybové aktivity a cvičení

Cvičení

Domácí cvičení s dětmi - Zvířátka 2

Taneček pro děti - Ptačí tanec/ Slepičí/ Kačeří tanec

BibiBum - Ptačí tanec - písničky pro děti - Kačeří tanec

Pohybové aktivity

Nakrm červíkem slepičku -

Pomůcky: pet láhev (sklenička), propiska/tužka..., provázek

Dítěti přivažte k pasu provázek. Na jeho konec, který by měl sahat zhruba 5–10 centimetrů nad kolena, připevněte propisku, obyčejnou tužku, fixu nebo, co máte zrovna po ruce. Pak by se mělo dítě tužkou (červíkem) strefit do hrdla láhve, kterou má postavenou mezi nohama. Abyste to udělali napínavější, můžete dětem měřit čas na stopkách.

Schovávačka po bytě -

Schovávání věcí je dobré na pozornost, posilování zrakového smyslu, rychlosti i trpělivosti. Pojďte si s dětmi zahrát na schovávačku. Můžete schovávat třeba karty nebo nastříhané barevné papírky. Pravidlo je, že každá věc musí být aspoň kouskem vidět, aby nebylo potřeba otevírat skříně ani šuplíky. Na povel všichni začnou hledat. A kdo najde nejvíc, ten může vybrat, co bude k večeři. (Záleží jakou odměnu zvolíte).