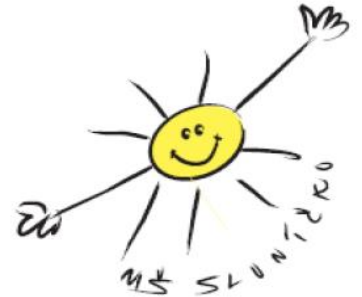


# SLUNÍČKO PRAVÍ, CHRAŇTE SI SVÉ ZDRAVÍ



- seznámení s letními sporty, procvičování tělesné zdatnosti, trénování na olympiádu mateřských škol ve městě, relaxační, odpočinkové a zdravotně zaměřené činnosti (protahovací, uvolňovací, dechové, relaxační cvičení)

## Tipy na aktivity pro všechny děti.

1. **PRO VŠECHNY DĚTI:** Víš, co jsou to olympijské hry/olympiáda? Které letní sporty už znáš? Vyjmenuj. - rozhovor s rodiči

2. **PRO VŠECHNY DĚTI:** Dechové cvičení – budeme potřebovat: metr, papírové kuličky – metr položíme na zem a z kousku papíru si vyrobíme minimálně dvě papírové kuličky – kuličky si položíme s tatínkem, maminkou, babičkou (s kýmkoli) na začátek metru na zem a s plným nádechem a výdechem foukneme do kuličky – ten, který má kuličku nejdál, vyhrává.

3. **PRO PŘEDŠKOLÁKY:**

Namaluj dle předlohy

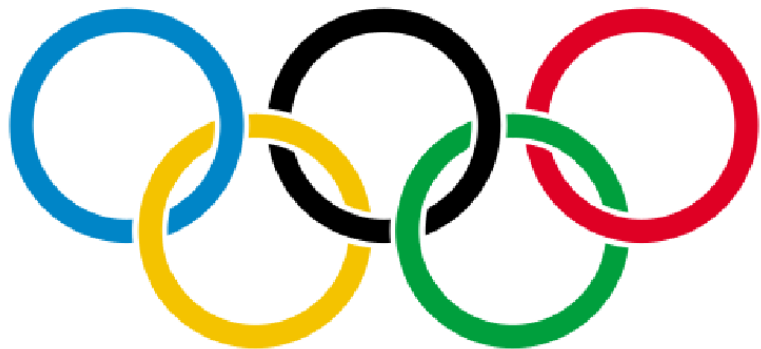
na čistý papír

olympijské kruhy,

řekni, jaké mají barvy.

Dbej na pečlivost a

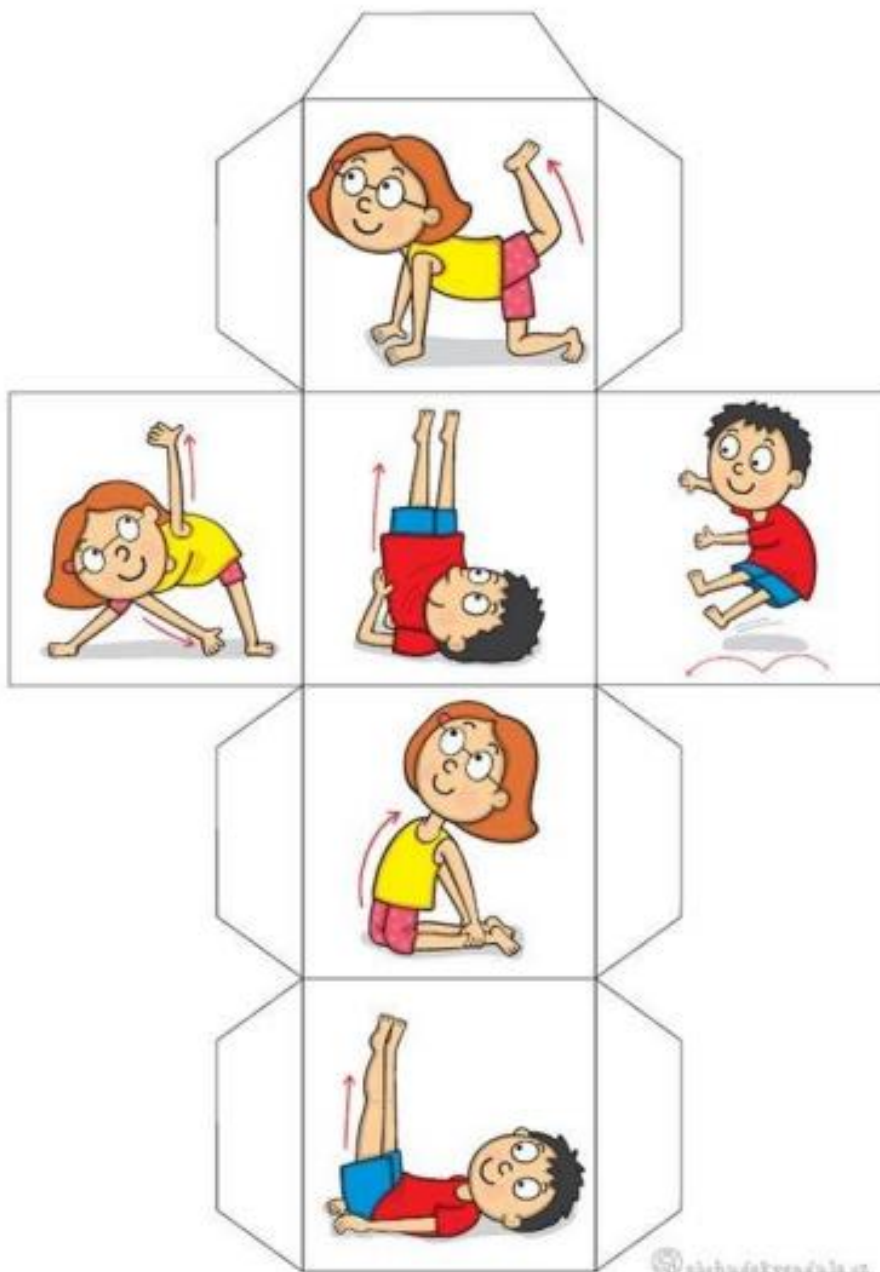
správný tvar kruhu.



4. **PRO PŘEDŠKOLÁKY:** Najdi cestu od pochodně k olympijskému stadionu. Dbej na správný úchop tužky.

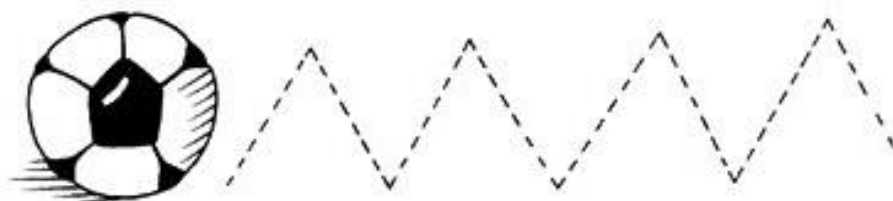
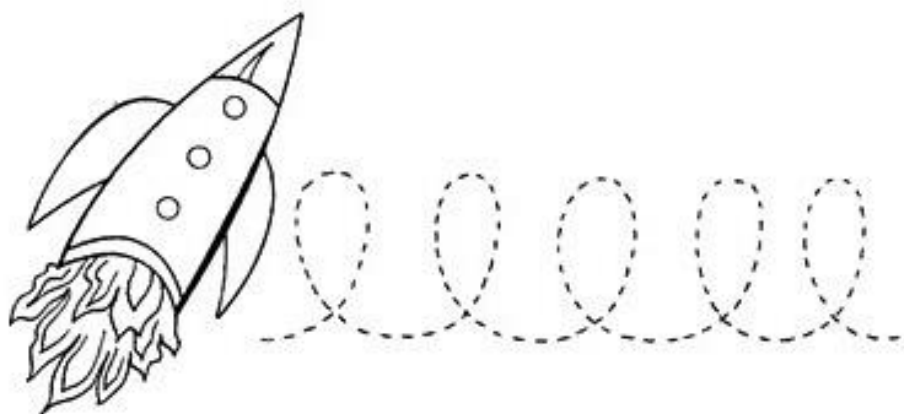
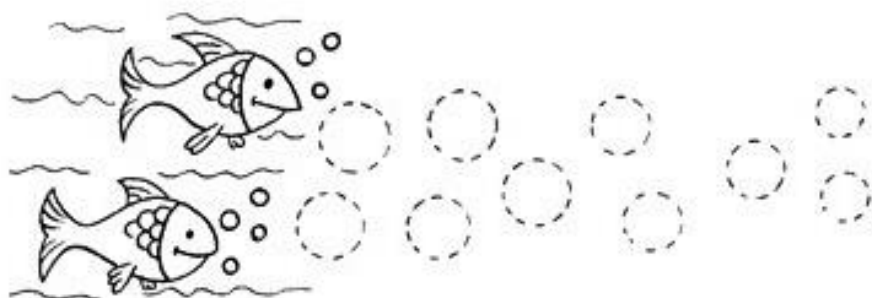


5. **PRO PŘEDŠKOLÁKY:** Cvičení – vystřihni si kostku a pomocí lepidla slep. Poté hod kostkou a cvik, který máš na vrchní straně kostky proved'. Můžeš zapojit své sourozence, maminku, tatínka, ...

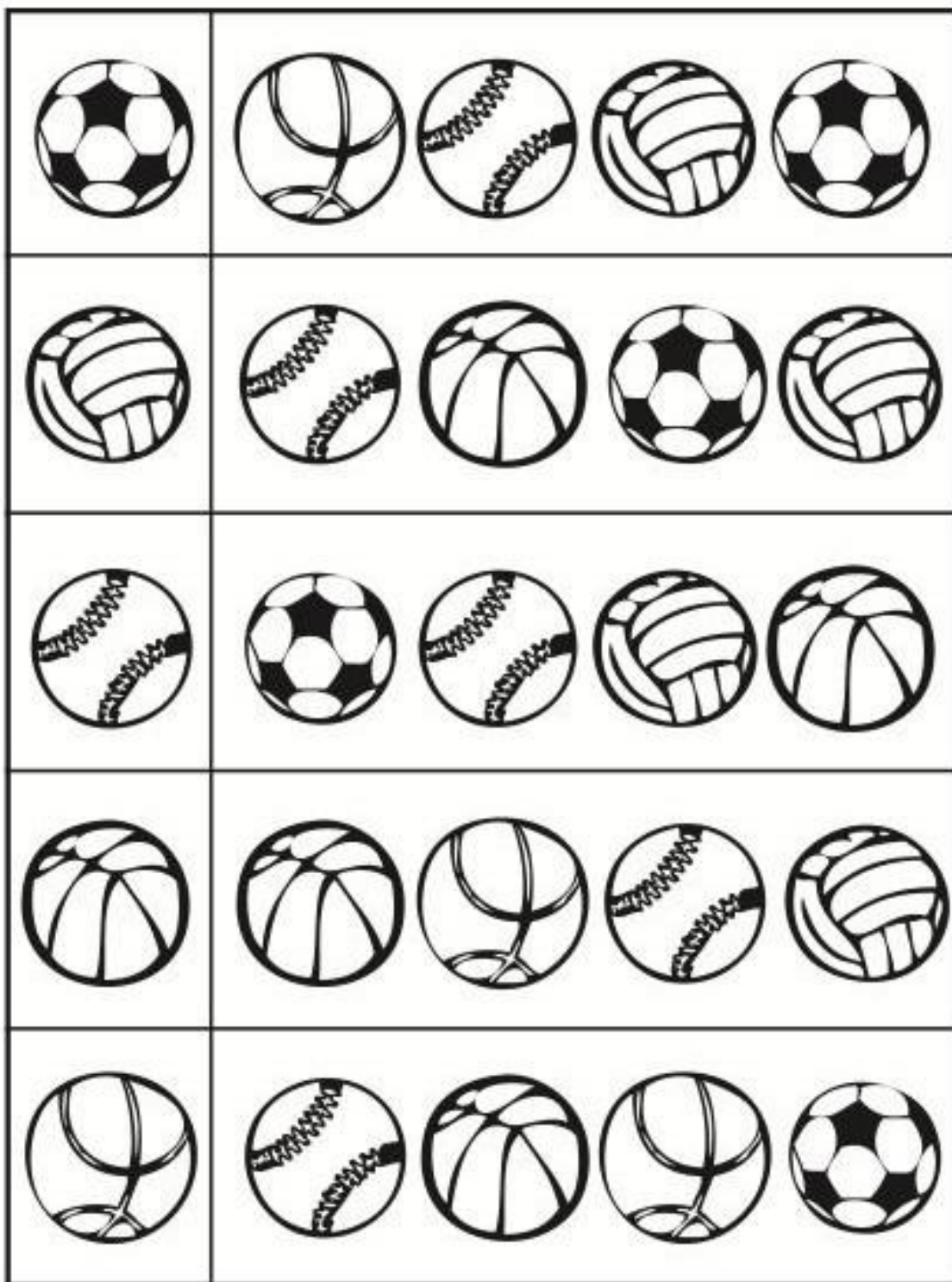


© učebnicekvetka.cz

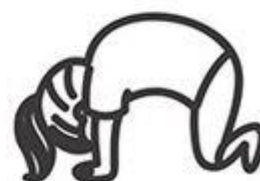
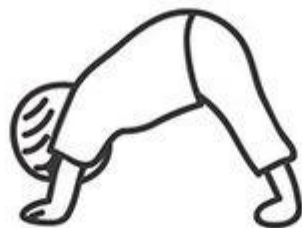
**6. PRO VŠECHNY DĚTI:** Grafomotorické cvičení – kam kačenky plavou? Kam raketa letí? Kam míč doletí? Obtáhni jejich cestu dle čárkované předlohy.



7. **PRO MALÉ DĚTI:** najdi a vybarvi vždy stejný míč v řadě.



8. **PRO MALÉ DĚTI:** zacvič si podle vzoru a vybarvi nebo zakroužkuj ten, který se ti líbí.



*Mus*