

Úterý 21. 4 – vzdělávací nabídka

Básnička : Pes – kreslíme pejska s maminkou

Já jsem pes a kdo je víc!

Umím štěkat na měsíc,

hlídám dům a brzy zrána.

Chodím venčit svého pána.

Malý, velký, bílý, černý,

svému pánu vždycky věrný.

Ocáskem vrtí z radosti,

pochutnává si na kosti.

Cvičení: Hra na pejska

Mírný stoj rozkročný, skrčit upažmo, upažit

(motivace – pejsek se po ránu protahuje.

–

– Vzpor klečmo – vyhrbit. Protáhnout páteř.

– **(motivace – pejsek uviděl kočku (vyhrbit), kočka utekla (prohnout)**

– vzpor stojmo, ručkujeme dopředu a zpět.

(motivace – pejsek zkouší jak má silné packy.)

– - vzpor klečmo, pravou skrčit a zanožit. To samé s levou

(motivace – pejsek si protahuje zadní packy)

–

– Leh, nohy pokrčíme, zvedneme pánev a položíme.

(motivace – pejsek jde kolem mostu)

– Stoj mírně rozkročný, poskoky na místě.

(motivace – pejsek se raduje)

– Sed skřižmo, nosem nádeh, ústy výdech na hlásku A

motivace – Prší

– Sed snožmo, propnout špičky, vztyčit špičky

(motivace – pejsek si procvičuje tlapky)



PEJSEK

Skotačivě

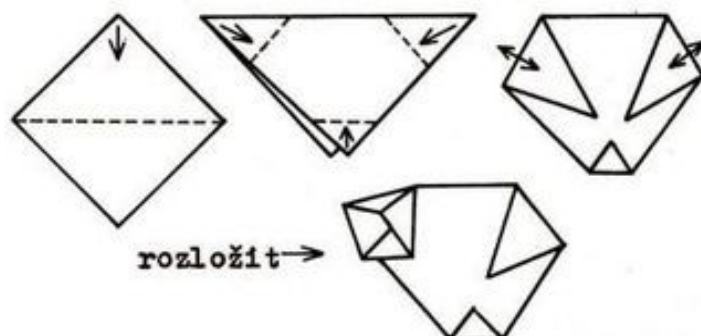
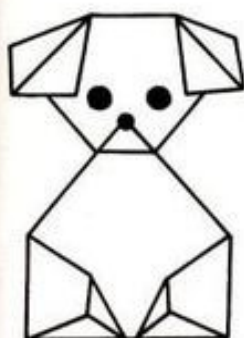
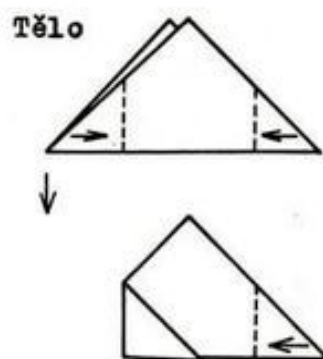
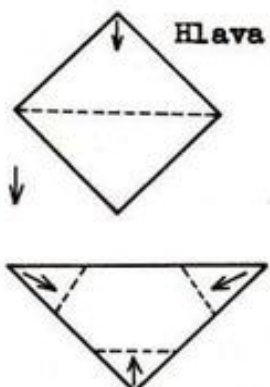
I. Pej - sek le - ze ze vrá - tek, pej - sko - vá zas na - zpá - tek.

II. Po - tom ská - čou ve - dle se - be, do trá - vy i do je - te - le,

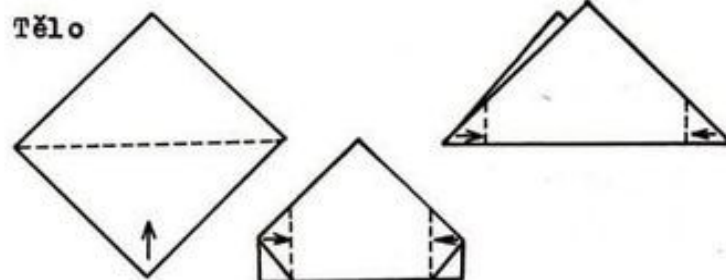
haf, haf, haf, do bou - dy se vrať!

- I. vzpor dřepno - lezení po žvýčcech
- II. ze vzporu dřepno spojeném: skoky vpřed, závěrem si zašlékat!





Pejsek



Pejsek za plotem - M. Černík

Pejsek běhá za plotem,
straší lidi štěkotem,

ocáskem se ohání,
líbí se mu štěkání.



omalovánka pejsek