

# *Zvířátková abeceda*

## *s básničkou*

*Pro MŠ Zelenečská  
a odloučené pracoviště MŠ Sadská*

*Autor: Valerie Kozlova, DiS.*

**Žabička (dřep)** - Ruce si necháme volně podél těla, narovnáme se. Nohy dáme na šířku pánve, špičky musí směřovat rovně, mírně pokrčíme nohy v kolenou.

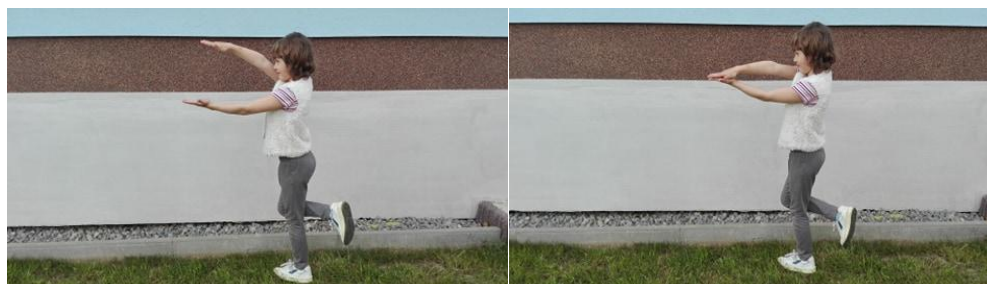
("Kontrolujeme dítě při provedení cviku tak, aby mělo stále celou plochu nohy na podložce")

**Básnička:** *Žába skáče po blátě,  
koupíme jí na gatě,  
na jaké, na jaké,  
na zelené strakaté.*



**Čáp** - Stoupneme si na jednu nohu. Stojnou nohu mírně pokrčíme v koleni. Druhou nohu pokrčíme v koleni a kyčli. Z rukou uděláme zobák čápa, ramena stáhneme mírně dozadu a dolů. Zasuňme bradu a vytáhneme se za hlavou. Začneme rukama klapat jako zobákem.

**Básnička :** *Čáp nad námi krouží,  
přeskakuje louži,  
klapy klap, klapy klap,  
takhle dělá ten náš čáp.*



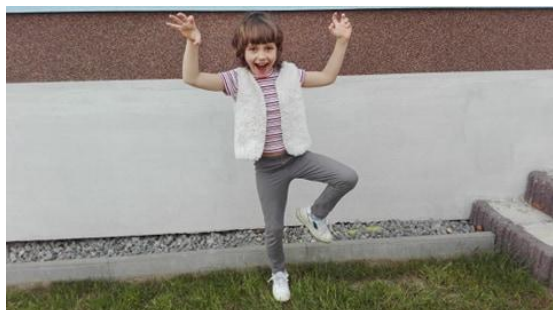
**Sloník** - chůze/lehčí běh se sloním chobotem.

**Básnička :** *Jde slonice na procházku  
vede slůně na provázku.  
Vesele si slůně hopsá  
obojek má jako pro psa.*



**Medvídek** - chůze jako medvěd.

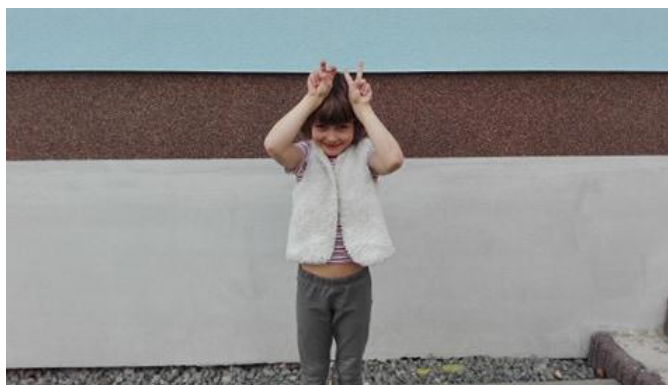
**Básnička:** *Brum, brum, brum,  
medvěd staví dům.  
Nejdřív stěny, potom střechu,  
pak se schová do pelechu.*



**Zajíček** - Chůze/ lehčí běh, ruce při tom máme nad hlavou a napodobujeme králíčka.



*Básnička: Zajíc skáče hupky hup,  
spěchá s taškou na nákup.  
Ať se vrátí, bude jíst  
mrkev, zelí, kedlubny a bobkový list.*



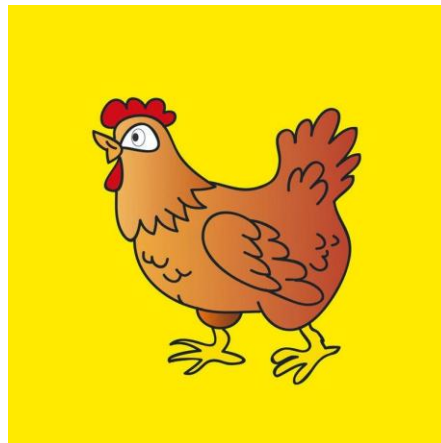
**Kačenka** - ťápeme jako kačenky.

*Básnička : Kačka, Kačka, naše malá,  
stále se jen kolébala.  
Kolébala sem a tam,  
houkala se do všech stran.  
Nepozorná jednou byla  
a celá se překulila.*



**Slepička** – chůze/ běh jako slepička.

**Básnička :** *Venku ještě rosa studí,  
kohout dvorek ráno budí.  
Naše hodné slepičky  
už se chlubí vajíčky.*



**Pejsek** – chodíme po čtyřech jako pejsek.

**Básnička :** *Prší, prší velké kapky,  
pejsek už má mokré tlapky.  
Kam se půjde usušit?  
V boudě má svůj malý byt.*



**Tip pro Vás : u každého cviku s dětmi opakujte zvířátkové zvuky.**

### ***ZDROJE***

- *VLASTNÍ – popis provedení cviku*
- *Holčička na fotkách = Valentýnka Hatoňová*
- *Básničky = promaminky.cz, pigy.cz, detskestranky.cz*
- *Obrázky zvířátek = google/obrázky*