

# Zvířátková *abeceda*

## s básničkou

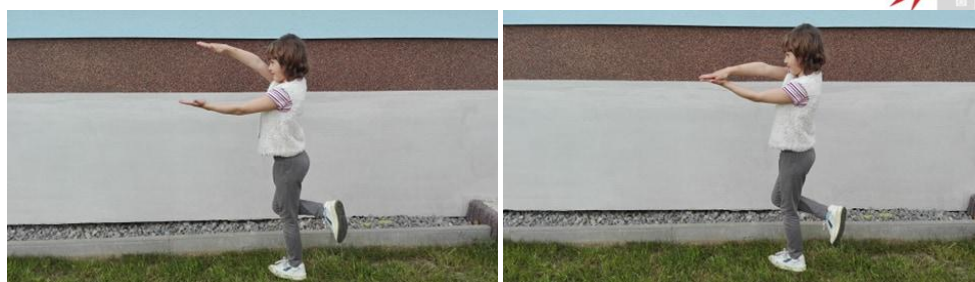
*Žabička (dřep)* – Ruce si necháme volně podél těla, narovnáme se. Nohy dáme na šířku pánve, špičky musí směřovat rovně, mírně pokrčíme nohy v kolenou.

*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 a začneme rukama klapat.

**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 králíka.



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



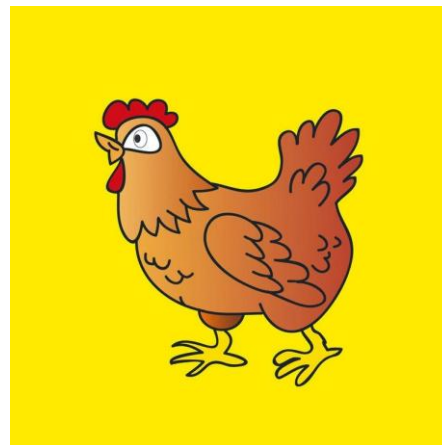
## *Kačenka* – ťápeme jako kačenky.

*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.*



#### **ZDROJE**

- *VLASTNÍ* – popis provedení cviku
- *Holčička na fotkách* = Valentýnka Hatoňová
- *Básničky* = [promaminky.cz](http://promaminky.cz), [piggy.cz](http://piggy.cz), [detskestranky.cz](http://detskestranky.cz)
- *Obrázky zvířátek* = [google/obrazky](http://google/obrazky)