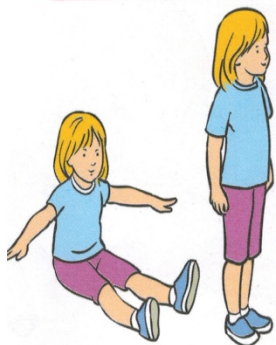


Co už umím?

Umím sedět, umím stát,
umím trochu povídat.
Umím ležet, umím spát,
na místě si zaskákat.
Umím úklon, umím dřep,
do výšky vyskočit hned.
Umím toho zkrátka dost,
máma ze mě má radost.



1 Umím sedět, umím stát,
(cvičíme podle říkanky)



2 umím trochu povídat.
(tleskáme)



3 Umím ležet, umím spát,
(hlavu ukloníme k rameni a ruce spojené
dlaněmi k sobě dáme pod tvář)



4 na místě si zaskákat.
(skáčeme)



5 Umím úklon, umím dřep,
(cvičíme podle říkanky)



6 do výšky vyskočit hned.
(cvičíme podle říkanky)



7 Umím toho zkrátka dost,
(pochodujeme na místě)



8 máma ze mě má radost.
(tleskáme)

Děti

Když jsme byly malé děti,
chovala nás maminka.
Vyrostly jsme, to to letí,
jako z vody semínka.
Ač chodíme do školky
a hodně věcí víme,
ať jsme kluci nebo holky,
rádi se přitulíme.



1

Když jsme byly malé děti,
chovala nás maminka. (dřepíme,
rukama naznačujeme, že chováme)



3

Ač chodíme do školky a hodně vě
(pochodujeme na místě)