

Básničky s pohybem

Vláček

Jede vláček po trati,
snad se nikde neztratí.
Výpravčí mu volno dává
a průvodčí z okna mává.
Zamávejte také, děti,
pozdrav do daleka letí.



1 Jede vláček po trati, snad se nikde neztratí.
(chodíme, ruce ohnuté v lokti, naznačujeme pohyb kol)



2 Výpravčí mu volno dává
(zvedneme ruku nad hlavu)



3 a průvodčí z okna mává.
(máváme)



4 Zamávejte také, děti, pozdrav do daleka letí.
(zatočíme se s rukama mírně rozpaženými)

Dopravní prostředky

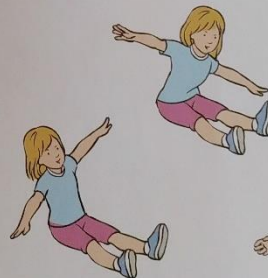
Takhle traktor na poli
vyorává brambory.
Auto jede, auto fičí,
vítr fouká zpod obruči.
Takhle letí letadlo,
pozor, aby nespadlo.



1 Takhle traktor na poli vyorává brambory.
(sedíme na zemi, nohy natažené a střídavě zvedáme – krčíme koleno jedné a druhé nohy)



2 Auto jede, auto fičí, vítr fouká zpod obruči.
(sedíme, nohy natažené, rukama jakoby držíme volant a řídíme)



3 Takhle letí letadlo, pozor, aby nespadlo.
(sedíme, nohy natažené, ruce upažíme a nakláníme se ze strany na stranu, nakonec se na jednu stranu převalíme) **Tip:** dítě si můžeme posadit na klín zády k sobě, chytit se za ruce a cvičit tak dohromady.