

JARO SE PROBOUZÍ

Básnička s pohybem

Podívej se, tamhle v trávě
kytička vyrostla právě.

Čechrá si zelenou sukýnku,
protahuje si barevnou hlavinku.

(dřep, rozhlížíme se)

(z dřepu do stoje)

(stoj snožmo, ruce v bok, kroutit boky)

(stoj rozkročný, opatrně naklánět hlavu)

K sluníčku lístky natahuje,
ještě se ospale protahuje.

Na louce není jediná,
protože jaro už začíná.

(stoj snožmo na špičky, ruce natahovat nad hlavu)

(stoj roznožmo, ruce natahovat nad hlavu)

(stoj snožmo, hlavu otáčí do stran - „NE“)

(stoj snožmo, kroužení rukama před tělem – „kola“)