

Ranné cvičenie

Keď slniečko skoro vstalo, (*drep, výpon vo vzpažení, stoj spojný*)

dobré ráno povedalo. (*pohyb paží v jednom smere*)

Pozrelo sa do okienka, (*v stoj otáčanie hlavou vpravo, vľavo*)

kde spí malá Marienka. (*drep – znázorniť spanie*)

Vstávaj hore! Už je dňíček, (*stoj spojný, pohyb paží*)

umy očká, umy krček. (*znázorniť umývanie*)

Do šatôčok šup-šup-šup, (*znázorniť obliekanie*)

do školičky dup,dup,dup. (*chôdza na mieste*)

