

# ODPOLEDNÍ AKTIVITY PRO DĚTI

## HRY BEZ POMŮCEK

---

### 1. KUBA ŘEKL

**Další názvy hry:** Simon says (hojně využívaná hra v hodinách angličtiny)

**Počet hráčů:** libovolný

**Přínos hry:** rozvoj soustředění, pozornosti

**Pravidla hry:** Hráči stojí rozestaveni po místnosti, v tělocvičně, na hřišti. „Kuba“ (jeden zvolený hráč) stojí čelem k nim a vydává postupně jasné, krátké rozkazy: „Vzpažit! Vlevo v bok! Vpravo v bok! Dřep! Poskok na levé noze!“ apod.

Hráči musí povel vykonat, ale jen tehdy, jestliže před samotným povellem zazní slova: „Kuba řekl:“. Pokud Kuba řekne povel bez toho, že by ho uvedl těmito slovy, hráči ho vykonat nesmí. Kdo se splete, vypadává ze hry. Vítězem je hráč, který ve hře zůstane jako poslední.



## Hledej na zahradě



**KLACEK**



**ŠIŠKA**



**SEDMIKRÁSKA**



**ULITA**



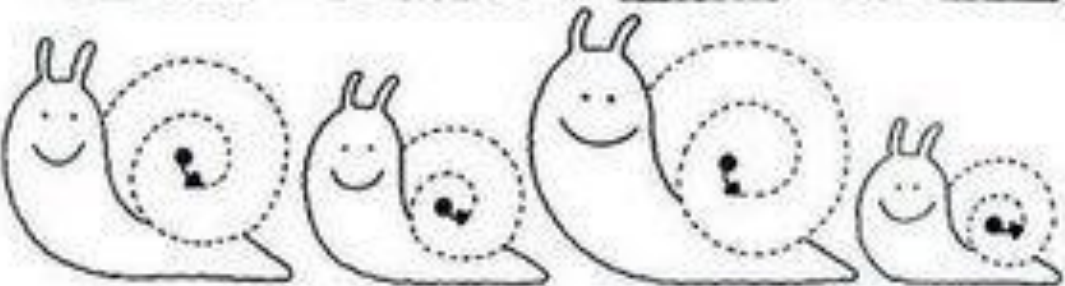
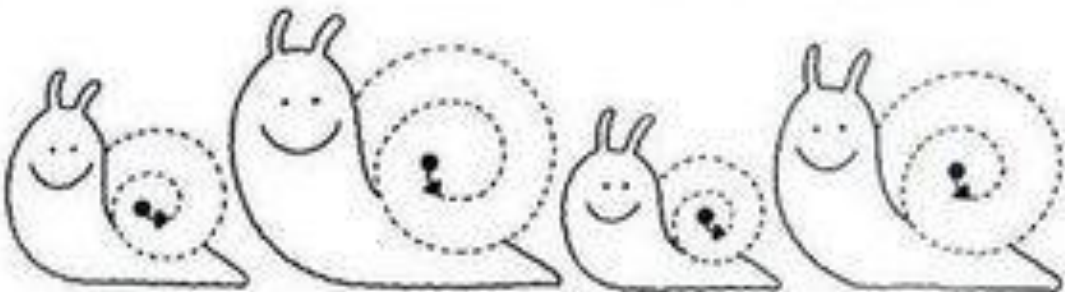
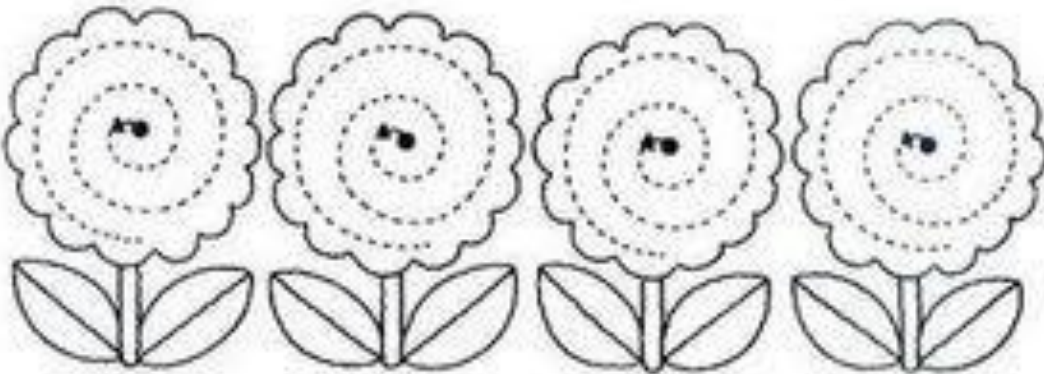
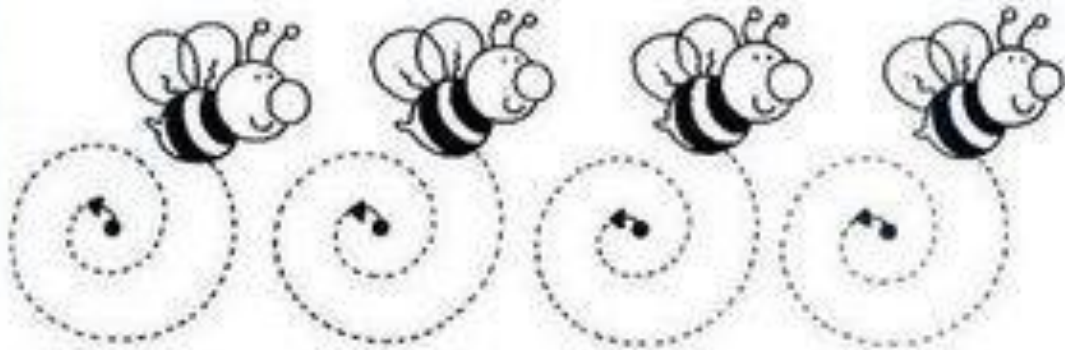
**LIST**



**BERUŠKA**

Grafomotorika

- DELINEA DE ADENTRO HACIA FUERA CADA ESPIRAL.  
UTILIZA DIFERENTES COLORES.



# TĚLOCVIK S ABECEPOU

Dej si krátkou rozcvičku s abecedou. Vyhláskuj písmena ve svém jméně a postupně dělej cviky, které jsou u nich napsané. Pokud se ti to zdá málo, pokračuj příjmením. Nebo si spolu se sourozenci či kamarády hláskujte různá slova a cvičte spolu.

**A**

Couvej 20 kroků a potom doskákej zpět.

**B**

Kutálej balón pouze pomocí hlavy.

**C**

Vyskoč 10x na místě.

**D**

Dělej jako, že jezdíš na koni, a počítej přitom do 12.

**E**

Běž k nejbližším dveřím a zpět.

**F**

Kutálej balón levou rukou po svém těle zezdola nahoru a zpět.

**G**

10x poskoč po levé noze.

**H**

7x vyskoč jako žabák.

**I**

Zkus se dotknout oblaků a počítej přitom do 17.

**J**

Udělej 13 kroků stranou doprava a potom doskákej zpět.

**K**

Chod' jako medvěd a počítej do 10.

**L**

Stůj na pravé noze jako plameňák a počítej do 13.

**M**

Pochoduj jako voják a počítej do 12.

**N**

Mávej rukama jako pták 22x.

**O**

Kutálej balón pravou rukou po svém těle ze shora dolů a zpět.

**P**

Otoč se na místě 4x na jednu stranu a 3x na druhou.

**Q**

Udělej 9 kroků stranou doleva a potom doskákej zpět.

**R**

Skákej po pravé noze, dokud nenapočítáš do 12.

**S**

Stůj na levé noze jako plameňák a počítej do 13.

**T**

Couvej 20 kroků a potom doskákej zpět.

**U**

Dělej jako, že rukama šlapeš na kole, a počítej do 18.

**V**

Skákej (jako) přes švihadlo a napočítej do 10.

**W**

Udělej 11 kroků dopředu a potom skákej zpět dozadu.

**X**

Udělej „Kolo, kolo mlýnské“.

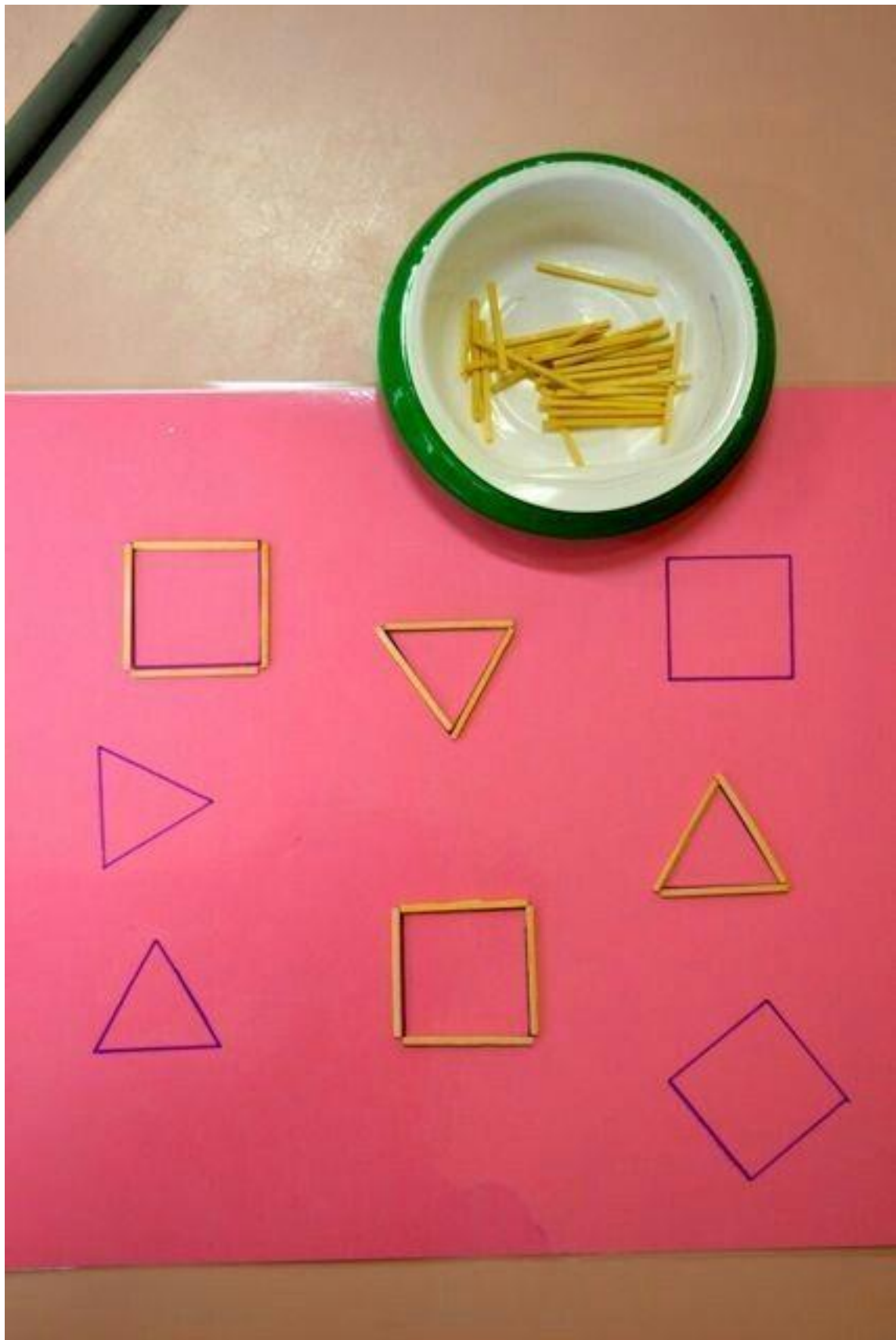
**Y**

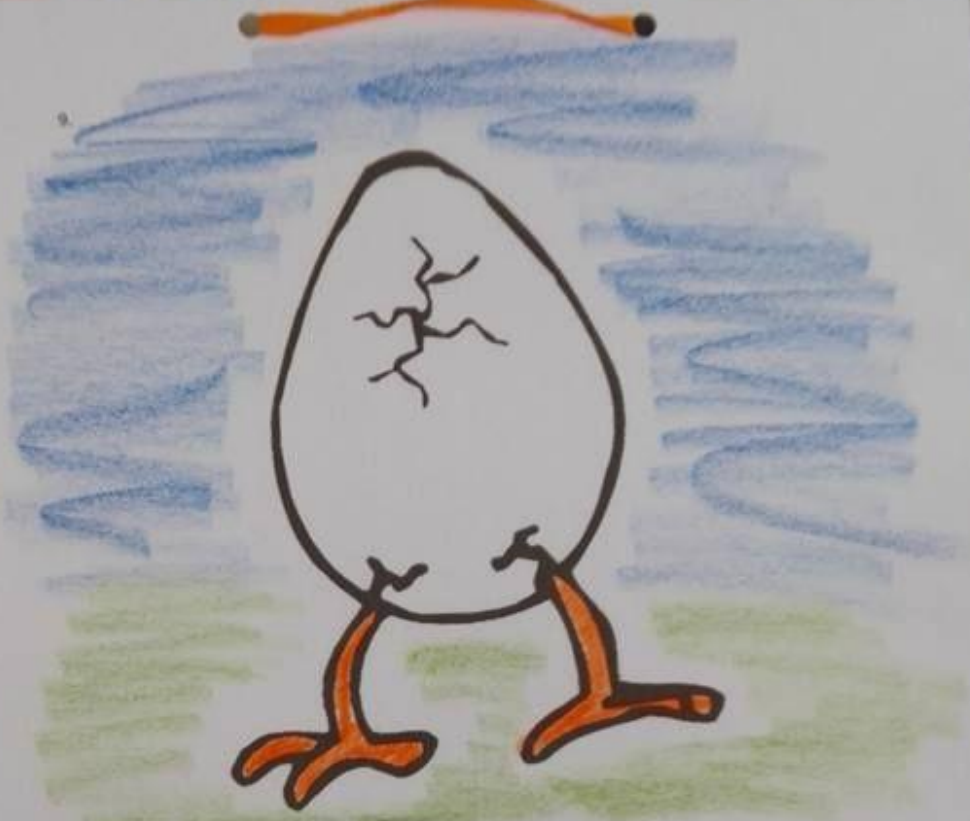
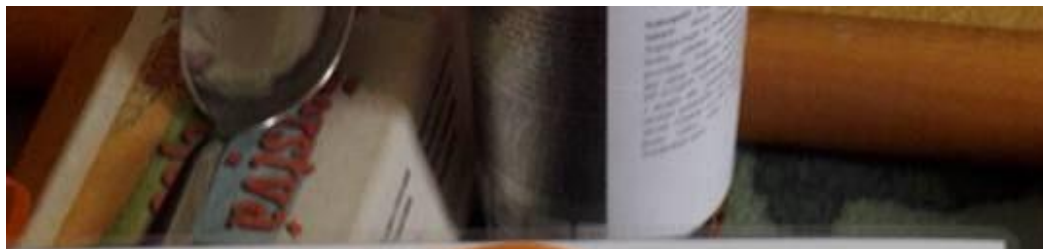
10x poskoč po pravé noze.

**Z**

14x se ohni a dotkni se prstů na nohou.







## **PŘENES VAJÍČKO BEZ ROZBITÍ CESTOU NECESTOU**

- polož vajíčko na lžici
- přejdi lavičku, zamotej se podle značení mezi průlezkami a vrať se zase zpět do startu
- pokud se rozbije, nic se neděje, využijte lopatku a kyblíček na úklid

# HÁDEJ, HÁDEJ, HADAČI



Sestra černá, bratr bílý –  
každý vládne světu chvíli. (Den a noc)

Cupy dupy u chalupy,  
kapy kapy na okapy,  
na zahradě šeptá: Pšššš! (Děšť)



Stojí, stojí židle v lese,  
nikdo si ji neodnese. (Pařez)

Běží, běží ovečky  
za daleké kopečky.  
Modrou loukou uhání  
nad lesem a nad strání. (Mraky)



Čtyři kola a pár očí,  
pátým kolem člověk točí. (Auto)



Sedla si rodinka do mechu k oddechu,  
vzali si klobouky, vyběhli do louky,  
odnesli je hoši v koši. (Houby)



Když měsíc na nebi utíkal do dálky,  
rozsypal do trávy skleněné korálky.  
(Krúpeje rosy)

Ani dveře nezabrání,  
aby vešla bez pozvání.  
Vplíží se k nám do domu,  
neublíží nikomu. (Tma)



Prochází se v doubravě,  
nosí věšák na hlavě. (Jelen)





## **ZAJÍČEK**

( hudebně pohybová hra )

**Zajíček ušáček má zase hlad,  
mrkvičku ukousne, tu on má rád.**

**/: Skákej s námi hop, hop, hop,  
les se sklání hop, hop, hop,  
postel z větví hop, hop, hop  
ustele ti. :/**

**Zajíček ušáček lesem jde sám,  
hledá svou maminku, tu on má rád.**

**/: Skákej s námi hop, hop, hop,  
les se sklání hop, hop, hop,  
postel z větví hop, hop, hop  
ustele ti. :/**

**Já malý zajíček jdu mámě přát,  
chtěl bych jí povědět jak ji mám rád.**

**/: Skákej s námi hop, hop, hop,  
les se sklání hop, hop, hop,  
postel z větví hop, hop, hop  
ustele ti. :/**

Zkuste nakreslit králíčka 😊