

24.1.2022

Tento týden máme téma - Pejsek s kočičkou jedou na olympiádu

Pejsek s kočičkou by se rádi podívali na letošní zimní olympiádu do Pekingu.

(Kde to je? – pokud máte globus/mapu podívejte se.)

*Jak už víte je to pro pejska s kočičkou hoooodně daleko. Myslíte, že by se tam mohli vydat pěšky? Asi ne**poradíte jim něco?** Co kdybychom si takovou menší zimní olympiádu zkusili udělat doma. Ale abychom mohli mít olympiádu, musíme o ní něco vědět.*

V příloze Vám zasíláme nějaké povídání o Olympiádě, které Vám rodiče určitě rádi přečtou.

Vaším dnešním úkolem bude **nakreslit či namalovat olympijské kruhy**. Jejich správné barvy naleznete také v příloze.

25.1.2022

Pejska s kočičkou velice zaujal jeden zimní sport, ve kterém se soutěží i na ZIMNÍ OLYMPIÁDĚ. A my bychom jim mohli pomoci se na tuto sportovní disciplínu trochu netradičně PŘIPRAVIT. Protože venku nemáme žádný sníh, **potrénujeme si doma**.

BUDE TO BĚH NA LYŽÍCH

Potřeba budete buď noviny, nebo jiné dva papíry. Ty si položíme na podlahu v místnosti, kde máme možnost pohybu. Postavíme se na ně každou nohou na jeden papír a budeme se posouvat jako na lyžích. Pokud se Vám bude dařit, můžete přidat i pohyby rukou, jako když se odpichujete hůlkami.

Pejsek a kočička Vám posílají ještě básničku.

BĚH NA LYŽÍCH

Víte jak se měří sníh?

v botách přímo lyžařských.

Jak se běhá po lesích,
po lukách a přes potoky
sedmimílovými kroky?

Inu tak.

Po lesích a po lukách,
po cestách i přes potoky
sedmimílovými kroky.

Je-li zima, je-li sníh,
zkus to běhat na lyžích.

Mějte se hezky a pěkný den Vám všem přeje paní učitelky ze školky.

26.1.2022

Teď už děti víte, že kočičku s pejskem zaujal běh na lyžích. Pokud jede sportovec na olympiádu, moc rád by domů přivezl nějakou medaili.

Jestlipak víte, za co se taková medaile dostává.....

Kdo chce získat medaili, musí pořádně trénovat a před tréninkem si dát alespoň krátkou rozcvičku.

Proč rozcvičku? Sportovec si musí zahrát a protáhnout tělo, aby se při sportu nezranil...Kočička s pejskem už to ví a každé ráno si dávají rozcvičku.

Říká se „**VE ZDRAVÉM TĚLE, ZDRAVÝ DUCH**“. **Víte co to znamená?.....**

Rozcvička <https://www.youtube.com/watch?v=7VhSsTr4aX0>

27.1.2022

Hokejisté potřebují být v dobré kondici a tak si každý z nás **udělá deset dřepů**. Poté si **chvilinku zaběháme na místě a následovat budou 3 kliky**. Na závěr si krásně protřepejte celé tělo a uvolněte se.

Na kuchyňském /prázdném/ stole, či na jiném vhodném místě si můžete s tatínkem, maminkou nebo sourozencem **zahrát VÍČKOVÝ HOKEJ**. Potřebovat budete pouze 1 víčko od plastové lahve /jako PUK/ a pak už jen svoje šikovné prstíky jako hokejistu. Hokeji zdar a užijte si legraci.

28.1.2022.

Dne vás čeká poslední olympijský úkol a to **zkouška vaší pozornosti**, kterou musí mít všichni sportovci na jedničku.

Trénink pozornosti <https://www.youtube.com/watch?v=6x2kGS1pAlk>

Jestli si myslíte, že jste tento týden poctivě plnili úkoly, tak si určitě zasloužíte nějakou odměnu. Kdo ví, jakou nejlepší odměnu lze získat na olympiádě? **Ano MEDAILI.**

zlatá medaile (**gold** medal)

stříbrná medaile (**silver** medal)

bronzová medaile (**bronze** medal)

V příloze máte recept na **sladké medaile, které si můžete s rodiči upéci**. Pokud se vám do pečení nebude chtít, zkuste vyrobit medaile alespoň papírové.