

PPV:

Zopakovat cvičení z minulých lekcí, procvičit rytmizovaný pohyb i text (chůze, pochod s tleskáním do kroku, přezpívat jednoduchou písničku s vytleskáním zpívaného textu).

Pohyb z místa:

Přírozená chůze, běh, pochod s přednožením pokrčmo, cval, koník (při pochodu, cvalu a koníku držíme ruce v bok)

Volně po prostoru – motýl, vrabec, medvěd, kočička , šneček

Pohyb na místě:

Procvičit základní polohy paží – předpažit, upažit, zapažit, vzpažit, připažit.

Další polohy paží v TP: ruce v bok



## Ruce v týl



Otevření ve tvaru V (nahore, dole)



Stříška



turecká stříška



