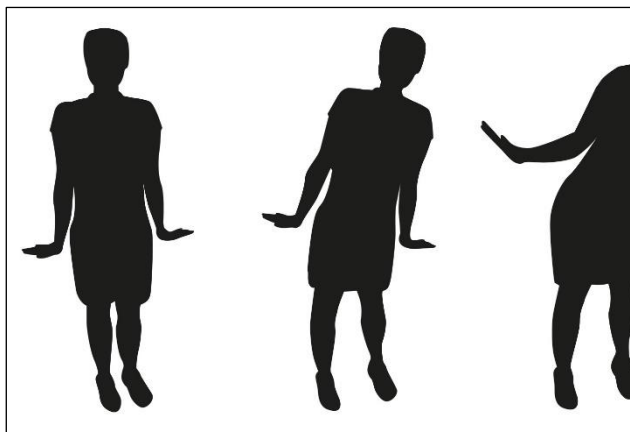


Tipy na pohybové aktivity

TUČŇÁČÍ HONIČKA

Udělejte ze sebe tučňáka: dejte si ruce k tělu, vytočte dlaně směrem vzhůru (obr. 1) a pohybujte se malými krůčky a houpavým pohybem vpřed (obr. 2)



Tučňák „baba“ honí ostatní (tučňáčím krokem) jako u normální honěné a „babu“ předává plácnutím pozdvižené ruky do ruky dalšího tučňáka (obr. 3). Ruku nesmí zdvihnout příliš vysoko – ruka napodobuje tučňáččí křídlo.

Alternativou k této honičce může být **KRABÍ HONIČKA**. Běhá se pouze do strany a po čtyřech. Baba se předává jemným štípnutím (klepítka – ruky)

PLIVAJÍCÍ LAMA PRO OTRLÉ!

V bezpečné vzdálenosti od nechtěných pozorovatelů uspořádejte soutěž, kdo nejdále doplivne. Vítěz může být celý den nazván Velkou lamou.

SVATEBNÍ TANEC TEREJŮ PRO OTRLÉ!

Dívky se seřadí vedle sebe, chlapci do protější řady. Chlapci si mohou vzít modré ponožky či obuv (není podmínkou) a mohou vyzkoušet zatančit svatební tanec terejů a zaujmout tak některou dívku.

Chlapci, „tančí“ před „samicemi“ – široce roztažené ruce znázorňují křídla, vyšpulená zadnice vztyčený ocas a hlava otočená vzhůru symbolizuje vztyčený zobák.

Nezapomeňte, že vyhrávají nejen dobří tanečníci, ale hlavně ti s nejmodřejšími končetinami! Dívky si postupně vybírají nejlepší „tereje“ a za odměnu se mohou jít posadit do lavice.