

Pozdravy - Greetings



1 Žáci napodobují pohyby svého učitele. Učitel žáky požádá, aby vyhlíželi návštěvu, která je už na cestě. Budou tedy společně vyhlížet, kdo se v dáli objeví. Ve výponu, podřepu, se děti dívají nalevo, napravo, obměny jsou možné i vkleče nebo plazíc se. Učitel pak vybere jednoho žáka a toho potom všichni uvítají.

Procvičování slovní zásoby zaměřené na pozdravy při setkání, loučení: "Ahoj", "Jak se máš?", "Dobré ráno", "Rádi tě poznáváme".

Děti si při pozdravech podávají ruce. S pozdravy "Na shledanou", "Ahoj", "Uvidíme se později" si děti mávají, skákají, loučí se se svým kamarádem z plných sil.



In this activity the children mimic the movements of the teacher. He tells them they are looking for their friend. First they look left, then right, then straight ahead. They kneel down and pretend to look for their friend everywhere. He then calls in a student he has selected before the exercise to act as the friend they have been waiting for. Everyone practices saying "Hello!" "Hi!" "Good morning" and "Nice to meet you!" while gesturing as if they are shaking hands. Then they all practice saying "Goodbye!" "Bye!" and "See you later!" while waving, jumping, and waving their arms.

2 Učitel seřadí žáky do dvojřadu, žáci si podávají ruce a zdraví se "Ahoj" "Jmenuji se _____", "Rád tě pozvávám". Učitel dá žákům pokyn, aby se vyměnili. Ti se posunou v řadě a pokračují dál v aktivitě. Poté co se všichni uvítají, začnou se loučit pozdravy "Ahoj, rád jsem tě poznal".

The instructor begins this activity by lining all the students up in two equal lines facing one another. They begin by shaking hands with the person across from them and saying "Hello. My name's _____. Nice to meet you." When the instructor calls "Switch!" they move down the line and repeat with the next student on the opposite side. After every student has shaken hands with every other then they switch from hello to goodbye. They wave to the opposite student and say "Goodbye! See you later!" and move down the line.

V učebně - Classroom nouns



Učitel ukazuje žákům různé předměty, zařízení učebny, atd. Pohyby paže doprovází výzvami: "Ukažte mi stůl, okno". Když učitel zopakuje/představí žákům potřebnou slovní zásobu, požádá je, aby běželi, skákali, plazili se, letěli nebo plavali daným směrem. Např. "Běžte ke stolu", "Plavte k oknu".



Doporučená slovní zásoba: stůl, židle, okno, stěna, strop, hodiny, světla, podlaha, tabule, televize, radio, dveře.

Poznámka: tato aktivita je vhodná pro učebnu.

With the children sitting or standing the teacher instructs them to point to different objects in the classroom, "Point to the table, point a to the window" while demonstrating. After the teacher has gone through the list of vocabulary, he tells the children to run, jump, crawl, fly, or swim to different objects in the room. For example, "Run to the table! Swim to the window! Jump to the wall!"

Suggested vocabulary: table, chair, window, wall, ceiling, clock, lights, floor, board, TV, radio, door

Note: This activity can only be performed in an actual classroom.



Slovesa a místní předložky - Verbs and prepositions of location



1 Pro tuto aktivitu bude učitel potřebovat různé pomůcky nebo nářadí a náčiní jako lavičky, tunely, značky. Od toho se bude odvíjet i slovní zásoba. Má-li učitel k dispozici lavičku, nacvičujeme: "Přeskoč lavičku", "Projdi se po lavičce" nebo "Lez po čtyřech se podél lavičky".

Slovní zásoba:
slovesa – běž, skákej,
jdi, lez po čtyřech, leť,

plavej, běž pozpátku, skákej na jedné noze, jdi jako krab
předložky – na, směrem k, pod, přes, na, vedle, podél,
mezi, od



For this activity the teacher will need to make use of various props and obstacles such as benches, tunnels, or markers. The vocabulary



introduced will depend on what resources the teacher has available. For example, if the teacher has a bench, he can drill the students with phrases like "Jump over the bench," "Walk along the bench," or "Crawl next to the bench."

*Sample vocabulary: verbs: run, jump, walk, crawl, fly, swim, run backwards, hop;
prepositions: on, towards, under, over, on top of, next to, along, between, away from*



2 Učitel postaví žáky na značky, předá jim nějaký předmět, např. míček a požádá



je, aby umístili míček do různých pozic: "před obličej", "na nos". Tato aktivita je ideální pro nácvič předložek "před" a "za", žáci mohou tuto slovní zásobu nacvičovat ve stoje, kleku, v sedě například se zdviženýma kolenama i "přes" a "pod". Doporučená slovní zásoba: polož, změň polohu, válej, přes, pod, kolem, před, za



Teachers begin this activity by lining all the children up at equal intervals or on markers on the floor. He then distributes a small ball or similar object to each student. They are then told to hold the ball in different locations. For example, "in front of your face" or "on your nose." This activity is especially useful for teaching "in front" and "behind" while the children are standing, and while sitting on the floor with raised knees for "over" and "under." Suggested vocabulary: put, move, roll, over, under, around, in front, behind



Barvy - Colours



1 Učitel požádá žáky, aby se přemístili do určité části tělocvičny. Žáci, kteří mají na sobě oblečení zmíněných barev pak běží do jednoho ze zmíněných čtyř rohů tělocvičny. Poté, co učitel zmíní už všechny 4 barvy, budou žáci rozmístěni do všech 4 koutů tělocvičny. Učitel může zmínit i další barvy a požádat žáky, aby skákali, plavali atd.

For this activity students are told to go to one side of the gym. The instructor then tells all students wearing a particular color to run to one of the other four sides of the gym. He then tells everyone wearing a different color to go to another side of the gym. After four colours there should be students at every side of the gym. The instructor can then call out more colors and tell the students to jump, fly, crawl, etc.

Sample vocabulary: red, blue, green, red, yellow, orange, purple, black, white, brown, grey

2 Učitel vytvoří stanoviště (z pásky, značek). Každé stanoviště (dva kruhy v průniku) představuje určitou barvu, např. červenou a modrou. Žáci, kteří mají na sobě červenou barvu, se přemístí na ono stanoviště. Žáci v modrém i červeném se budou nacházet v obou stanovištích zároveň. Tuto aktivitu lze rozšířit do 3 kruhů nebo 4 čtverců. Učitel může pak volit i další barvy, tak aby se mohli zapojit všichni žáci.

In this activity the children are told to either sit or stand in a straight line facing the instructor. He then establishes some boundaries around two large overlapping circles. This can be done with markers or tape or whatever the instructor has available. The students are then told that each circle represents a different color, for example red and blue. Any student wearing red must stand in one circle and students wearing blue in the other. Students wearing both red and blue stand in the overlapping area in the middle. This game can be also expanded to three circles or four squares. The instructor can go through all different colors so that all students can be sure to be included.

Rodina - Family

1 Učitel rozdělí žáky do dvou skupin na chlapce a děvčata. Chlapci budou bratři a dívky sestry. Učitel pak přiděluje úkoly jednotlivým skupinám: "Všichni bratři poběží ke stěně", "Všechny sestry budou skákat ke dveřím". Učitel může také vybrat jednoho chlapce a dívku, kteří budou představovat "tatínka" a "maminku". Tito žáci pak pomáhají učiteli s instrukcemi pro sestry a bratry (jejich děti). Další obměnou může být zvolení "dědečka" a "babičky", kteří instruují své děti a děti svých dětí.

Doporučená slovní zásoba: máma, táta, bratr, sestra, babička, dědeček

The instructor begins by separating the students into groups of girls and boys. The boys are brothers and the girls are sisters. The different groups are then given instructions, for example "All the brothers run to the wall," or "All the sisters jump to the door." The instructor can also choose one boy and one girl to act as "Dad" and "Mum." These students help the teacher by giving instructions to the brothers and sisters. In addition, the teacher has the option of choosing a "Grandma" and "Grandad" who can give instructions to the mum, dad, brothers, and sisters. Suggested vocabulary: mum, dad, brother, sister, grandma, grandad

2 Žáci jsou rozděleni na čtyři skupiny. Jeden, dva chlapci budou představovat otce; jedna, dvě dívky matku. Bratři a sestry běhají po tělocvičně, zatímco se je jejich rodičové snaží chytit. Otcové chytají své syny, matky zase své dcery. Jakmile otec chytí syna, matka dceru, ti jakoby zmrznou a čekají ve stoji rozkročném na vysvobození od svých sourozenců. Bratry mohou zachránit prolezením mezi nohama pouze sestry a naopak.

Family Tag

In this activity the children are separated into four groups. One or two boys are selected to be dads, one or two girls to be mums, and the rest as either brothers or sisters. The brothers and sisters all run around the gym in a circle while the mums and dads try to tag them. The dads can only tag the brothers and the mums can only tag the sisters. Once a brother or sister has been tagged they must "freeze" and wait to be unfrozen by another student. They must stand with their legs apart and wait for another student to crawl between their legs to unfreeze them. Brothers can only be unfrozen by sisters and sisters can only be unfrozen by brothers.

Hračky - Toys



Žáci budou předvádět hru s určitou hračkou. Učitel může žákům demonstrovat tuto aktivitu pomocí např. hry s míčem. Žáci jeho pohyby kopírují, přicházejí dále i se svými vlastními nápady a pohyby a dalšími hračkami jako letadla, kdy budou žáci jakoby "létat", "řídít" auta, "pojedou" vláčkem atd.

Základní slovní zásoba: míč, letadlo, vlak, auto, koloběžka, švihadlo, lyže, frisbee



For this activity the students will mime as if they are playing with different toys. The instructor starts by demonstrating as if he is playing with a ball. The children copy the instructor and then come up with their other motions for different toys. Other possibilities include airplanes, where children can extend their arms and "fly" around the gym, cars, where the children can pretend to be driving, scooters, where the children can pretend to be riding a scooter, and a train, where the children make a train with one another and walk or run around the gym. Sample vocabulary: ball, airplane, train, car, scooter, skipping rope, skis, Frisbee

Jídlo - Food



1 Učitel soustředí žáky na střed tělocvičny. Rohy tělocvičny představují určitý druh jídla: "tento roh je pizza, tento roh banány, další roh patří jablkům a poslední roh bude představovat sendvič". Učitel pak určí žákům zda-li mají běžet, skákat, cválat, plazit se, k jejich oblíbenému pokrmu. Učitel také může za pomoci obrázkových karet vyzdobit všechny rohy. Tuto aktivitu je možné provést i opačně, žáci by se vydali k pokrmu, který mají nejméně rádi.

Základní slovní zásoba: oblíbený, nejméně oblíbený,

jablka, banány, jahody, pomeranče, sendvič, pizza, kuře, hovězí, brokolice, salát, mrkev, špenát



For this activity the instructor must first assemble all of the children in the middle of the gym. He then designates each corner of the gym as being a particular food. For example, "That corner is the pizza corner, that corner is the banana corner, that corner is the apple corner, and that corner is the sandwich corner." He then tells the students to run, jump, crawl, sidestep, etc. to their favourite food. The teacher also has the option of choosing a student to designate the different foods in the corners. The teacher can also do least favourites with less desirable foods.

Sample vocabulary: favourite, least favourite, apples, bananas, strawberries, oranges, sandwich, pizza, chicken, beef, broccoli, salad, carrots, spinach

2 Natáhnou se maličko pro červené jablíčko



Záda napřímená, pravá paže ve vzpažení, levá připažená. Pravou vytahujeme vzhůru, levou tlačíme k zemi, stranově vystřídat.

Picking up apples

Right arm reaches up to pick an apple from the tree while left arm reaches down to pick an apple up from the floor. Then switch. Useful for strengthening shoulder muscles.

3 Louskáček oříšků

Na úrovni hrudníku před tělem spojíme dlaně, předloktí vodorovně, zatlačit dlaně k sobě, výdrž, uvolnit.



Nutcrackers

Children put their palms together in front of their chest and push their hands against each other. Good for strengthening pectoral muscles.

Zvířátka - Animals



1 Žáci se shromáždí na jedné straně tělocvičny, učitel je požádá o přemístění na opačnou stranu tělocvičny, když budou v pohybu imitovat nějaké zvíře. Jako ptáci mohou "létat", jako lvi "lézt po čtyřech" a řvát, jako hadi se plazit, atd.

Základní slovní zásoba: pták, lev, ryba, krokodýl, had, pavouk, slon, tygr

For this activity all the children are assembled at one side of the gym. They are then instructed to cross to the other side of the gym acting as some type of animal. For birds they can "fly" with their arms outstretched, for lions they can crawl and growl, for snakes they can crawl with their stomachs on the floor, etc.

Sample vocabulary: bird, lion, fish, crocodile, snake, spider, elephant, tiger

2 Tato aktivita je vhodná pro různé kategorie zvířat např. domácí zvířata, zvířata z džungle, domácí mazlíčky. Podle velikosti skupiny rozdělí učitel skupiny na první, druhý, třetí; první, druhý, třetí, čtvrtý, pátý - tak aby byli v každé skupině alespoň 2-3 žáci. Jedničky budou např. krávy, dvojky kuřata, trojky prasata, atd. Žáci se pak smějí pouze za pomoci gest a zvířecích zvuků vzájemně najít (skupina kraviček, prasátek, ...).

Základní slovní zásoba: kráva, kuře, ovce, kachna, prase

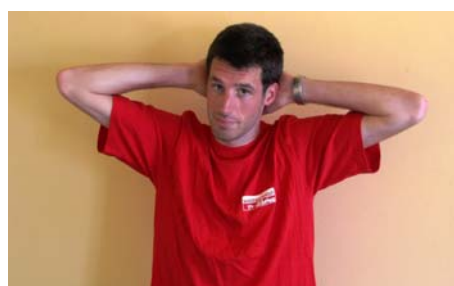
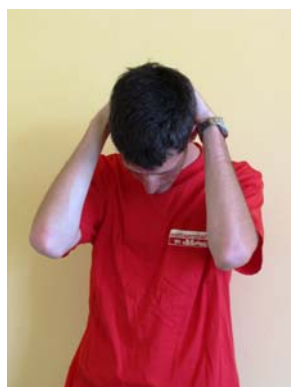


This activity can be done with different categories of animals, for example farmyard animals, jungle animals, pets, etc. Depending on the size of the group, the instructor counts out students from 1 – 3, 1-5, or whatever number works best so that there will be at least 2-3 of each number. Once they have been assigned a number, the children are told which animal each number represents. For example, ones are cows, twos are chickens, threes are pigs, etc. Then, using only gestures and animal sounds, the children have to find the other students who are the same animal as themselves. If done correctly, the children should end up in groups of the same animal. They can then tell the class which animal they are.

Sample vocabulary: cow, chicken, sheep, duck, pig

3 Motýlci ukazují křidélka

Záda napřímená, ruce v týl, s nádechem zatlačit oba lokty vzad, výdrž, s výdechem hlavu do předklonu a lokty vpřed k sobě.



Arm butterflies

Children put hands behind their head and lean forward, then lean back and open their arms to show their "butterfly wings". Good for stretching pectoral and lateral muscles.

4 Krmení ptáčků

S nádechem upažíme pravou dlaň vzhůru, podíváme se za rukou, s výdechem zpět, stranově vystřídat.

Feeding birds

Children stand with either arm outstretched and their open palm facing upwards. They lean sideways to feed the birds, then switch arms.



5 Kočička

Děti chodí po čtyřech a ve vzporu klečmo hrbí a protahují hřbet.



Cats

On their hand and knees children are shown how to raise and lower their backs like cats.



6 Motýlci mávají křídélky



V sedu děti uchopí špičky a mávají kolínkama jako motýlci křídélky.

Leg butterflies

Children sit on floor with the soles of their feet touching. By lifting and lowering their knees they create butterfly wings. Good for stretching hamstrings.

7 Stavět ptačí hnízdo

Leží na bříšku, nohy chytí vzadu oběma rukama, pevně drží, hlavu zvedne vysoko do vzduchu. Potom spustí nohy dolů a protáhne se.



Birds 's nest

Children lay on floor on their stomachs and hold their ankles.

8 Vrabčáci

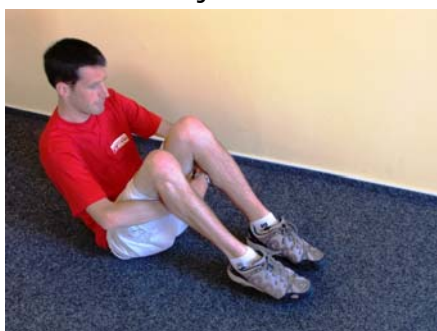
Vrabci nedělají kroky, ale samé skoky, skáčou snožmo malými poskoky a mají malá křídla - skrčte paže, prsty na ramena.

Jumping birds

This exercise is meant to encourage the use of childrens' shoulders. The instructor demonstrates with his hands on his shoulders how to flap his "wings" and jump around like a little bird.



9 Ptáčci zobají



V sedu nohy pokrčte, propněte špičky a konečky prstů nebo jen palci klepejte do podložky, jako když ptáčci zobají semínka.



Birds eating crumbs

Children sit on the floor with their hands clasped beneath raised knees. The instructor then demonstrates how to touch the floor with their feet using only their toes.

Povolání - Jobs



Žáci budou předvádět určitá povolání, např. pilot řídící letadlo, atd. Policista může řídit dopravu, kuchař zase míchá těsto vařečkou ve velké míse.

Doporučená slovní zásoba: pilot, kuchař, policista, úředník, učitel, hasič

Students are encouraged to imitate various professions in this activity. For example, children can pretend to be a pilot by flying their plane up and down. For a police officer they can pretend to direct traffic and for a chef they can

pretend to be stirring something in a large bowl or chopping ingredients. Any profession can be imitated in this activity given that they have some sort of demonstrable behaviour.

Suggested vocabulary: pilot, chef, police officer, office worker, teacher, fire fighter



Oblečení - Clothes

1 Žáci jsou vyrovnáni na značky. Učitel si vybere určitou část oblečení a barvu, např. modré kraťasy. Potom odstartuje soutěž "ted' " a žáci hledají spolužáky, kteří mají např. modré kraťasy. Učitel může přitom počítat do pěti, aby hru



uspíšil. Učitel potom zkontroluje, zda-li všichni žáci porozuměli a splnili správně zadaný úkol. Pro opakování hry se žáci zase vracejí na své značky.

This activity starts with all the students lined up on the markers on the gym floor. The teacher selects a random piece of clothing in a random colour, for example blue shorts. When the instructor says "Go!" all the students must find another student wearing that item. The instructor can count down from five to keep this activity moving quickly. After they've found someone the instructor shows an example of what he asked for to make sure everyone understood. The students are told to go back to a marker and then told another item and colour.

2 Žáci určují, jak se které oblečení správně nosí. Učitel se zeptá "kam patří kalhoty?", "kde nosíte rukavice?" Učitel se může žáků ptát, zda-li "boty nosíme zrovna takhle?" Žáci pak odpovídají ano či ne.

In this activity students are told to indicate where certain clothes are worn. Since most students will be wearing the same clothes for gym class, they will be told where different item would be worn. For example, the teacher asks "Where do trousers go?" or "Where do gloves go?" Alternatively, the instructor can ask students if he is indicating the correct area on his own body. For example, while pointing to his head he could ask "Is this where shoes go?" Students would all respond with yes or no.

Počasí – Weather



Žáci imitují pohyby, chování za určitého počasí. Učitel může pomoci ukázkou, jak by se za daného počasí choval on. Zvolá: "teď je vám zima!" a žáci se chovají, jako by nastaly mrazy, oblékají si zimní bundy, atd. V létě si nasadí na nos sluneční brýle, namažou se opalovacím krémem a lehnou si na pláž. Pro zvýšení jazykové úrovně je možné rozšířit slovní zásobu o témata přírodních katastrof jako povodně, tornáda, atd. Základní slovní zásoba: deštivo, větrno, chladno, sněží, vedro, tornádo, povodeň, zemětřesení



In this activity the students are told to mimic different behaviors that could be expected in different weather conditions. The instructor starts by demonstrating how he would behave in a certain type of weather. For example, he says "Okay everyone, now it's cold!" and everyone must pretend they are in very cold weather. They can mime as though they are shivering or putting on warm jackets or whatever. For warm weather they can pretend to put on sunglasses and sun-tan cream and lay on the beach or whatever other activities come to mind. For added

difficulty this activity can include disasters such as floods, tornadoes, etc.

Sample vocabulary: rainy, windy, cold, snowing, hot, tornado, flood, earthquake

Čas - Time

1 Kolik je hodin?

Žáci se vyrovnají na jedné straně tělocvičny, učitel se postaví do středu tělocvičny a řekne žákům, aby se zeptali, kolik je hodin. Žáci zvolají směrem k učiteli otázku "kolik je hodin?" a učitel odpoví "Jedna". Studenti provedou tolik kroků, jakou číslovku jim učitel sdělil. Dvě hodiny znamenají dva kroky. Učitel může vyhlásit "obědovou pauzu" a vyběhnout a chytit kolik žáků zvládne. Tito žáci pak zůstávají s učitelem vprostřed tělocvičny a pomáhají v příštím kole učiteli chytat spolužáky přes další "obědovou pauzu".

Základní slovní zásoba: Kolik je hodin? Je jedna hodina.

What time is it?

In this activity all the students are told to go to one side of the gym. The instructor stands in the middle and tells students to ask him what time it is. Students yell "What time is it?" The instructor responds with "One o'clock" "Two o'clock" or whatever. The students take as many steps forward as the teacher says. For example two o'clock means take two steps forward. Eventually the teacher responds with "Lunch time!" and runs to try and catch as many students as he can. These students then stay in the middle of the gym with the teacher for the next round and try to help catch their classmates running across the gym at "lunch time."

Sample vocabulary: What time is it? One o'clock, two o'clock, etc. Lunch time.

2 Obří hodiny

Tělocvična je rozdělena na 12 částí stejně jako den na ručičkových hodinách. Žáci stojí uprostřed tělocvičny a když učitel zvolá hodinu, žáci se podle toho přeskupí. Pro zvýšení obtížnosti může učitel třídu rozdělit do dvou skupin, z nichž jedna bude sledovat hodiny, druhá minuty.

Giant Clock

In this activity the gym is divided into twelve different segments corresponding to the hours on a clock. The students all stand in the middle of the gym and when the teacher calls out a time, they run to that "hour." For added difficulty the teacher can split the students into two groups, one corresponding to the minute hand and one to the hour hand

Roční období - Seasons

1 Učitel označí rohy tělocvičny za čtvero ročních období a ptá se žáků "kdy lyžujeme?" Všichni žáci vyběhnou do rohu označeného za zimu. Do rohu nemusejí jen běžet, mohou jet na lyžích nebo jet kempovat, pro zvýšení náročnosti může učitel rozšířit slovní zásobu o sporty jako plážový volejbal nebo činnosti typické pro roční období např. hrábě/hrabat.

Doporučená slovní zásoba: lyžovat, stanovat, kvetoucí stromy, padající listí

The instructor begins this activity by designating each corner of the gym as a different season. Students begin in the middle of the gym and the teacher describes different seasonal activities. For example, he could ask, "When do we ski?" and all the students would run to winter. This activity can be performed with activities such as skiing or camping being described or for added difficulty with single items such as beach volleyball or rake.

Suggested vocabulary: go skiing, go camping, new flowers, falling leaves

2 Žáci se rozpočítají na první, druhý, třetí, čtvrtý a rozestaví se do kruhu podle ročního období. Budou pažemi napodobovat listí na stromě stromě v průběhu 4 ročních období. Žáci v zimní části budou ve stoji s připažením, jarní skupina bude ve stoji s pažemi upaženými povýš, letní skupinka bude ve stoji se vzpažením a podzimní ve stoji, upažit poníž. Žáci se střídají do všech ročních období podle pokynů učitele.



The Leaf Cycle

This activity can either be performed in a straight line separated into four segments or in a circle with four segments



corresponding to the different seasons. Students are told to count off 1-4 and separated randomly into each season. They are then told to imitate the position of leaves on a tree during that season with their arms. Students in the winter section will have their arms at their sides, spring with their arms out and rising, summer with their hands straight in the air above their head, and autumn with their arms out and lowering. They switch from season to season until everyone has been at every station.

Suggested vocabulary: summer, spring, winter, autumn, trees, leaves, branches

Tělo - Body

1 Protahování

Učitel vede rozcvičku, procvičuje postupně s žáky celé tělo.

Doporučená slovní zásoba: hlava, šíje, ramena, paže, lokty, zápěstí, prsty, dolní končetiny, kolenní klouby, plosku nohy, prsty na noze

Stretches

In this activity the instructor leads a series of stretches from top to bottom using the English names for body parts. Students begin by stretching their necks, then arms and shoulders, then legs and knees, etc.

Suggested vocabulary: head, neck, shoulders, arms, elbows, hands, fingers, legs, knees, feet, toes

2 Simon říká

Žáci se rozestaví na značky a učitel bude jmenovat postupně části těla. Žáci budou reagovat v případě, že dostanou jasný pokyn "Simon říká" – "Simon říká dotkněte se kolen", "Simon říká dotkněte se loktů". Jakmile učitel nevysloví "Simon říká" řekne pouze "dotkněte se hlavy" nachytá s nadsázkou ty žáky, kteří jasně neposlouchali instrukci.

Simon Says

The instructor begins by lining all of the students up at equal intervals or on markers on the floor. He then instructs students to touch different parts of their body. However, students can only actually touch that part if "Simon" says to. For example, the teacher will say "Simon says touch your knees" and all students will touch their knees. He then says "Simon says touch your elbows" and all students should touch their elbows. However, if the teacher gives an instruction without first saying "Simon says," then the students should not obey it. Students who follow an instruction not preceded by "Simon says" should be gently reprimanded for not paying attention.

Suggested vocabulary: eyes, nose, ears, chin, hair, chest, stomach, back

3 Přiblíž ucho k rameni



Nádech, s výdechem úklon hlavy vlevo, s nádechem napřímít hlavu a totéž vpravo.

Listen to your shoulder

Children lean their head to either shoulder and "listen" to their shoulder. This exercise is good for stretching the neck muscles.

4 Hry s prsty

Aktivita na protažení prstů horní končetiny. Cvičitel ukáže vždy prst a tento pohyb doprovodí říkadlem, děti opakují:



Palec: To je táta.

Ukazovák: To je máma.

Prostředník: To je dědek.

Prsteník: To je bába.

Malíček: To je vnouček, malý klouček.

Fingers

In this activity the children start with their hand in a fist. The instructor raises one finger at a time and tells the children which member of the family that finger represents. Children repeat after the instructor:



This is dad This is mum This is grandad This is grandma This is me!

5 Stromek ve větru



Nohy široce rozkročí, zůstane pevně stát, ruce sepne nad hlavou jako špička stromu. A teď začne foukat vítr, stromek se ohýbá sem a tam, stále silněji se kývá ze strany na stranu.

A tree in the wind

Children begin with legs spread while standing and their hands together above their heads. As the "wind" blows the children stretch from side to side.



6 Velký jako obr



Postaví se na špičky, ruce natahuje ke stropu, případně na místě přešlapuje. „Kdo je největší?“

I am a giant

Children reach as high as they can to see who is the tallest.

7 Plížení

Přikrčí se a jako kočka se plíží kupředu, pohybuje se těsně nad podlahou. Jde to také kolem židle, pod stolem.

Crawling – plížení

Children crawl like a snakecat - around a chair, under a table.



Svátky – Celebrations

Vánoce a Velikonoce

Učitel nacvičí s pomocí obrázkových karet se žáky slovní zásobu týkající se daných svátků. Obrázkové karty bude mít k dispozici s sebou v tělocvičně, rozmístí je po tělocvičně a žáci budou hledat konkrétní výrazy na učitelův pokyn.

Christmas and Easter

In this activity the instructor begins by drilling holiday vocabulary using flashcards. The cards are then distributed around the gym and students are told to run to the different words.