Domácí cvičení

**Odpočiň si od úkolů a pojď si zacvičit. I doma to jde zábavně. Vytvořte si se sourozenci nebo třeba s rodiči překážkovou dráhu --> Namotejte špagáty, šňůry, stužky nebo krepový papír od stěny ke stěně, od dveří ke dveřím, křížem krážem po chodbě nebo dětském pokoji a zasoutěžte si v přelézání. Příjemně se zabavíte a přitom procvičíte celé tělo :-) Dráhu můžete absolvovat třeba na čas nebo s co nejmenším počtem doteků. Můžete si dát na různá místa rolničky nebo zvonečky a při každém ,,zacinkání" se vrátíte zpět na start.**

**Budu ráda, když mi fotky, případně videa z překážkové dráhy  
pošlete na email:**[**fridrichova.i@cihelni.cz**](mailto:fridrichova.i@cihelni.cz)

Pro inspiraci ☺

