

SKÁKÁNÍ DLE PŘEDLOHY



Pohyblivá aktivita, u které se zabaví celá rodina. Vytiskněte si, nebo obkreslete obě nohy a obě ruce v několika kusech. Položte je na zemi tak, aby byly vždy 3 papíry v jednom řádku a bylo možné se na ně zároveň postavit. A pak už můžete začít. Cílem je doskákat na konec dráhy (délka je na vás, obvykle je to cca 10 řádků).

Při skákání je důležité pokládat správně nohy a ruce – takže jestli je na obrázku 1 pravá noha, levá a pravá ruka, musíte je položit právě takto. Sice to zní jednoduše, ale v reálu už to tak snadné není a člověk se lehce splete.

Obzvláště pokud si budete měřit i čas.











