

# LISTOPADOVÁ VÝZVA



Udělej si krátkou  
rozcvičku



Zhlédni pohádku  
„Velká oříšková loupež“



Ochutnej horkou čokoládu



Vyrob si ježečka



Pozoruj hvězdy



Poslechni si svou oblíbenou  
čtenou pohádku



Upeč s maminkou  
jablečný koláč



Nasypej ptáčkům zrní



Foukej do listí



Vytvoř obrázek  
z nasbíraných přírodnin



Najdi fotografii, na které jsi malý/á



Poslouchej písničky



Sbírej různobarevné  
podzimní listí



Dlouho spi



Pozoruj západ slunce



Usmívej se



Udělej si s rodinou společnou fotku



Sbírej podzimní přírodniny



Přivoň si ke skořici



Zatančuj si



Procházej se podzímem

#### KAŽDÁ RUČKA

- Každá ručka má prstíčky, (třepeme prsty)
- sevráme je do pěstičky. (sevráme ruce v pěsti)
- Bum, bum na vrátka, (boucháme pěstmi o sebe)
- to je krátká pohádka. (zatleskáme si)

Nauč se jednoduchou

říkanku s ukazováním



Poslouchej dešť



Vyráběj kaštanová zvířátka



Relaxuj



Ochutnej dýňovou polévku



Nos teplé ponožky



Sdílej čas se svými blízkými



Vypij si svůj oblíbený čaj



Všechno zdokumentuj

a pošli nám zpátky do školy