**Informační část**

Úkol:

Cíl:

Věk:

Organizace:

Pomůcky:

**Metodický postup:**

1. **Přivolání**
2. **Motivace**
3. **Rušná část**

**OM:**

1. **Rozcvička – Zdravotní cviky**
2. Cviky

*,,Každý si najde volné místo v herně a zkontrolujeme si, jestli se nás nedotýká žádný kamarád.“*

1. Provedení činnosti

*,,Já budu cvičit a vy budete po mě opakovat. Víte všichni, co máte dělat?“*

* .
* .
* .
* .
* .
* .
* .

**OM:**

1. **Pohybová hra**
2. Motivace
3. Vysvětlení pravidel
4. Předvedení činnosti, opakování
5. Zhodnocení
6. **Relaxace a uvolnění**
7. **Zhodnocení**
8. **Následná činnost**