

Dober dan otroci!

Zakorakali smo v peti teden. Ostajamo doma, ker je vaše in naše zdravje na prvem mestu.

A verjemite nam, da vas zelo pogrešamo. Vrtec je tako prazen, igrače samevajo in si želijo otroškega smeha, prepevanja pesmic in čarobnih trenutkov.

Zadnji dnevi so bili obarvani praznično. Verjamemo, da ste si vzeli veliko časa drug za drugega. Zraven pa napolnili želodček tudi s kakšnim čokoladnim zajčkom. Mmm, za moč in energijo, kajne?

Zato je danes pravi dan, da spet malo razmigamo naše telo. Bi kdo znal že naštetih dele telesa? O verjamem, da vas je veliko. Kaj pa notranje organe? Kateri je najpomembnejši? SRCE, res je. To je naš motor, gonilna sila. In zanj moramo še posebno poskrbeti.

Zjutraj, ko odpremo oči, je najpomembneje, da si **ZAŽELIMO LEP DAN**. Sebi in vsem, ki so okoli nas. Ne verjameš? Poizkusi. Saj veš, tako kot v vrtcu – najprej si zaželimo lepo dobro jutro in takoj je dan lepši. Nato sledi spodnjim slikam.



DOBRO JUTRO IN LEP DAN TI ŽELIMO!



BRŽ SKOČI V KOPALNICO. POGLEJ SE V OGLEDALO. SE TUDI TEBI ZDI TAKO KOT MENI, DA SI ZRASTEL, DA IMAŠ DALJŠE LASE IN VIDETI SI RES VESEL IN NASMEJAN. TO JE ODLIČNO.



V KUHINJI TE ŽE ČAKA ZAJTRK. MMM, KAKO DIŠI. ZAJTRK JE NAJPOMEMBNEJŠI OBROK DNEVA, TO NE SMEŠ NIKOLI POZABITI.

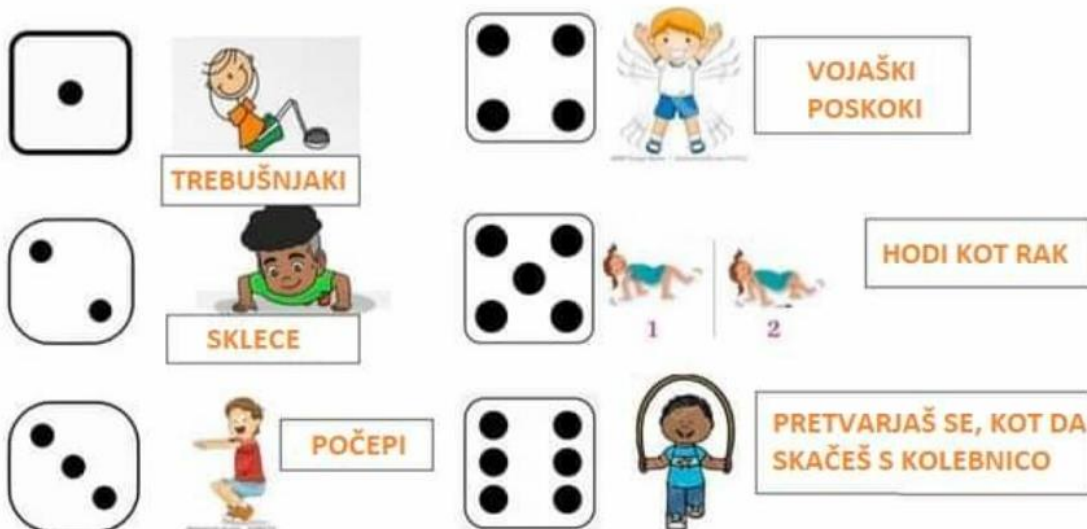


IN ZA KONEC ODLIČNEGA JUTRA, ŠE TELOVADBA. KAJ TI JE NAJBOLJ VŠEČ? SI ZA EN SUPER IZZIV? POTEM PRIPRAVI KOCKO IN SLEDI PIKICAM. LAHKO SE TI PRIDRUŽIJO STARŠI, BRATCI ALI SESTRICE.

TELOVADIM S KOCKO

NAVODILO: VRŽI KOCKO IN IZVEDI VAJO, KI SE UJEMA Z DOBITNO ŠTEVILKO. IGRO LAHKO IZVEDEŠ TUDI Z DRUGIMI DRUŽINSKIMI ČLANI.

VSAKO VAJO PONOVI 10 KRAT.



TAKO – NALOGA JE OPRAVLJENA. ŠLO TI JE FANTASTIČNO. BRŽ SI UMIJ ROKE, PREZRAČI PROSTOR TEJ SPIJ KOZAREC VODE IN POJEJ VELIKO RDEČE JABOLKO. STARA MODROST PRAVI – JABOLKO NA DAN, ODVRNE ZDRAVNIKA STRAN 😊

NE POZABI – OSTANI DOMA, OSTANI ZDRAV, DA SE KMALU ZOPET VIDIMO!

Za konec pa še poskočna pesmica. Zapoj si jo 😊

<https://www.youtube.com/watch?v=FXI8aGhNTaA>