

### ***Cvičení s náčiním – příklady***

- Cvičení s drátěnkou – např. pohazování drátěnkou, předávání z jedné ruky do druhé před tělem, za tělem., vsedě – přendávání pod nohou, přeskoky přes drátěнку (jednotlivé cviky vhodně motivujeme).
- Cvičení s míčky – využijeme je jako kokosové ořechy, vymyslíme, co se dá s takovým ořechem dělat (např. tělem znázorníme růst palmy, stoj na špičkách – trhání ořechů, kutálíme ořechy mezi sebou – sklizeň, zvedáme bednu s ořechy...).
- Cvičení s houbičkami na nádobí – jako motivaci využijeme úklid lodi nebo domu domorodců (myjeme okna, podlahu, nádobí, vylezeme na stěžeň a otřeme vlajku, – necháme vymýšlet i děti, přijdou na spoustu nápadů).