



PONDĚLÍ	ÚTERÝ	STŘEDA	ČTVRTEK	PÁTEK	SOBOTA	NEDELE
1 Pusťte si hudbu a tančete jako diví	2 Usměj se dnes na někoho	3 Všimni si venku věcí, které do přírody nepatří	4 Běž na zahrádku a najdi první jarní květinu	5 „Přišlo jaro do vsi, kde jsi zimo, kde jsi?“ Pozoruj změny v přírodě a v počasí. Kam mizí sníh?	6 Pomoz dneska mamince uklidit obývací	7 Přečtěte si večer oblíbenou pohádku na dobrou noc
8 Namaluj a vystřihni srdíčko, dej ho mamince a přidej velkou pusou	9 Zasaďte dnes nějaké semínko a pozorujte, jak roste	10 Zaspívejte si píseň : „Na jaře..“ Hledej sluníčko. Víš jaký tvar má sluníčko? Najdi doma co je také kulaté	11 Obejmi dnes maminku či někoho blízkého	12 Zacvičte si s jazykem. Zkuste dát jazyk na nos, na bradu, do prava a doleva nebo zkuste udělat ruličku	13 Pusťte si doma veselé písničky, zpívejte si a pak zkuste tančit do rytmu písničky jako jarní víly	14 Podívejte se společně na fotografie, když jsi byl/a ještě
15 Poklid si dnes v pokojíčku	16 Zkuste najít co je na světě krásného a zkuste si povídat dnes okrásných a veselých věcech	17 Najdi a posbírej venku pár kamínků, postav z nich třeba sluníčko a zaspívejte si píseň „Hřej sluníčko, hřej...“	18 Zavolejte dnes babičce, dědečkovi, nebo někomu blízkému	19 Zakřičte si do polštáře	20 Udělejte si pyžamový den	21 Pomoz dnes po obědě uklidit a utřít stůl
22 Zacvič si doma-udělej svíčku	23 Namaluj jarní kytičku	24 Prohlédněte venku stromy zda neobjevíte nějakého broučka	25 Vyběhni ven, zaskákej si na travíčku. Pozoruj travíčku: Jaká je? Znáš nějakou píseň o travíčku?	26 Udělejte si hezký den.	27 Upečte dnes společně bábovku	28 Udělejte si dnes domácí kino. Pusťte si novou pohádku a udělejte si k ní popcorn
29 Pochval dnes někoho blízkého a pochval i sebe	30 Zahrajte si na kouzelný zámek a mluvejte doma chvíli jenom potichu	31 Zacvičte si ráno a pozdravte sluníčko				

„Všichni dospělí byli dětmi, ale málokdo si na to pamatuje.“
Saint Antoine De Exupéry

Inspirace na :
www.mskrupka.cz