

# Obsah

Proč cvičíme s náčiním .....	9	Potůček .....	33
Zásady správného držení těla a motivace .....	10	Malování .....	33
<b>Obruče</b> .....	11	Hvězdička .....	34
Malé obruče (kroužky) .....	14	Vír .....	34
Rybníčky .....	14	Starý hrad .....	35
Ovoce .....	14	Bludiště .....	35
Malíř .....	15	Provazolezci v cirkuse .....	36
Hbité nožky .....	15	Provazolezci trénují .....	36
Šmik .....	15	Autobus .....	37
Orel .....	16	Letadla .....	37
Had .....	16	Vítr .....	38
Mokrý louka .....	16	Ptáčky na větvičce .....	38
Stroj .....	17	Proutek .....	39
Panenka .....	17	Brána .....	39
V cirkuse .....	18	Král .....	40
Na pouti .....	18	Veselá švihadla .....	41
Střední obruče .....	19	Kašpárek .....	41
Osmička .....	19	Schody .....	42
Žába .....	19	Na louce .....	42
Barometr .....	19	Zlobivá ulička .....	43
Učení .....	20	Probouzení .....	43
Vlna .....	20	Koníček .....	44
Závody .....	20	Kovboj .....	44
Pružný hádek .....	21	Helikoptéra .....	45
Sochař .....	21	Větrný mlýn .....	45
Mrak .....	22	Provlákání .....	46
Loutky .....	22	Čilušky .....	46
Tanečnice .....	22	Křídla .....	47
Velké obruče .....	23	Kouř .....	47
Jezírko .....	23	Osmičky .....	48
Koníčky .....	23	<b>Míče</b> .....	49
Kolotoč .....	24	Malé míčky .....	54
Honěná .....	24	Knedlíky .....	54
Zlatá brána .....	25	Kuře .....	54
Brány .....	25	Posílání .....	54
Myší dírka .....	26	Opičky .....	55
Schody .....	26	Nohy šikovní jako ruce .....	55
Bludiště .....	27	Kolotoč .....	56
Motýl .....	27	Houpačka .....	56
Střelnice .....	28	Mašlička .....	57
<b>Švihadla</b> .....	29	Loutka .....	57
Řeka .....	32	Křída .....	57
Překážkový běh .....	32	Parník .....	58
Přeskoky .....	32	Kuchařky .....	59

Svačina .....	60	Rovnováha .....	84
Masožravá kytka .....	60	Provázek .....	84
Lev .....	61	Letadlo .....	84
Bábovičky .....	61	Houpavá židle .....	85
Míčky cestují .....	62	Houpačka .....	85
Závody .....	62	Jedna dvě, Honza jde .....	85
Žongléři .....	63	Plesk – blesk .....	86
Cirkus .....	63	Vlak jede .....	86
Míčová školka .....	64	Bolí tě záda? .....	86
Vodotrysk .....	64	Houpání .....	87
Písmenko .....	65	Žába na kameni .....	87
Okýnko .....	65	Ukazovátko .....	88
Sluníčko .....	66	Návštěvy .....	88
Svíčky .....	66	<b>Šátky a šály</b> .....	89
Potůček .....	67	Trojúhelníkové nebo čtvercové šátečky .....	91
Malování .....	67	Námořník .....	91
Auta .....	68	Mažoretky .....	91
Míček neposeďa .....	69	Opička .....	92
Houpačka .....	69	Šátečkové brány .....	92
Malé i střední míče .....	70	Šátečkový had .....	93
Vyskoč, míčku! .....	70	Zaplétání .....	93
Písmenko V .....	70	Barvy .....	94
Pozor na míček .....	71	Mlýnek .....	94
Chytej .....	71	Větší šátky .....	95
Střední míče .....	72	Sochy .....	95
Opatrně .....	72	Lístek ze stromu .....	96
Magnet .....	73	Přebírání .....	96
Váhy .....	73	Padák .....	97
Had .....	74	Brána .....	97
Ospalec .....	74	Okýnka .....	98
Brány .....	75	Loďka .....	98
Těžké brány .....	75	Člun ve větru .....	99
Lachtani .....	76	Hry s velkými šátky .....	100
Zábradlí .....	76	Kouzelná zahrada .....	100
Masáž .....	77	Foukej, foukej, větříčku .....	100
Driblování .....	77	Mám šáteček, mám .....	101
Velké lehké míče .....	78	Červený šátečku .....	101
Bublinka .....	78	Velké dlouhé šály .....	102
Sluníčko .....	79	Brána do pohádky .....	102
Medúzy .....	79	Vlny .....	102
Řeka .....	80	Příboj .....	103
Peříčkový balonek .....	80	Hry rusalek .....	103
Cik–cak .....	81	Mořský krab .....	104
Vítr .....	81	Zimní královna .....	104
Probouzení .....	82	<b>Tyče</b> .....	105
Vodička .....	82	Houpání .....	106
Velké gymnastické míče .....	83		

Opičky .....	107	Koník .....	121
Žonglér .....	107	Slepec .....	122
Měsíc .....	108	Písmenka .....	122
Čichání .....	108	Hádky .....	123
Okýnko .....	109	Stolek .....	123
Návštěvy .....	109	<b>Padák</b> .....	125
Housenka .....	110	Čáp .....	128
Dřevěný panáček .....	110	Čápi na rybníce .....	128
Hroch .....	111	Mrak a rybník .....	129
Rybička s velkou hubičkou .....	111	Nakloněný kolotoč .....	129
Rybička .....	112	Stěhování .....	130
Had .....	112	Kolo .....	130
Obrázek a korouhvička .....	113	Hra s míčem .....	131
Píst .....	113	Foukej, větříčku .....	131
Káča .....	114	Pohádka .....	132
Okno .....	114	<b>Další náčiní</b> .....	133
Pejsek .....	115	Gumové pásy .....	134
Opička .....	115	PET lahve .....	135
Gymnastka .....	116	Papírové stuhy .....	136
Žínka .....	116	Kuželky .....	136
Reflektor .....	117	Plastové kytičky, šlápoty, kroužky .....	137
Zmrzlina .....	117	Velký igelit .....	137
Světla .....	118	Noviny .....	138
Brány .....	118	Malé molitanové díly .....	138
Překážky a rybníčky .....	119	Naplněné látkové pytlíky .....	139
Cirkus .....	119	Literatura .....	140
Akrobat .....	120		
Rozhovor .....	120		
Rozhovor i se sousedkou .....	121		