



VETERNÝ MLYN

Sally Goddard Blythe: Neuromotorická školská zrelosť – testovať a rozvíjať prostredníctvom INPP-metódy, 3. vydanie 2021 Hogrefe, Bern

Sprievodná básnička počas prevedenia cviku:

© Nikola Endrychová Dudová

Som pánom svojho tela a
viem stáť ako strom.
Bez pohybu, ticho,
vzpriamený k oblakom.

Keď upažím ruky,
premením sa hneď,
na veterný mlyn, čo rozkrúti sa keď,

fúkne vetrík pomaly a otočka sa veternému mlynu podarí. (3x)

Vetrík ustal a mlyn zastal,
sklopil ruky k telu,
viečka očí klesli dolu,
mlyn odpočíva, mlyn spí.
1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10.

Otvorím oči,
už nespím, už bdiem,
upažím ruky a opačným smerom pokračujem.

Keď upažím ruky,
premením sa hneď,
na veterný mlyn, čo rozkrúti sa keď,

fúkne vetrík pomaly a otočka sa veternému mlynu podarí. (3x)