

# Brouček

Já jsem brouček maličký,  
upadl jsem z kytičky.  
Obrátit se nemohu.  
Jak si asi pomohu?  
Na krovkách se zhoupnu,  
na nožičky stoupnu.



**Já jsem brouček maličký,**  
(Dřepneme si, ruce se opírají před chodidly.)



**upadl jsem z kytičky.**  
(Zhoupnutí do lehu.)



**Obrátit se nemohu.**  
(Vleže na zádech zvedneme ruce a nohy a třepeme s nimi)



**Jak si asi pomohu?**  
(Provádíme stejný cvik.)



**Na krovkách se zhoupnu,**  
(Zhoupneme se do sedu.)



**na nožičky stoupnu**  
(Přejdeme do stoje.)