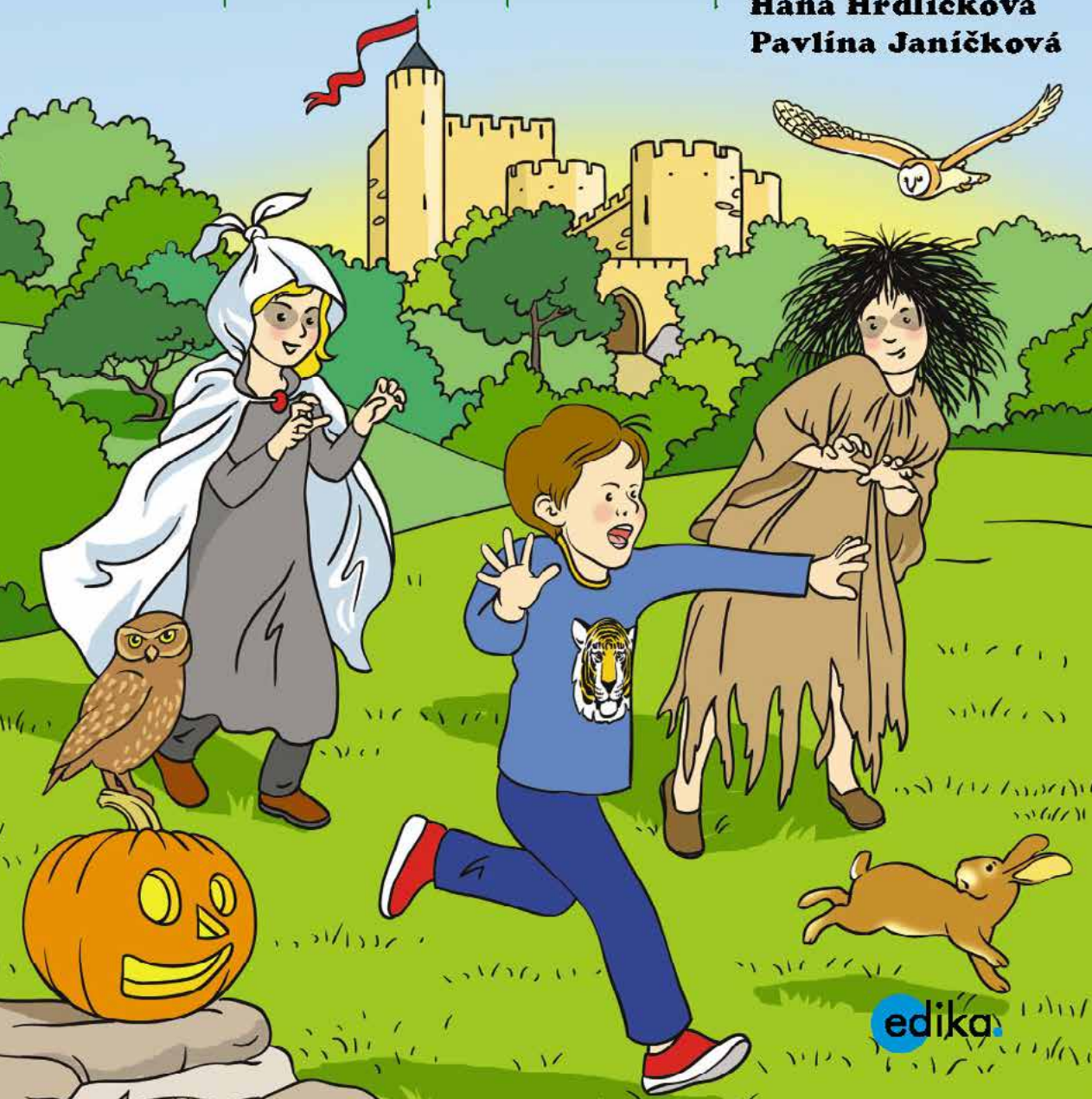


# ŘÍKANKY ZE ŠKOLKY

pro kluky a pro holky

**Klára Černá**  
**Hana Hrdličková**  
**Pavla Janíčková**



# Říkanky ze školky pro kluky a pro holky

Vyšlo také v tištěné verzi

Objednat můžete na  
[www.fragment.cz](http://www.fragment.cz)  
[www.albatrosmedia.cz](http://www.albatrosmedia.cz)



**Klára Černá, Hana Hrdličková, Pavlína Janíčková**  
**Říkanky ze školky**  
**pro kluky a pro holky**  
Copyright © Albatros Media a. s., 2018

Všechna práva vyhrazena.  
Žádná část této publikace nesmí být rozšiřována  
bez písemného souhlasu majitelů práv.

  
**ALBATROS** MEDIA

**ŘÍKANKY  
ZE ŠKOLKY**  
*pro kluky a pro holky*

**Klára Černá, Hana Hrdličková,  
Pavčina Janičková**

Edika  
Brno  
2018

#### POUŽITÁ LITERATURA, VÝHRADA PRÁV:

Bednářová, J., Šmardová, V.: Diagnostika dítěte předškolního věku. Computer Press, a. s.; Brno, 2007; ISBN 9788025118290

Bednářová, J., Šmardová, V.: Rozvoj grafomotoriky. Computer Press, a.s.; Brno, 2006; ISBN 802510977

Dvořáková, H.: Pohybem a hrou rozvíjíme osobnost dítěte. Portál; Praha, 2002; ISBN 8071786934

Ryšánková, D.: Výběr písní pro klavírní improvizaci oboru Učitelství mateřských škol. MU Brno, 2011, ISBN 9788021057265

Stojan, J.: Maličká su 1. Jasto; Přerov, 2000; ISBN 8086086097

Stojan, J.: Maličká su 2. Jasto; Přerov, 2000; ISBN 8086086100

Stojan, J.: Maličká su 3. Jasto; Přerov, 2000; ISBN 8086086119

Str. 24–25: Dýně – americký lidový popěvek, text V. Růžičková

Str. 36–37: Zimní – hudba a text M. Škodová

Str. 86–87: Těžký život – P. Jurkovič, J. V. Svoboda

Obálka, předśádky: Bubáci – hudba a text M. Kružíková

Texty písní a hudební doprovod mohou být upraveny či zjednodušeny.

## ŘÍKANKY ZE ŠKOLKY

### pro kluky a pro holky

**Klára Černá, Hana Hrdličková, Pavlína Janíčková**

Ilustrace: Miroslav Růžek

Hudební spolupráce: Petr Dvorník

Odpovědná redaktorka: Andrea Brázdová

Grafická úprava a sazba: Karel Hána

Obálka: Karel Hána

Jazyková korektura: Marie Schreinerová, Jana Mášková

Technický redaktor: Jiří Matoušek

Objednávky knih:

[www.albatrosmedia.cz](http://www.albatrosmedia.cz)

[eshop@albatrosmedia.cz](mailto:eshop@albatrosmedia.cz)

bezplatná linka 800 555 513

ISBN e-knihy 978-80-266-1360-2 (1. zveřejnění, 2018)

ISBN tištěné verze 978-80-266-1341-1 (1. zveřejnění, 2018)

Cena uvedená výrobcem představuje nezávaznou doporučenou spotřebitelskou cenu.

Vydalo nakladatelství Edika v Brně roku 2018 ve společnosti Albatros Media a. s. se sídlem Na Pankráci 30, Praha 4. Číslo publikace 34 449.

© Albatros Media a. s., 2018. Všechna práva vyhrazena. Žádná část této publikace nesmí být kopírována a rozmnožována za účelem rozšiřování v jakékoli formě či jakýmkoli způsobem bez písemného souhlasu vydavatele.

1. vydání

**ALBATROS MEDIA**

# ŘÍKANKY ZE ŠKOLKY

*pro kluky a pro holky*

**Klára Černá, Hana Hrdličková, Pavlína Janíčková**

# Obsah

Slovo úvodem . . . . .	5	Uděláme pizzu . . . . .	52
Po ránu . . . . .	6	Dort . . . . .	54
Miminko . . . . .	8	Vlčí máky . . . . .	55
Kolo, kolo mlýnský . . . . .	10	Až velký budu . . . . .	56
Krok sun krok . . . . .	12	Kalamajka . . . . .	58
Zlatá brána . . . . .	14	Sovička . . . . .	60
Věneček . . . . .	16	Nehoda . . . . .	62
Procházka lesem . . . . .	18	Chci být zdravý . . . . .	64
Skončil srpen . . . . .	20	Vláček . . . . .	66
Podzimní vítr . . . . .	22	Travička zelená . . . . .	68
Dýně . . . . .	24	Kytička . . . . .	70
Prší . . . . .	26	Jablíčko . . . . .	72
Žížala . . . . .	28	My jsme v džungli . . . . .	74
Čertovská . . . . .	30	Africká savana . . . . .	76
Vločka . . . . .	32	Sloní chutě . . . . .	78
Zima . . . . .	34	Veverky . . . . .	80
Zimní . . . . .	36	Kočička . . . . .	82
Smysly . . . . .	38	Ježek . . . . .	84
Brada, břicho, kotníky, lokty . . . . .	40	Těžký život . . . . .	86
Uklízejí písnička . . . . .	41	Zajíc . . . . .	88
Pořádek . . . . .	42	Šnečí šepotání . . . . .	90
Tkaničky . . . . .	44	Medvídek . . . . .	92
Prstíčky . . . . .	46	Žabka . . . . .	93
V koupelně . . . . .	48	Noční palouček . . . . .	94
U oběda . . . . .	50	Před spaním . . . . .	96

Předsádky knihy:

Bubáci

Šnečí šepotání

# Slovo úvodem

Děti v předškolním věku se chovají velmi bezprostředně. Jsou přirozeně zvědavé a plné energie – běhají, zkoumají svět kolem sebe, když uslyší písničku, tančí, a když je zaujme nějaká říkanka, mohou ji opakovat stále dokola, jelikož z ní mají radost. Proto se aktivity, které dětem navrhujeme, snažíme maximálně přizpůsobit tomu, co je pro ně přirozené – hře, tvoření, a především pohybu.

Rozvoj pohybových dovedností je v tomto období velmi důležitý. Nejen že podporuje správný růst a fyzické zdraví dětí, ale zároveň ovlivňuje i rozvoj psychiky, sociálních dovedností, řečových schopností, vnímání dítěte či třeba jeho představitosti.

Většina básniček v této knize je doplněna o aktivity a náměty, které mohou pomoci rozvíjet pohybové dovednosti dětí. Můžeme je rozdělit na aktivity, které jsou zaměřené na pohyby celého těla, a na aktivity zacílené na určité svalové skupiny, jako jsou drobnější svaly na ruku, potřebné pro rozvoj psaní, či drobné svaly na obličej napomáhající správnému vývoji řeči.

Záleží jen na vás, které aktivity si vyberete a zda je ponecháte tak, jak jsou v knize prezentovány, či zda si je upravíte dle vašich potřeb a potřeb vašeho dítěte. V první řadě by totiž mělo jít o zábavu pro velké i pro malé, ačkoli jen my, velcí, víme, jak prospěšná ta zábava ve skutečnosti je.

*Spoustu hezkých společných chvilek s dětmi přeji  
autorky*



## Po ránu

Kapka rosy na paloučku  
a paprsek sluníčka,  
svět se budí pomaloučku  
do nového ranička.  
Otevři oči –  
protáhni prstíky,  
usměj se po ránu  
na ten svět veliký.  
Měsíc a hvězdičky  
budou teď spát  
a zlatý paprsek  
bude tě hřát.





## Ranní rozcvička

1. Stočíme se v děpu do klubíčka.  
Kapka rosy na paloučku  
a paprsek sluníčka,
2. Pomalu rolujeme záda obratel po obratli,  
nakonec narovnáme hlavu, vzpažíme ruce  
a protáhneme se.  
svět se budí pomaloučku  
do nového ranička.
3. Zamrkáme.  
Otevři oči –
4. Roztáhneme prsty na ruku.  
protáhní prstíky,
5. Usmějeme se.  
usměj se po ránu  
na ten svět veliký.
6. Sepneme ruce dlaněmi k sobě a přiložíme  
nejprve k jednomu uchu a potom  
ke druhému.  
Měsíc a hvězdičky  
budou teď spát
7. Vzpažíme ruce, stoupneme si na špičky  
a znovu se protáhneme do výšky.  
a zlatý paprsek  
bude tě hřát.





## Miminko

Narodilo se nám miminko,  
podívej se na něj, maminko.  
Zatím jenom leží, spinká.  
Už se trochu přetáčí,  
postaví se na kolínka,  
rychle leze a nikdo mu nestačí.  
Když se dostane ke svému cíli,  
sedne si a rozhlíží se chvíli.  
Čeho by se chytnout dalo,  
na co by tak vyšplhalo?  
Je to tady, už stojí,  
nožky se trochu chvějí.  
Až se odváží na první krok,  
bude mu asi jeden rok.



1. Ležíme na zádech, dýcháme do břicha.  
Narodilo se nám miminko,  
podívej se na něj, maminko.  
Zatím jenom leží, spinká.
2. Překulujeme se ze strany na stranu.  
Už se trochu přetáčí,
3. Přetočíme se na břicho a uděláme kočičku.  
postaví se na kolínka,
4. Lezeme po čtyřech, ale kolena už jsou ve vzduchu.  
rychle leze a nikdo mu nestačí.
5. Sedneme si na paty a koukáme napravo a nalevo.  
Když se dostane ke svému cíli,  
sedne si a rozhlíží se chvíli.
6. Rukama děláme, že lezeme po žebříku,  
přítom si stoupáme.  
Čeho by se chytnout dalo,  
na co by tak vyšplhalo?
7. Stojíme v předklonu a pohladíme si kolínka.  
Je to tady, už stojí,  
nožky se trochu chvějí.
8. Narovnáme se a zkusíme dva velké kroky.  
Až se odváží na první krok,  
bude mu asi jeden rok.





## Kolo, kolo mlýnský

Kolo, kolo mlýnský,  
za čtyři rýnský.  
Kolo se nám polámalo,  
mnoho škody nadělalo,  
udělalo bác!  
Vezmeme si hoblík pilku,  
zahrajem si ještě chvílku.  
Až to kolo spravíme,  
tak se zatočíme.



C G7 C G7 C G7 C G7 C

Ko - lo ko - lo mlýn - ský za čty - ři rýn - ský ko - lo se nám

G7 C G7 C G7 C

po - lá - ma - lo mnoho škody na - dě - la - lo u - dě - la - lo báb

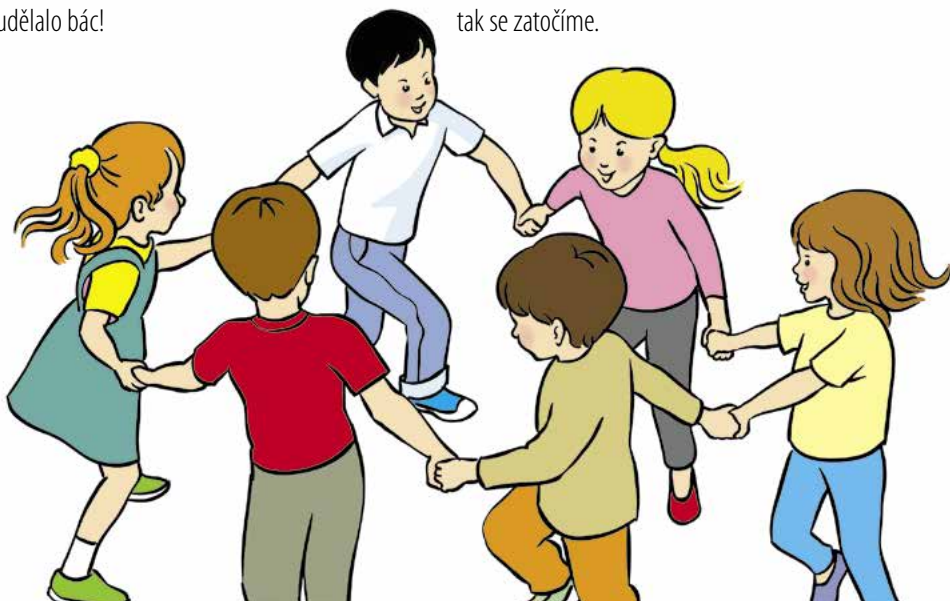
C (F) C C (F) C C (F) C C (F)

Ve - zme - me si ho - blík pil - ku za - hra - jem si je - ště

C C G7 C G7 C

chvil - ku až to ko - lo spra - ví - me tak se za - to - čí - me

- Všichni se chytnou za ruce do kola a začnou se točit.  
Kolo, kolo mlýnský,  
za čtyři rýnský.
- Změna směru!  
Kolo se nám polámalo,  
mnoho škody nadělalo,  
udělalo báb!
- Sedneme si na zem.  
Ruce sevráme v pěst a překřížíme, levá zůstává na místě, pravá napodobuje pohyb pily při řezání dřeva.  
Vezmeme si hoblík pilku,  
zahrajem si ještě chvíli.  
Až to kolo spravíme,
- Vyskočíme a s roztaženými rukama se zatočíme.  
tak se zatočíme.





## Krok sun krok

Pata, špička, krok sun krok,  
takhle cvičím celý rok.  
Ukloním se, narovnáám,  
do dálky se podívám.  
Ručičkama zamávám,  
nožičkama zadupám.  
Znovu potom krok sun krok,  
takhle cvičím celý rok.

