

# 1. Poranna gimnastyka.

Na początek pomaszerujecie przez krótką chwilkę w miejscu.

Zróbcie po 4: przysiady, podskoki, skłony, pajacyki.

# 2. Zabawa oddechowa „Wąchanie kwiatów”

- wciąganie powietrza przez nos, zatrzymywanie i wydychanie powietrza ustami (usta w tzw. ryjek)

# 3. Słuchanie piosenki „W naszym ogródeczku”

[https://www.youtube.com/watch?time\\_continue=4&v=fdhmWn8bi7o&feature=emb\\_logo](https://www.youtube.com/watch?time_continue=4&v=fdhmWn8bi7o&feature=emb_logo)

# 4. Ilustracja ruchowa piosenki „W naszym ogródeczku”

Spróbujcie zaśpiewać piosenkę i ilustrujcie jej treść wg poniższych wskazówek.

## I. W naszym ogródeczku

zrobimy porządki

Wygrabimy ścieżki

przekopimy grządki

Ref: Raz dwa trzy.

dz. rysują rękoma koła przed sobą

dz. „grożą” palcem wskazującym, na zmianę jedną i drugą ręką

dz. naśladują grabienie

dz. naśladują kopanie łopatą

dz. klaszczą 3 razy

## II. Potem w miękką ziemię

włożymy nasionka

Będą się wygrzewać

na wiosennym słońcu

Ref: Raz dwa trzy.

dz. naśladują wrzucanie nasionek do ziemi

dz. podnoszą ręce do góry i poruszają paluszkami

dz. klaszczą 3 razy

## III. Spadnie ciepły deszczyk

i wszystko odmieni

W naszym ogródeczku

grządki zazieleni

Ref: Raz dwa trzy.

dz. poruszają paluszkami z góry na dół wzdłuż całego ciała

dz. rysują rękoma koła przed sobą.

dz. klaszczą 3 razy

# 5. Instrumentacja piosenki

Potrzebne będą, np: 2 klocki drewniane, 2 łyżeczki, zakręcona butelka wypełniona np. ryżem, 2 pokrywki od garnka

I zwrotka – dziecko gra na klockach

II zwrotka – dziecko porusza rytmicznie butelką z ryżem

III zwrotka – dziecko gra na pokrywkach/lub wg własnego pomysłu/

Refreny -rodzic gra na łyżkach

# 6. „Palcem malowane”- zabawa z kaszą

Na pokrywkę z pudełka po butach wysypujemy kaszę (bułkę tartą itp.). Zachęcamy dziecko by palcem na kaszy spróbowało narysować kwiatek wg poniższego wzoru. BAWCIE SIĘ DOBRZE!

