

MOTYLKI 4.05.20.-8.05.20

Temat tygodnia: „**Płynie Wisła płynie po polskiej krainie**”

Ćwiczenia poranne wykonywane każdego dnia tygodnia

*,**„Wyprawa w Polskę”**- zabawa w formie opowieści ruchowej z elementem naśladownictwa. Dziecko losuje kartonik z obrazkiem lub napisem, gdzie wybierze się na wycieczkę-nazywa miejsce (las, łąka, wieś, morze, góry, miasto). Porusza się przy dowolnej muzyce w sposób określony przez rodzica (pieszo, rowerem, konnym zaprzęgiem, samochodem, samolotem) Na przerwę w muzyce zatrzymuje się w określonym miejscu w Polsce i wykonuje różne zadania ruchowe.

Podróżujemy:

- **pieszo**- poruszanie się krokiem marszowym;
- **rowerem**- bieg z wysoko uniesionymi kolanami w różnych kierunkach;
- **konnym zaprzęgiem** –poruszanie się w parze z rodzicem, rodzeństwem (jedna osoba z przodu, druga z tyłu);
- **samochodem**- bieg po pokoju, ręce naśladują trzymanie kierownicy
- **samolotem**- poruszanie się z rękami rozłożonymi na boki

Mijamy po kolei:

- **las**- „*Kojący śpiew ptaków*”- Dziecko zatrzymuje się w lesie- słucha śpiewu ptaków (przykłada rękę do lewego ucha i prawego ucha; można wykorzystać nagranie śpiewu ptaków)
„*Drzewa w lesie*”- wymachy ramion. Dziecko podnosi wysoko ramiona i naśladuje drzewo na wietrze
„*Zwierzątko pod drzewem*”- zabawa elementem czworakowania. Rodzic jest drzewem (stoi w jednym miejscu), dziecko zamienia się w wybrane zwierzątko leśne i obchodzi na czworakach dookoła drzewo
- **łąkę**- „*Pachnące kwiaty*”- ćwiczenie oddechowe. Dziecko zatrzymuje się i wdycha zapach kwiatów na majowej łące.
„*Kwiaty rosną- kwiaty więdną*”- ćwiczenie z elementami skłonu, klęku i wyprost. Dziecko zamienia się w kwiat z pięknymi płatkami, z czego jest dumne-uniesienie wyprostowanych rąk do góry. Brak deszczu powoduje, że płatki więdną- skłony do podłogi; kwiatek usycha- przejście do klęku, zwijanie się w kłębek. Nagle zaczyna padać deszcz (dzwoneczek lub inny wyraźny dźwięk)-kwiaty podnoszą się na nowo-powolne wstawanie, stanie na palcach, podniesienie wyprostowanych rąk do góry.
- **wieś**- „*Pomagamy rolnikowi*”- ćwiczenie dużych grup mięśniowych. Dziecko zatrzymuje się na wsi- grabi siano, pielęgnuje grządki (wymachy rąk do przodu i do tyłu, kucanie, wymachy rąk na boki-prawej i lewej ręki)
- **morze**- „*Szum morza*”- ćwiczenie ortofoniczne. Dziecko zatrzymuje się nad morzem-naśladuje szum morza, wymawiając głoskę „sz”.
„*Morskie fale*”- zabawa z elementem przeskoku. Dziecko przeskakuje przez fale.
„*Kąpiel w morzu*”- pływanie różnymi stylami-naprzemienne wymachy rąk
- **góry**- „*Górska wędrówka*”- Dziecko zatrzymuje się w górach-rozgląda się na boki (skręty tułowia; zakłada plecak i wyrusza na szczyt góry- idzie nachylone-niesie plecak; przeskakuje kamienie na ścieżce; w górach jeszcze leży śnieg-napotkaliśmy śnieżne zasy- idąc podnosi wysoko kolana; dochodzi do wysokiej skały-wdrapuje się na nią (wejście na krzesiśko);powrót do schroniska-marsz
- **miasto**- „*Wieżowiec -dziesięciopiętrowiec*”. Dziecko zatrzymuje się w mieście-wchodzi po schodach w wysokim wieżowcu (chód w miejscu z wysokim unoszeniem kolan) i szybko zbiega na dół (bieg w miejscu)

Poniedziałek 4.05.20 „Nad jeziora-na Mazury, na wędrowki piesze-w góry”

Proponowane działania:

- Wysłuchanie wiersza aut. Iwony Rup pt: „**Polska nasza ojczyzna**” (zmodyfikowany) jako wprowadzenia do tematyki o Polsce.

Polska to nasza ojczyzna, wioski, lasy i pola,
miasta, ludzie, fabryki i wszystkie dzieci z przedszkola.
Mówimy tu po polsku, flaga jest biało-czerwona.
Godło to orzeł biały, na głowie złota korona.
Warszawa jest stolicą, Bałtyk i Wisłę też mamy.
Mazurka Dąbrowskiego wszyscy na baczność śpiewamy.
Kiedy przychodzi lato-to wyjeżdżamy w góry,
I do „Zielonych Płuc Polski”- na przepiękne Mazury.
Mamy tu smakołyki-oscypki prosto z gór,
pyszne toruńskie pierniki, bajgle i słodki miód.
Z hejnału Kraków słynie, ciekawa jest gwara śląska,
w Białowieży są żubry.
Piękna jest nasza Polska!

- Rozmowa z dziećmi w oparciu o wiersz na temat różnych regionów Polski, charakterystycznych miejsc i przysmaków regionalnych.
Można wykorzystać posiadane ilustracje, zdjęcia, kalendarze.
- „**Morze, góry i Mazury**”- zabawa z mapą Polski (z rodzicem)
*Wspólne oglądanie mapy fizycznej Polski. Objasnienie dziecku, co oznaczają kolory na mapie (żółty- wyżyny, zielony-niziny, niebieski-wody, pomarańczowy- niskie góry, czerwony-wysokie góry).
* Odszukanie na mapie Polski Warszawy, Krakowa, Podhala, Śląska, Mazur, Pomorza.
* Zabawa w wyszukiwanie i liczenie jezior i rzek i innych elementów
* odszukanie Wisły- najdłuższej rzeki Polski
- Zabawa ruchowa- orientacyjno- porządkowa: **”Kolory na mapie”**
Do zabawy potrzebujemy kolorowe nieduże karteczki (niebieski, zielony, pomarańczowy, czerwony), które odpowiadają kolorom na mapie fizycznej Polski. Dziecko porusza się swobodnie po pokoju przy muzyce. Na przerwę w muzyce rodzic pokazuje jeden z czterech, kolorowych kartoników. Podczas prezentacji danego koloru dziecko wykonuje określone czynności (zadania ruchowe ustalamy wcześniej z dzieckiem)
Niebieski - dziecko kapie się w wodzie (rzece, jeziorze, morzu)
Zielony - dziecko spaceruje po lesie, zamienia się w drzewo
Pomarańczowy – dziecko pokazuje niskie góry- kuca i składa ręce nad głową tworząc „daszek”
Czerwony –dziecko pokazuje wysokie góry
- Wysłuchanie piosenki: „**Jestem Polakiem –Niezwykłe lekcje rytmiki** kanał YouTube
<https://www.youtube.com/watch?v=plug6OlrRM>
- Praca plastyczna: „**Polskie krajobrazy**”- wykonanie pracy przedstawiającej wybrany region Polski lub miejsce (góry, morze, łąka, las, wieś, miasto) dowolną techniką plastyczną (rysunek kredką, wyklejanka, malowanie farbą, wydzieranka). Zachęcamy do wykonania prac techniką collage z wykorzystaniem materiału przyrodniczego (piasek, kamyczki, kawałki kory, patyczki) i innych materiałów

- **Gimnastyka – ODSYŁAMY WAS DO ZAKŁADKI: [GIMNASTYKA KOREKCYJNA](#)**

Dodatkowa propozycja:

- „Pamiętki z podróży po Polsce”- zabawa dydaktyczna

Do zabawy potrzebne będzie pudełko kartonowe z otworem na rękę lub koszyk z przedmiotami, pamiątkami pochodzącymi z różnych środowisk i regionów Polski (Podhale, Kraków, Śląsk, Warszawa, Mazury, Pomorze). W zależności od tego co państwo posiadacie może być zwykły kamyczek, odłamek skalny, bryłka soli, kawałek węgla kamiennego, bursztyn, muszelka itp. Zadanie dziecka polega na losowaniu kolejno przedmiotów i określenie z jakiego miejsca pochodzą.

Wtorek 5.05.20 „Polskie Symbole Narodowe znamy-i wszędzie je rozpoznamy”

Proponowane działania:

- Wykorzystanie fragmentów wiersza Katarzyny Ziętał pt: „**Symbole Narodowe**” i Krzysztofa Kubaszka pt: „**Hymn to powód jest do dumy!**”, do rozmowy z dziećmi na temat polskich symboli narodowych (hymn, godło, flaga)

Symbole Narodowe (aut. Katarzyna Ziętał)

Każde państwo i duże i małe, jak zapewne wiecie
ma trzy symbole dobrze znane w świecie
My, Polacy nasze symbole bardzo dobrze znamy
i teraz po kolei je wszystkie wymieniamy
Hymn państwowy, godło Polski i ojczysta flaga
-na nich skupi się w tym wierszu nasza cała uwaga.
Kiedy obchodzimy narodowe święta
powiewa na wietrze *flaga* rozwinięta.
Każde polskie dziecko doskonale ją zna,
i wie, że flaga Polski dwa kolory ma.
Na dole kolor czerwony, a na górze biały,
Te kolory nadzieję żołnierzom dawały,
kiedy w odległych czasach walczyły wojska
o to, aby wolna mogła być Polska
Wie też każdy Polak i duży i mały,
że naszym *godłem* jest orzeł biały.
Skrzydła szeroko ma rozłożone,
na tle czerwonym, w złotej koronie.
Możemy zobaczyć ten symbol wszędzie-
w przedszkolu, w szkole i w każdym urzędzie.

Hymn to powód jest do dumy! (aut.Krzysztof Kubaszek)

Hymn to powód jest do dumy
nie żujemy wtedy gumi.
Wszyscy zgodnie też stoimy.
Tak bez rozmów, nie krzyczymy.
Słowa hymnu dobrze znamy
Wspólnie razem je śpiewamy.
Kto z narodu jest polskiego zna Mazurka Dąbrowskiego

- Omówienie z dzieckiem treści wierszy (utrwalenie wiadomości)
- *Co jest symbolem Polski ?*

- Na jakim tle znajduje się biały orzeł?
- Gdzie umieszczane jest godło Polski?
- Jakie barwy ma flaga Polski?
- Kiedy Polacy zawieszają flagę?
- Jak nazywa się hymn Polski?
- Jak należy zachowywać się podczas śpiewania hymnu narodowego?

- Zagadka „**Ukryta flaga**”. Dziecko ma za zadanie rozpoznać wśród kilku „flag” i wskazać flagę Polski.



- Zabawa ruchowa orientacyjno porządkowa: „**Biały orzeł**”.
Dziecko jest orłem i porusza się jak ptak w locie z rozpostartymi skrzydłami. Na przerwę w muzyce i hasło: „gniazdo” frunie do gniazda i siada (wyznaczone miejsce w pokoju). Zamiast muzyki rodzic może klaskać w dłonie, dziecko (orzeł) porusza się zgodnie z wyklaskiwanym rytmem (szybko, wolno)
- Wykonanie ćwiczeń z **Kart pracy cz.4- temat: „Mieszkam w Polsce”**
Ćw.1 str. 14 Polecenie: *Odszukaj flagę, godło i budowlę, które kojarzą ci się z Polską*
Ćw.1 str. 15 Polecenie: *Obrysuj pomnik, zwierzę, parę dzieci, które kojarzą ci się z Polską.*
Ćw.1 str.16 Polecenie: *Pokoloruj rysunek wg kodu (godło Polski)*

***Szachy dla chętnych— ODSYŁAMY WAS DO ZAKŁADKI [SZACHY](#)**

Dodatkowe propozycje:

- Nauka pamięciowa wiersza „**Biały orzeł**” (aut. Anna Paszkiewicz)

Siadł na tarczy Biały Orzeł,
głowę zwrócił w prawą stronę
Z dumą skrzydła rozprostował
i złocistą wdział koronę.
Lśni czerwienią gładka tarcza,
orzeł nigdzie nie odfruwa.
Odkąd został Polski godłem
nad ojczyzną wiernie czuwa.

- Praca plastyczna „**Orzeł w koronie**”- wykonanie orła z tekturowej rolki po papierze toaletowym. *Potrzebne materiały:* rolka po papierze toaletowym, biały, żółty papier, flamastry klej, nożyczki, ołówek. *Wykonanie:* Oklejamy rolkę białym papierem (przyciętym na szerokość i wysokość rolki). Możemy nakleić na rolkę 3-4 paski pociętego do połowy papieru (imitujące pióra). Odrysowujemy z dzieckiem na białym papierze i wycinamy dłonie (to będą skrzydła orła) oraz koronę, dziób i nogi z żółtego papieru. Naklejamy na rolkę wszystkie elementy, dorysowujemy oczy



- Oglądanie prezentacji Polskie Symbole Narodowe-Polak mały-kanal YouTube <https://www.youtube.com/watch?v=xQk8p7XY23A>

Środa 6.05.20 „Stolica Polski Warszawa-zaprasza do niej Wars i Sawa”

Proponowane działania:

- Rozmowa wstępna z dzieckiem na temat: co to znaczy , że jakieś miasto jest stolicą ?
- Wysłuchanie opowiadania aut. Urszuli Piotrowskiej pt: „Wystawa o Legendach Warszawy”

Przez kilka dni pani czytała przedszkolakom legendy o Warszawie. A potem dzieci robiły ilustracje do tych opowieści. Były takie piękne, że zachwycony Trampolek zawołał:

-Hej, hop, może zrobimy wystawę, żeby inni mogli zobaczyć nasze obrazki ?!

I był to bardzo dobry pomysł. Z przedszkolnego magazynku przyniesiono kolorowe tablice, do których dzieci przyczepiły swoje prace. Wieczorem Trampolek zawołał przyjaciół, żeby obejrzel wystawę.

– Łaa!- zaryczał Tygrysek. -Jesteśmy pierwszymi gośćmi i najważniejszymi!

Trampolek podskakiwał hej hop i wręczał każdemu chorągiewkę. Chorągiewka miała dwa pasy. Górny był żółty, a dolny-czerwony. Dlaczego takie kolory?- zdziwił się Zajaczek.

-Bo takie kolory ma właśnie flaga Warszawy, hej hop!

Na pierwszej tablicy zawieszono portrety Syreny. Wykonane kredkami, albo mazakami , albo farbami. I była tam Syrena pływająca w Wiśle, i na jej brzegu, i Syrena na pomniku, a nawet z dziećmi w przedszkolu.-Hau, hau, a dlaczego Syrena ?-zapytał pluszowy Piesek.

Lala Anielka, która bardzo uważnie słuchała, jak pani czytała legendy, powiedziała głośno i wyraźnie: -Wszyscy wiedzą, że Syrena jest w herbie Warszawy. I wszyscy ją bardzo kochają!

Nagle usłyszeli piękny śpiew. Po całym przedszkolu niosła się piosenka:

*Mam ja tarczę i mam miecz,
by Warszawy zawsze strzec.*

Kiedy melodia ucichła, Trampolinek zaprowadził zabawki do drugiej tablicy. Były na niej obrazki z legendy o złotej kaczce. A na nich szewczyk, który szukał skarbu, lochy zamczyska, stary żołnierz z medalami na mundurze, złota kaczka, piękna królewna i worek złotych monet. Wszystko wyglądało, jak prawdziwe. Tygryskowi wydawało się nawet, że szewczyk do niego mrugnął. Wtem królewna na obrazku poruszyła się i wyszeptała:

*Mam pieniędzy pełen trzos,
możesz swój odmienić los
Lecz warunek jeden spełń,
nigdy z nikim nie dziel się.*

Potem rozległ się złośliwy chichot, a Trampolinek odpowiedział:

- Nie potrzebujemy takiego skarbu, jeśli nie można się nim podzielić. Pobiegli do następnej tablicy i tylko z daleka dobiegł ich śmiech i kwakanie, kwa, kwa, kwa. Na tablicy nie było żadnego rysunku, bo wszystkie leżały na podłodze.-Hej, hop, a czyja to sprawka?- zdziwił się Trampolinek.- Ja tego nie zrobiłem, hau, hau-zaszczekał pluszowy Piesek, któremu zdarzały się małe psoty.-Ale ja tak!- usłyszeli jakieś grube głosisko.-A teraz wypróbuję na was moje spojrzenie! Trampolinek od razu wiedział, że mają do czynienia z Bazyliszkiem.

-Uciekajmy!- krzyczał Trampolinek – I nie patrzcie mu w oczy! Przyjaciele ukryli się, gdzie kto mógł, a Bazyliszek biegał po korytarzach i szukał wyjścia z przedszkola. Wtedy Anielka otworzyła swoją torebkę, wyjęła z niej lusterko i stanęła przed Bazyliszkiem.

- W tej chwili wracaj do obrazków, bo inaczej będzie źle !-rozkazała dzielna lala.

Bazyliszek opuścił głowę i wskoczył do obrazków. Przyjaciele powiesili je na tablicy.

- Dlaczego posłuchał Anielki?- zapytał Piesek.-Dlaczego, hau, hau?

Bo wystraszył się, że zobaczy swoje spojrzenie i zamieni się w kamień- wytłumaczył Zajacek. Aha, pomyślał szczeniaczek i obiecał sobie, że następnym razem będzie uważniej słuchał, jak pani czyta lub opowiada. Po przygodzie z bazyliszkiem zabawki były bardzo zmęczone, więc postanowiły, że dokończą oglądanie wystawy następnego dnia. W chwilę potem już spały, ale przez sen słyszały, czyjeś głosy dochodzące z czwartej tablicy:

*To my. Wars i Sawa!
Od naszych imion
jest nazwa Warszawa*

A wy jak myślicie do której legendy będą pasowały rysunki zawieszone na ostatniej tablicy?

- Wypowiedzi dziecka na temat treści opowiadania kierowane pytaniami:

- Jak wygląda flaga Warszawy?
- Jaka postać występuje w herbie warszawy?
- Jaka legenda została przedstawiona na drugiej tablicy?
- Kogo spotkały zabawki przy następnej tablicy?
- Co zrobiła Anielka?
- Do jakiej legendy pasują obrazki z ostatniej tablicy?
- Skąd pochodzi nazwa Warszawa?

Bazyliszek

Wars i Sawa



- Praca plastyczna: „Syrenka”, „Bazyliśzek” –wyklejanie postaci Syrenki lub Bazyliśzka przy użyciu dowolnych materiałów. Można wykorzystać bibułę, ścinki z gazet, skrawki materiałów, wełnę, guziki, cekiny, folię, koraliki.

Mile widziane zdjęcia waszych prac

***Gimnastyka – ODSYŁAMY WAS DO ZAKŁADKI: [GIMNASTYKA KOREKCYJNA](#)**

Dodatkowe propozycje:

- Wysłuchanie piosenki „Jedzie pociąg z daleka”- Bzyk.tv
kanał YouTube <https://www.youtube.com/watch?v=vlQJBSuX0rE>
- Rozwiązywanie zagadek słownych wierszowanych o postaciach z „Legend Warszawskich”

*Stwórz ten w warszawskich lochach mieszkał
i straszyl dzieci potwornym wzrokiem
odkryto, że może zgładzić go lustro,
gdy się przestraszy swoim widokiem (**bazyliśzek**)*

*Rybi ogon, na nim łuska, w falach wiślanych
w legendzie się pluska (**syrenka**)*

*Królowna w ptaka zamieniona,
na głowie ptaka złota korona,
złote dukaty odda temu,
kto nie da ani grosza bliźniemu(**złota kaczka**)*

Czwartek 7.05.20 "I like Dragons"

Proponowane działania:

Zajęcia z języka angielskiego

- Wysłuchanie piosenki "Fly like a dragon" Sing and Dance Songs for Children, Kids and Toddlers kanał You Tube https://www.youtube.com/watch?v=d_QqnSXE_qA
- Zabawa ruchowa naśladowcza z piosenką "Fly like a dragon".
Dziecko naśladuje sposób poruszania się smoków z piosenki. Smok:
- fruwa (*wymachy rąk*)

- tupie nogami (naprzemienne przytupy)
- zieje ogniem (odgłosy ra ra)
- kreci się w kółko (obroty)
- macha ogonem (poruszanie biodrami)
- łapie zdobycz (łapanie członków rodziny: mamy, taty, siostry, brata)
- kłapie paszczą (klaskanie w dłonie przy wyprostowanych z przodu rękach)

- Zabawa konstrukcyjna „**Wawel Castle**”- utrwalająca poznane przez dzieci kolory (green, blue, yellow, red, pink, orange purple, black, brown) i liczebniki główne (one, two, three, four, five, six, seven, eight, nine, ten).
Dziecko buduje zamek z dowolnych klocków konstrukcyjnych, określając po angielsku jakich używa kolorów. Przelicza klocki w danym kolorze. Można przygotować dziecku określoną ilość klocków w różnych kolorach. Zadaniem dziecka jest przeliczenie klocków i nazwanie kolorów.
- **”Flying dragon”** -zabawa ruchowa orientacyjno-porządkowa.
Dziecko jest latającym smokiem-porusza się swobodnie przy dowolnej muzyce.
Na podane hasła smok wykonuje określone zadania ruchowe:
Hop-podskakuje; **spin**-obraca się; **walk**-spaceruje; **run**- biega ;**sleep**- chowa się w jaskini (jaskinię można zrobić z dwóch krzeseł i koca),**zasypia i chrapie**

Dodatkowe propozycje:

- Zabawa z rymowanym wierszykiem „I’m a green dragon” (aut. I.Wilk)

I am a Green dragon (jestem zielonym smokiem)

Look at me (spójrz na mnie)

These are my heads (to są moje głowy)

One, two, three (raz, dwa, trzy)

I have a long tail (mam długi ogon)

And I have a scary jaws (mam straszną paszczę)

I have a big appetite (mam duży apetyt)

And I have big claws (mam duże pazury)

- Oglądanie prezentacji ”Kids vocabulary-color-color mixing-rainbow colors
kanałYou Tube <https://www.youtube.com/watch?v=ybt2jhCQ3IA>
- Relaksacja przy nastrojowej piosence ”Puff The Magic Dragon”
Kanał YouTube <https://m.youtube.com/watch?v=cfgiLuoUtEO>

Piątek 8.05.20 „Legendarne miasto Kraków –chluba Polski i Polaków

Proponowane działania:

- Wykorzystanie wiersza A. Gambuś do rozmowy z dzieckiem na temat Krakowa, charakterystycznych miejsc, zabytków, stroju krakowskiego

Przyjedź do mojego miasta, gdzie się stare z nowym splata,
I gdzie strażak Hejnał z wieży gra na cztery strony świata

Przyjedź do mojego miasta, gdzie Wawelu stare mury,
I Katedra, i Dzwon Zygmunt na podgrodzie patrzą z góry

Przyjedź do mojego miasta, gdzie nad Wisłą Smocza Jama,
Gdzie są Planty i Barbakan, i Floriańska stara Brama

Zajdź na Rynek i podziwiaj niezrównane Sukiennice,
Odwiedź Pana Mickiewicza i w Ratusza wstąp piwnice

Tylko przyjedź, a zobaczysz, że gdziekolwiek zwrócisz oczy
Moje miasto Cię zachwyci i na zawsze zauroczy.

- Spotkanie ze smokiem z Wawelskiego Wzgórza
Słuchanie piosenki pt: „**Smok Wawelski**” kanał You Tube
<https://m.youtube.com/watch?v=UEDujCiSLYo>
- „**Smocze odgłosy**”- zabawa dźwiękonaśladowcza (ćwiczenie aparatu mowy)-
naśladowanie odgłosów wydawanych przez smoka
 - ryczymy jak zły smok
 - śmiejemy się jak smok zadowolony
 - mlaskamy jak jedzący smok
 - chłepczemy wodę, jak spragniony smok
 - ziejemy ogniem-dmuchaemy
- Ćwiczenie oddechowe „**Smocze oddechy**”.
Dziecko próbuje zdmuchnąć płomień świecy, kartkę ze stołu i inne przedmioty
wybrane przez siebie.
- Zabawa ruchowa z rymowanym wierszykiem „**Za krokiem w krok idzie smok**”
(aut. I. Wilk)
Za krokiem w krok, za krokiem w krok (*dziecko chodzi stawiając duże kroki, z
unoszeniem wysoko kolan*)
Idzie potężny Wawelski Smok (j/w)
Tupie nogami Tup, tup, tup (tupie w miejscu)
I gładzi ogromny smoczy brzuch (głaska się naprzemiennie po brzuchu ręką lewą
i prawą)
Macha skrzydłami (równoczesne wymachy wyprostowanych rąk)
W lewo, w prawo (wymachy w bok lewą i prawą ręką)
A potem bije sobie brawo (klaskanie w ręce)
Skacze do przodu hop, hop, hop, (podskoki)
Do tyłu robi duży skok (przeskok obunóż do tyłu)
Macha łapami w dół i w górę (ruchy naprzemiennie rękami na dół i do góry)
Próbuje złapać na niebie chmurę (stanie na palcach z rękami uniesionymi do góry)
I wyczynami tymi zmęczony (opuszcza ręce, skłony do przodu)
W jaskini kładzie się znużony (dziecko zwija się w kłębek)

Dodatkowe propozycje:

- „**Statki na Wiśle**” -zabawa matematyczna wykorzystaniem kostki do gry.

Do zabawy potrzebujemy wytłoczki do jajek i różne małe figurki (z jajek niespodzianek), zakrętki od butelek PET lub ulepione przez dzieci figurki z plasteliny, modeliny, kawałek materiału lub papieru imitującego Wisłę. Dziecko, lub rodzic rzuca kostką do gry, zadaniem dziecka jest umieszczenie w statku (pojemnik po jajkach), pasażerów w ilości odpowiadającej wyrzuconym na kostce oczek.

Warianty zabawy:

-pasażerowie siedzą co drugie miejsce; obok siebie-w parach

- równocześnie płyną dwa statki równolegle-rodzic umieszcza pasażerów w statku w sposób dowolny; zadaniem dziecka jest umieszczenie pasażerów w drugim statku w ten sam sposób (takie same elementy)-odwzorowanie

- **„Wiślany tor”** zabawa ruchowa-tor przeszkód

Rozkładamy na dywanie materiał imitujący Wisłę i układamy na nim różne przedmioty. Zadaniem dziecka jest przejście przez przeszkody w określony sposób. (na piętach, palcach, zewnętrznych częściach stopy, na czworakach, w podskokach)