

Zestaw ćwiczeń ruchowych „Idzie wiosna”



Zaproście rodzeństwo i rodziców do wspólnej zabawy. Zabawimy się dzisiaj w wiosenne zabawy ruchowe.

Przygotujcie kocyki,

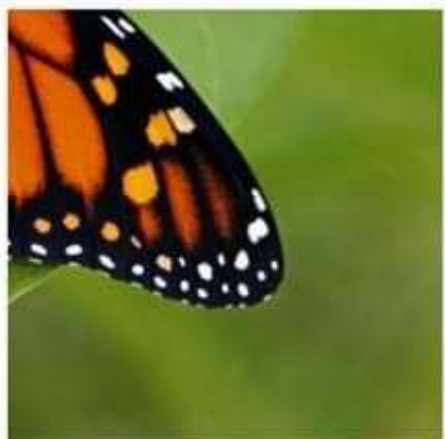
Opis poszczególnych zabaw:

1. „Bociany” – poruszamy się po całym dywanie, naśladując brodzące bociany. Unosimy kolana wysoko, klaszczemy w dłonie prostymi rękami i krzyczymy „kle, kle, kle”. Ćwiczenia powtarzamy kilka razy.
2. „Żabki” - ustawiamy się na linii np. dywanu lub skakanki, wykonujemy przysiad, ręce umieszczamy między stopami i naśladujemy skaczące żabki.
3. „W poszukiwaniu wiosny” - siadamy na dywanie na hasło motylek, mucha, myszka – poruszamy się i wydajemy głosy, jak zwierzę, którego nazwę usłyszą.
4. „Kraina wiosny” – w krainie wiosny występuje „Kraina Pszczółek”, „Kraina Biedronek”, „Kraina Motylków”. Każdy wybiera swoją krainę. Siadamy na kocyki i kiedy usłyszymy nazwę naszej krainy poruszamy się na kocykach np. poprzez odpychanie tyłem leżąc na plecach, poruszanie się do przodu, do tyłu lub w inny dowolny sposób.
5. „Skaczące koniki polne” – naśladujemy skaczące koniki, wykonując duże susy.



Czas na trochę wycinania. Potrzebne nam będą nożyczki
oraz klej plus jakaś kartka, może być kolorowa.
Wytnij obrazki i ułóż tak, aby powstał obrazek. Powiedz,
co widzisz na obrazku.

**Wytnij, ułóż i naklej
obrazek na kartce.**



**Wytnij, ułóż i naklej
obrazek na kartce.**



**Wytnij, ułóż i naklej
obrazek na kartce.**



