Drodzy Rodzice,

Temat na ten tydzień to: Wiosna na łące.

1. Zabawa taneczna dla dzieci *Pięta, kciuk*

<https://www.youtube.com/watch?v=-KGGWOPs_TU>

1. Skłony

*Chodzi Lena po łące, zrywa kwiatki pachnące.*

*Chodzi Lena wśród trawy, obserwuje owady* (skłony).

1. Wzmacnianie grzbietu *Ślimak pokaż rogi*

Dzieci kładą się na brzuchu, na hasło: Ślimak pokaż rogi – podnoszą głowę i ręce nad podłogę.

Ślimak chowa się – rozciąganie odcinka lędźwiowego ( dzieci leżą na plecach i zarzucają nogi za głowę).

1. Ćwiczenia równowagi *Bociany*

Bociany – wysoko kolana

Bociany odpoczywają – stanie na jednej nodze.

1. Zabawa z elementem podskoku – żabie skoki.
2. Zabawa relaksacyjna *Wiosenny masaż*

*Po łące skacze żaba, a za nią skaczą dwie. Cóż za cudowna łąka!*

*Po łące chodzi bocian,*

*Tuż obok płynie rzeczka,*

*A nad nią lata ptak i patrzy tu i tam.*

*Maleńka szczypaweczka, ślimak powoli sunie,*

*Wdrapuje się na mak, marzy by być jak rak.*

Miłej zabawy!

Mile widziane są zdjęcia lub krótkie filmiki, na których widać jak dzieci ćwiczą, mail:

ogimnastyka@przedszkolewzaborowie.pl

Monika Mikulska

Nauczyciel gimnastyki