

Zestaw ćwiczeń porannych.

„Wiosenny deszczyk” – zabawa orientacyjno-porządkowa. Dzieci poruszają się po sali w rytmie wygrywanym na tamburynie przez nauczyciela. Na hasło: Pada deszcz ustawiają się obok krążków w odpowiednim kolorze. Kolejne powtórzenie – zamiana. Dzieci stają przy krążkach innego koloru niż ich szarfy. • tamburyn, szarfy, krążki

3. „Tęcza” – siad skrzyżny. Dzieci trzymają szarfę za końce, plecy proste, ręce wyprostowane nad głową. Robią skłony w bok, raz w prawo, raz w lewo – po deszczu pojawiła się tęcza. • szarfy

4. „Nie wpadnij do kałuży” – zabawa z elementem skoku. Po deszczu powstały kałuże, dzieci przeskakują po kamieniach tak, by nie wpaść do wody.

6. „Krecik wychodzi z kretowiska” – zabawa z elementem pełzania. Dzieci po kolei próbują przedostać się na drugą stronę przy pomocy liny.

7. „Obserwujemy bociana” – ćwiczenia tułowia. Leżenie na brzuchu, nogi przyklejone do podłogi, dzieci z palców robią „lornetkę”, odrywają łokcie i obserwują bociana spacerującego po łące, tak by go nie spłoszyć.

8. „Wąchamy kwiaty” – ćwiczenia uspokajające. Dzieci leżą na podłodze w dowolnej pozycji. Wdychają wolno i spokojnie powietrze nosem i wydychają ustami.