



*"W zdrowym ciele –
zdrowy duch"*

Chciaż #ZOSTAJEMYWDOMU nie możemy zapomnieć o ruchu.

Dziś zachęcamy Was do przypomnienia sobie piosenek z ruchem, z których korzystaliśmy.

"Głowa, ramiona, kolana, pięty"

<https://www.youtube.com/watch?v=30BVfTvlSrE>



"Idziemy do ZOO"

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

"Wąską ścieżką przez ogródek"

<https://www.youtube.com/watch?v=TFh2hW0KEmc>



ZABAWY RUCHOWE Z POKAZYWANIEM:

Ręce do machania (*machamy rękami*)

nogi do skakania (*tupimy*)

palce do liczenia (*pokazujemy palce*)

a zęby do mycia (*szeroko się uśmiechamy*)



Głowa do kiwania (*kiwamy głową na tak lub nie*)
uszy do słuchania (*nadstawianie uszu*)
oczy do mrugania (*mrugamy powiekami*)
usta do śpiewania (*śpiewamy NANANA*)

Bierzemy muchy w paluchy
(*szczypiemy powietrze przed sobą*)
Robimy z muchy racuchy
(*klepiemy naprzem iennie w dłonie*)
Kładziemy muchy na blachy
(*otwartymi dłońmi klepiemy w kolana*)
radochy mamy po pachy
(*wkładamy dłonie pod pachy i machamy rękami*)



A na zakończenie kolejna lekcja tańca dla dzieci:
<https://www.youtube.com/watch?v=AsCTRrcz0xE>

