

## ZABAWY MUZYCZNO - RUCHOWE:

- Zabawa muzyczna przy piosence pt.: „Płyną po wodzie statki”. Swobodnie ruszamy się/tańczymy przy piosence.
- Zabawa orientacyjno-porządkowa: *Samochody*.  
Dziecko biega w różnych kierunkach, naśladowując rękami poruszanie kierownicą. Wydając odgłosy poruszającego się samochodu: *brr, brr.* lub *brum, brum*. Na sygnał rodzica (kłaśnięcie w dłonie) – zatrzymują się i trąbią: *pi, pi, pi*. Dwa kłaśnięcia są sygnałem do ponownego ruchu.
- Ćwiczenie dużych grup mięśniowych: *Trawa i chmury*.  
Na hasło *Trawa* dziecko przykuca; na hasło *Chmury* dziecko staje na palcach, wyciąga ręce w górę i porusza nimi w prawo i w lewo – naśladowując chmury płynące po niebie.
- Ćwiczenie tułowia – skręty: *Śledzimy lot samolotu*.  
Dziecko siedzi skrzyżnie. Jedną rękę ma na kolanie, a z drugiej tworzy daszek nad oczami. Wykonuje skręt tułowia i głowy uniesionej do góry w jedną, a następnie w drugą stronę – *obserwuje lot samolotu*.
- Ćwiczenie równowagi: *Rysujemy koła*.  
Dziecko w staniu na jednej nodze rysuje stopą w powietrzu małe i duże koła. Ćwiczenie należy wykonać raz prawą, raz lewą nogą.
- Zabawa uspokajająca: *Tankowanie*.  
Czas zatankować nasze samochody. Dziecko siada w siadzie skrzyżnym, plecy są proste, a ręce złożone. Przy wdechu i wydechu dziecko wykonuje ruch tułowia i rąk przypominający poruszanie się węża. Samochody zatankowane, zadanie wykonane znakomicie.
- Śpiewanie piosenki pt.: „Ocean nam niestraszny”  
<https://www.youtube.com/watch?v=F5xtCa4MPjk>