

Klasa 1 a wych. Fizyczne tydzień 3

Zestaw ćwiczeń do porannej gimnastyki



Wyliczanki – do wspólnej zabawy

Ptaszki mają dziób, dziób, dziób

Kłapiemy dzióbkiem uformowanym z dłoni.

Słonie tupią tup, tup ,tup

Tupiemy

Zając skacze kic,kic,kic

Skaczemy

A myszka nie mówi nic.

Głowa, ramiona, kolana, pięty

Nos do góry, brzuch wciągnięty

Przysiad, wyskok, obrót w koło

Już każdemu jest wesoło

Rysujemy uśmiech dwoma palcami.

Muchy

Bierzemy muchy w paluchy
(udajemy, że coś chwytamy palcami)
Robimy z muchy placuchy
(klepiemy wewnętrznymi stronami dłoni o siebie)
Kładziemy muchy na blachy
(rozkładamy dłonie i o coś klepiemy np. blat stołu)
I mamy radochy po pachy.

Zobacz film o odżywianiu

<https://www.youtube.com/watch?v=IP6N9yRnWI8>

Rozrywki umysłowe

OBRAZKOWE REBUSY



Rozwiąż rebusy. Rozwiązania możesz przesłać na adres: beatakajdy@interia.pl