# Gry i zabawy ruchowe – 03.04.2020

1. **Wesołe podskoki –** zabawa ruchowa

Dziecko skacze po dywanie jak zajączek (podpierając się także dłońmi). Za każdym razem, gdy rodzic powie „stop”, dziecko zatrzymuje się i patrzy na prezentowaną fotografię. Realizuje swoim cia­łem to, co zwierzę na niej przedstawione: staje słupka, kładzie się na brzuchu, siada na piętach, kładzie się z podwiniętymi nogami.



1. ,,**Poruszam się i prostuję”**

Dziecko porusza się do dowolnej muzyki (np. ulubionej piosenki dziecka) różnymi sposobami wskazanymi przez rodzica, np. podskakuje, obraca się, biega, maszeruje Kiedy muzyka cichnie, wszyscy siada na dywanie w siadzie skrzyżnym z wyprostowanymi plecami

1. **Ptaki”**

 Dziecko biega po pokoju w rytmie wyklaskiwanym przez rodzica naśladując lot ptaków. Podczas kolejnych przerw w klaskaniu naśladuje głosy zwierząt: kukułki (kuku, kuku), sowy (uchu, uchu) i dzięcioła (stuk-puk)

1. **„Mama i dzieci”**

 Dziecko naśladuje rodzica, który przedstawia ruchy i odgłosy zwierząt podczas opowiadania:

*- Ja jestem mamą, a ty moim dzieckiem. – Jestem mamą żabką, wołam swoje dziecko: kum, kum, kum* – dziecko podskakuje i odpowiada kum, kum, kum).

*– Jestem mamą pszczołą i wołam swoje dziecko: bzzz –* dziecko biega i macha dłońmi i odpowiada bzzz.

 *– Jestem mamą bocianicą i wołam swoje dziecko: kle, kle, kle* – dziecko chodzi z wysoko podniesionym kolanami i odpowiada: kle, kle, kle.

*– Jestem mamą myszką i wołam swoje dziecko: pi pi pi* – dziecko czworakuje i odpowiada: pi pi pi.

 *– Jestem mamą dziecka i wołam swoje dziecko: gdzie jesteś? – a ty jesteś tu: a kuku!* (gonitwa – dziecko ucieka, a rodzic biegnie za nim, gdy dotknie dziecko mówi: a kuku!).

1. **Opowieść ruchowa „Mały zajączek”**

Rodzic czyta rymowankę i pokazuje odpowiednie gesty, dziecko powtarza ruchy rodzica

**Mały zajączek** (dziecko przykuca, przykłada dłonie do głowy- robi uszy zajączka) **skakał po łące i zastanawiał się jaką ,świąteczną niespodziankę przygotować dla swoich przyjaciół** (dziecko skacze w przysiadzie w różnych kierunkach). **Postanowił zrobić dla nich pisanki** (dziecko naśladuje malowanie pisanek). **Kiedy były już gotowe, delikatnie poukładał je w wózku.**( dziecko naśladuje przenoszenie pisanek w obu dłoniach z jednego miejsca na drugie). **Powoli ciągnął wózek, aby rozwieść pisanki do swoich kolegów** (dziecko naśladuje ciągnięcie ciężkiego wózka za sznurek). **Wózek był ciężki. Zajączek co pewien czas zatrzymywał się, ocierał pot z czoła** (dziecko ociera pot z czoła raz jedna ręką raz drugą**) oraz przeciągał się, aby rozprostować plecy i ręce** (dziecko przeciąga się). **Był już bardzo blisko domu kogucika, kiedy nagle potknął się i przewrócił** (dziecko naśladuje potknięcie i przewrócenie się). **Wózek z pisankami przechylił się na bok, a pisanki poturlały się po trawie** (dziecko turla się po dywanie w różnych kierunkach**). Skorupki pisanek zaczęły pękać. Wykluły się z nich kurczątka** (dziecko naśladuje wykluwanie się kurczątka z jajka). **Zajączek przestraszył się i zaczął uciekać** (dziecko skacze w przysiadzie**), a kurczątka machając swymi malutkimi skrzydełkami, pobiegły za nim** (dziecko biegnie machając ugiętymi w łokciach rękami). **Kurczątka były jednak malutkie, dlatego szybko się zmęczyły . Przykucnęły więc na trawie** (dziecko przykuca), **aby odpocząć. Tymczasem zajączek opowiadał przyjaciołom o swojej przygodzie, a oni się z niego głośno śmiali** (dziecko naśladuje śmiech). **Myślę, że o zajączku nie można powiedzieć , że był bardzo odważny , bo przecież przestraszył się małych kurczątek**.

Po zabawie dziecko może wymyślić zakończenie historii, podać swoje propozycje, co mogło się stać z kurczątkami.

1. **,,Serwetki”**

W czasie trwania ulubionej piosenki dziecko tańczy delikatnie, trzymając w ręku jeden koniec papierowej serwetki lub chusteczki higienicznej. Kiedy muzyka cichnie, dziecko dmucha na serwetki tak, aby unosiła się do góry – raz mocno, raz lekko (wdech nosem, wydech ustami)