

1. Zabawa muzyczna

https://www.youtube.com/watch?v=x9F1oqntz_o

2. Odtwarzanie przez dzieci treści opowieści ruchowej.

Jak co dzień rano gdy budzik dzwoni drrrr... każdy przedszkolak jest już wyspany. Otwiera oczy, podnosi głowę, już jest gotowy by wstać (dzieci wstają). Po takiej nocy dobrze przespanej mocno się przeciągamy. Raz w jedną stronę, raz w drugą stronę. I teraz na pewno już się obudziliśmy! Więc co teraz robić? Przedszkolak wie! Najpierw się umyć musimy! Więc do łazienki ładnie pójdziemy, a tam umyjemy ręczki, buzię, szyję... no i zęby też przedszkolak myje. Więc bierzemy szczoteczki i pastę. Okręcamy pastę, wyciskamy na szczoteczkę i szorujemy.... Hmmmm chyba już jesteśmy czyściutcy. Więc zapraszam na śniadanie. Siadamy do stołu, jemy kanapeczki, pijemy herbatkę. Ale co to, za gorące, więc dmuchamy by ostudzić ją troszkę. Śniadanko zjedzone?! Oczywiście. Więc pora do przedszkola się wybrać. Ubieramy spodnie. Najpierw na jedną nogę, potem na drugą nogę, szybko też skarpetki włożę! Teraz bluzkę nakładamy najpierw przez głowę, i dwie ręczki wkładamy. No już prawie gotowi jesteśmy! Teraz tylko buty nakładamy na jedną nogę i na drugą też! Kurtkę nakładamy, szalika na szyję, czapkę na głowę, rękawiczki na ręce i gotowe! Bierzemy mamę za rękę i ruszamy w drogę! Najpierw powoli spacerkiem, teraz przyśpieszamy bo już czas nas goni, teraz biegiem ruszamy do drzwi przedszkolnych. STOP! Jesteśmy na miejscu, więc do szatni wchodzimy i się rozbieramy. Ściągamy czapkę, szalik, rękawiczki, kurtkę buty. Zakładamy kapcie na jedną nogę na drugą też. Na pożegnanie mamie machamy, najpierw jedną rączką, teraz drugą i buziaka posyłamy... I do sali w poskokach wesołych ruszamy. A tam pani do kółeczka z uśmiechem nas woła, włącza muzykę i do zabawy woła...

Gimnastyka dobra sprawa

dla nas wszystkich to zabawa

Skok do przodu, w górę skok

Głowa, ramiona, kolana, pięty

Kolana, pięty x2

Głowa, ramiona, kolana, pięty

Kolana, pięty

Oczy, uszy, usta, nos!

Jednak zabaw jest już koniec, wszyscy się zmęczyli... więc gdy mamę zobaczyli, poszli z nią do domu. A tam pora już na spanie wszyscy już ziewają. Pora do łóżeczek się położyć i zasnąć.

3. Samodzielne rysowanie szlaczków.

VLNKY

Na rozbouřeném moři pluje loď. Vlnky šplouchají až na palubu. Obtáhni je.



