

Witam Was w ten wtorkowy, majowy dzień 😊

Jak to we wtorek bywa, czas na porcję zabaw ruchowych 😊

Założcie wygodne stroje i zapraszam do zabawy 😊

### **1. Taniec „Hop siup dana dana”**

Na rozgrzewkę taniec „hop siup dana dana”

Poniżej zamieszczam tekst oraz link do piosenki.

Wykonujcie, to o czym śpiewają w piosence.

<https://www.youtube.com/watch?v=xqG4XbbmMUg>

*TRZYMAMY SIĘ ZA RĄCZKI KRĘCIMY SIĘ JAK BĄCZKI 2X  
HOP SIUP DANA DANA TERAZ BĘDZIE ZMIANA 2X  
TRZYMAMY SIĘ POD BOCZKI ROBIMY DUŻE KROCZKI 2X  
HOP SIUP DANA DANA TERAZ BĘDZIE ZMIANA 2X  
TRZYMAMY SIĘ ZA RĄCZKI SKACZEMY JAK ZAJĄCZKI  
HOP SIUP DANA DANA TERAZ BĘDZIE ZMIANA 2X  
TRZYMAMY SIĘ ZA BRZUSZKI TAŃCZYMY JAK KACZUSZKI  
HOP SIUP DANA DANA TERAZ BĘDZIE ZMIANA 2X  
TUPIEMY BUCIKAMI KRĘCIMY BIODERKAM*

### **2. Gra planszowa ruchowo – bajkowa**

Poniżej zamieszczam grę planszową do wydrukowania i własnego pokolorowania.

Potrzebujecie do tej gry kostkę do gry oraz pionki.

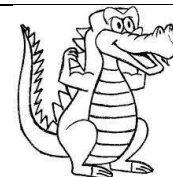
Zamieszczam również instrukcję do tej gry.

## INSTRUKCJA DO GRY 😊

1. Ozdóbcie grę według własnego pomysłu.
2. Przygotujcie pionki i kostkę.
3. Możecie po wydrukowaniu nakleić na jakąś tekturę, żeby gra się szybko nie zniszczyła.
4. Poruszajcie się po tyłu polach, po ilu pokaże Wam kostka do gry.
5. Wykonujcie polecenia według instrukcji, jeżeli Wasz pionek zatrzyma się na odpowiednio oznakowanym polu.
6. Wygrywa osoba, która pierwsza dotrze na pole z napisem META.



Jak wicie Pinokio przypominał pajacyka, który był wykonany z drewna. Wykonajcie zatem 10 pajacyków.



W książkach często występują smoki, które porywają księżniczki. Może też pamiętacie legendę o Smoku Wawelskim? Zamień się teraz w takiego groźnego smoka. Zrób 5 kótek wokół gry jako ciężki i groźny smok.



Wilk to kolejna książkowa postać, która na pewno znacie. Zapewne pamiętacie bajkę o czerwonym Kapturku? Wilk nie był dobrą postacią w tej bajce, dlatego musisz wrócić na pole START.



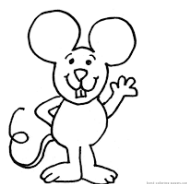
Księżniczki często w książkach ratowane są przez dzielnych rycerzy, którzy walczą ze smokami i pilnują bezpieczeństwa. Stając na polu z rycerzem stań na baczność jak dzielny rycerz i zaczekaj 1 kolejkę.



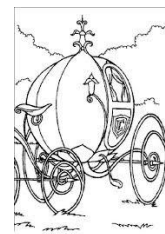
Hmmm, z jaką książką kojarzy Wam się taki pantofelek?  
Czyżby to był Kopciuszek. Dziewczyna zgubiła pantofelek na schodach. Książę musiał się po niego schylić. Żeby znaleźć Kopciuszka wielu dziewczętom przymierzano go na nóżkę.  
Wykonaj zatem 7 skłonów, tak jakbyś chciał założyć pantofelek.



Zaczarowane jabłko? Pamiętacie bajkę o Królowie Śnieżce, która ugryzła kawałek i zasnęła?  
Jak wiecie, jabłka rosną na drzewie – jabłoni. Wykonajcie więc 10 poskoków, takich żeby sięgnąć po jabłko.



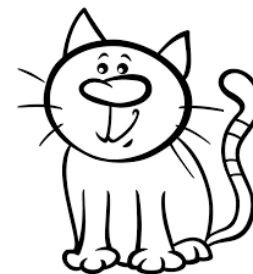
W wielu książkach można spotkać bohaterów, którzy grani są przez zwierzęta. Dlatego teraz wspinaj się na palce i po cichutku na palcach zrób 5 kótek wokół gry.



Kareta zrobiona przez wróżkę z dynii zawiozła Kopciuszka szybko na bal i pozwoliła tańczyć z księciem. Stając na tym polu przesuwasz się o dwa pola do przodu.



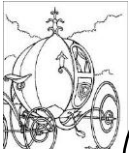
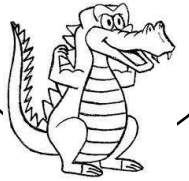
Wróżka – Dzwoneczek z bajki o Piotrusiu Panu. Była bardzo mała, ale bardzo pomocna. Zamień się w dobrą wróżkę i lataj jak dzwoneczek wokół gry. Wykonaj tak 6 kótek.



W książkach poza bajkami, możemy znaleźć też wiersze. Na pewno każdy z Was zna wiersz Juliana Tuwima pt.: Kotek. Zamieńcie się teraz w kotki, które chodzą na czworakach. Chodźcie kotki tak dookoła planszy 4 razy.

Udanej zabawy!:)

START



META



### 3. Bajka relaksacyjna „Mój książkowy zamek”

Wyobraź sobie, że możesz za pomocą zaklętego zaklęcia przedostać się do książki.... Uwaga...

„Hokus – pokus, czary – mary jesteś w książce mój kochany!”

Dawno, dawno temu było sobie pewne nasionko, które było bardzo, bardzo małe.

Stopniowo pod wpływem słońca i deszczu nasionko wzrastało.

Wyobraź sobie, że jesteś tym nasionkiem. Rośnij razem z nasionkiem. Pierw bądź malutki i stopniowo rośnij, wspinaj się coraz wyżej i wyżej.

Jest piękny słoneczny dzień, z nasionka wyrósł piękny kolorowy kwiat, który właśnie zaczyna się otwierać. W środku kwiat nie jest pusty. Znajduje się w nim dziewczynka/chłopczyk. To Ty.

Rozglądasz się dookoła. Najpierw spoglądasz w prawo, później w lewo. Patrzysz przed siebie. Odwracasz się i spoglądasz, co znajduje się z drugiej strony. Widzisz czystą wodę, widzisz kolorową majową łąkę. W oddali widzisz mnóstwo drzew. Za drzewami widzisz ogromny zamek.

Postanawiasz zobaczyć co się w nim znajduje. Zeskakujesz z kwiatka i maszerujesz w jego stronę.....

Przechodzisz obok jeziora. Wskakujesz do niego i postanawiasz chwilę popływać. Kładziesz się na plecach i czujesz jak fale Cię unoszą w górę i w dół. Leżąc na plecach machasz rękami i przepływasz na drugą stronę jeziora.

Wychodzisz z wody i podskakujesz wesoło, żeby szybko wyschnąć, bo do zamku już coraz bliżej.

Skaczesz przez wysoką trawę rosnącą na łące. Zbierasz kwiaty..... Próbujesz złapać latające nad Twoją głową motyle.....  
Kładziesz się na brzuchu, machasz nogami i oglądasz pracujące na ziemi mrówki.....

Jednak przypominasz sobie, że już niedaleko czeka zamek. Wstajesz i skradasz się powoli przez łąkę, żeby nie zniszczyć kwiatków tam rosnących.

Idziesz i idziesz.... łąka jest bardzo duża.

Widzisz drzewa, stoisz przed lasem. Wchodzisz do niego..... Słyszysz śpiew ptaków..... Próbujesz fruwać jak one..... Na jednym drzewie dostrzegasz skaczącą wiewiórkę. Wspinasz się na to drzewo, żeby zobaczyć ją z bliska. Wiewiórka jednak przeskoczyła na kolejne drzewo. Schodzisz z drzewa i słuchając śpiewu ptaków..... Idzie prosto przed siebie..... Do zamku pozostało już tylko kilka dużych kroków..... Nagle zatrzymujesz się. Przyglądasz się zamkowi..... i widzisz, że to Twój dom, w którym czeka Twoja Rodzina. Idziesz małymi kroczkami do drzwi..... Zaglądasz do środka..... Jest to piękne miejsce. W nim jest miłość, uśmiech i szczęście. W nim jest bezpiecznie. Pamiętaj, że zawsze możesz przenieść się do książki, sięgając po nią na półkę i czytając ją. Dzięki niej możesz przenieść się w różne światy. Twoja wyobraźnia Ci w tym pomoże.

Życzę Wam Kochane Dzieci i Drodzy Rodzice wielu wspaniałych chwil we wspólnym rodzinnym gronie. Życzę Wam również wielu wspaniałych chwil podczas czytania książek, bo dzięki temu możemy się przenieść w piękny świat 🌍