



### Zabawa relaksacyjna "Wiosenny spacer"



Klasa ustawiona w rozsypane. Nauczycielka zapowiada, że za chwilę wyruszymy na wiosenny spacer. Dzieci będą słuchały opowiadania nauczycielki i poruszały się zgodnie z jej opowiadaniem:

- idziemy bardzo wesoło, dziarsko poruszamy ugiętymi w łokciach rękami, uśmiechamy się szeroko, bo słońce świeci jasno, a wietrzyk lekko powiewa;
- teraz trochę zmęczyliśmy się, idziemy dużo wolniej, kroki stają się dłuższe, ale i wolniejsze, nasze nogi są ciężkie;
- nabieramy sił, nasze kroki stają się spokojne i rytmiczne, rozglądamy się dokoła w poszukiwaniu wiosennych kwiatów;
- zatrzymujemy się, podnosimy głowę do góry, bo chcemy zobaczyć jak ptaki zakładają swoje gniazda;
- teraz biegniemy wysoko unosząc kolana, bo chcemy dogonić uciekającego przed nami motylka;
- idziemy tak, jak lubimy najbardziej chodzić kiedy jesteśmy wypoczęci i spokojni.

Zatrzymujemy się i siadamy na dywanie, jak na zielonej polance. Słuchamy śpiewających ptaków.

Podstawa programowa	<i>Dokument „Podstawa programowa edukacji wczesnoszkolnej w zakresie edukacji społecznej: 5.2)Współpracuje z innymi w zabawie, w nauce szkolnej i w sytuacjach życiowych; przestrzega reguł obowiązujących w społeczności dziecięcej oraz świecie dorosłych, grzecznie zwraca się do innych w szkole, w domu i na ulicy.</i>
Opis zawartości zasobu	Zabawa zawiera instrukcję nauczyciela skierowaną do dzieci. Wpływa relaksująco na grupę.
Autorzy	Beata Małecka-Perszko