

## 1. Poranna rozgrzewka

[Wstawajcie! Poranna Pobudka z Gefi! - Ćwiczenia dla Dzieci! - YouTube](https://www.youtube.com/watch?v=oUFKW4OjhiM)

<https://www.youtube.com/watch?v=oUFKW4OjhiM>

## 2. "Karnawałowa orkiestra" - ćw. artykulacyjne.

Na każdym balu karnawałowym z prawdziwego zdarzenia orkiestra gra na żywo. Wy będziecie teraz tworzyć orkiestrę:

- najpierw będą grały trąbki (tra, ta, ta; tru, tu, tu; tre, te, te)
- następnie grają dzwonki (dzyń, dzyń, dzyń)
- teraz gracie na dużym bębnie (powoli: bda, bdo, bde, bdu, bdy)
- na małych bębenkach (szybko: te, te, te; ty, ty, ty)
- a na końcu do orkiestry dołączy wokalista ze swoją pieśnią (poruszamy jedynie językiem, broda jest nieruchoma: la, la, la; lo, lo, lo; le, le, le; lu, lu, lu; ly, ly, ly).

3. „Po nitce do kłębka” – ułóż na podłodze linę (sznurek, grubą włóczkę, związane sznurowadła itp.). Poproś, aby dziecko przeszło po linie stopa za stopą. Dla młodszych dzieci można przygotować ścieżkę z taśmy malarskiej (nie suwa się po podłodze i łatwo ją usunąć). Dzięki zabawie dziecko będzie ćwiczyło sprawność, koordynację ruchową i równowagę.

## 4. Opowiadanie o balu karnawałowym

Był styczeń. Wielkimi krokami zbliżał się karnawał. W szkole bal karnawałowy miał odbyć się już za tydzień i dlatego wszyscy uczniowie klas I-III z zapałem przygotowywali sobie najróżniejsze, kolorowe stroje. Dziewczynki chwaliły się czekającymi już w szafach strojami księżniczek, wrózek czy motylek, a chłopcy piratów, szeryfów lub kowbojów. Tylko mała Zosia nie miała jeszcze stroju. Na jej pierwszy bal w szkole chciałaby się ubrać jakoś wyjątkowo. Niestety, nic nie przychodziło jej do głowy. Z tego powodu była bardzo smutna. Jednak w ostatnią sobotę przed balem wpadła na pomysł, by poprosić o pomoc swoją najlepszą koleżankę Emilkę. Ubrała się ciepło i za zgodą rodziców udała się różnym krokiem do domu Emilki. Emilka mieszkała niedaleko, dlatego mogły często się odwiedzać. Jej dom- dwupiętrowy "bliźniak" z małym, ale zadbanym ogródkiem mieścił się po drugiej stronie wąskiej i nieruchliwej ulicy osiedlowej. Śnieg sypał mocno zasypując domy, bloki, ogródki i ulice osiedla, na którym mieszkała Zosia. Po drodze zrobiła jeszcze orła na śniegu i porzucała się śnieżkami z chłopcem z sąsiedztwa Jackiem i gdy dotarła do domu koleżanki była mocno zziębnięta i przemoczona. Otworzyła jej mama Emilki i widząc jej stan, nie pytając zaprosiła do środka i podała gorącej herbaty. Na pytanie Zosi, w co ubierze się na bal, Emilka założyła swój strój i zaprezentowała się koleżance. Rozczarowana Zosia stwierdziła, że strój ten należy do księżniczki.

Musiła jednak przyznać, że Emilka ze swoimi złotymi lokami w różowej sukni i diademem na głowie wyglądała rzeczywiście jak prawdziwa, bajkowa postać. Gdy Zosia poprosiła Emilkę, żeby poradziła jej, w co ma się ubrać na bal, ta zaproponowała, aby przymierzyła jej strój. W przebraniu księżniczki Zosia nie wyglądała jednak tak pięknie jak Emilka. Różowy materiał zwisał żałośnie z jej chudych, drobnych ramion, a ciemne włosy zupełnie nie pasowały do tej balowej kreacji. Podziękowała, po czym założyła swoje ubranie, pożegnała się i wyszła. Szła powoli zrezygnowana utraciwszy wszelką nadzieję. Gdy była już pod swoim blokiem zauważyła, że jej sąsiadka pani Helena z trudem dźwiga ciężkie siatki z zakupami. Wiedziała, że starsza pani jest samotną osobą i ma problemy z sercem. Ku wielkiej radości sąsiadki Zosia wniosła siatki aż pod same drzwi. Wdzięczna pani Helena zaprosiła Zosię na herbatę i ciastka. Dziewczynka z chęcią przyjęła zaproszenie, ponieważ była już bardzo głodna. Usiadła sobie wygodnie w miękkim fotelu i z uśmiechem na twarzy zaczęła głaskać burego kota pani Heleny Lucyfera, który wskoczył na jej kolana i rozciągając się wygodnie zaczął głośno mruczeć. Zosia lubiła koty. Były takie miłe i tajemnicze. Często mówiona jej, że jest do nich podobna. W zamyśleniu głaskała mięką i jedwabistą sierść Lucyfera patrząc przy tym w jego zielone, mądre oczy. Nagle doznała olśnienia. Już wie, za kogo przebierze się na bal! Za kota! To będzie idealne przebranie. Zadowolona z odkrycia podrapała kota za uchem i wypiła łyk ciepłej herbaty.