



## Ćwiczenia śródlekcyjne

Kółka małe, kółka duże.  
Rączki z przodu, rączki w górze.  
Rączka w prawo, rączka w lewo.  
Tak szumiało w lesie drzewo.

Głowa, ramiona, kolana, kostki.  
Kolana kostki,  
kolana kostki, kolana kostki.  
Oczy, uszy, buzia, nos.

Prawa łapka, lewa łapka,  
Ja jestem niedźwiadek.  
Prawa nóżka, lewa nóżka,  
a to jest mój zadek.  
Lubię miodzik, pyszny miodzik,  
podkradam go pszczołkom.  
Prawą łapką, lewą łapką  
i pociągam rurką.

Ruchy głową: tak, tak, tak lub nie, nie, nie.  
sól jest słodka,  
lód jest zimny,  
gorąca woda paruje,  
piesek miauczy,  
latem pada śnieg.

Ręce do góry, nóżki prościutkie,  
tak ładnie ćwiczą dzieci malutkie.  
Teraz na ramię w dół opuszczamy  
i kilka razy tak powtarzamy.

Teraz się każdy robi malutki,  
to proszę państwa są krasnoludki.  
Następnie na jednej nodze stajemy,  
bo jak bociany chodzić umiemy.

W górę, wysoko piłeczki skaczą,  
takie piłeczki – chyba coś znaczą?  
Powoli powietrze noskiem wdychamy  
i delikatnie ustami wypuszczamy