

Opowieść muzyczno-ruchowa **"Zimowy spacer"**.

Kochani! W tym tygodniu proponujemy nieco inne zadanie muzyczne.

Mianowicie włączcie sobie podkład muzyczny i wyobraźcie sobie....., że jesteśmy na dworze.

Jest piękny słoneczny, zimowy dzień.

Oddychamy głęboko, chłodnym powietrzem.

Powoli wdychamy powietrze nosem i powoli wydychamy powietrze ustami.

Jeszcze raz wdech i wydech....,

wdech...., wydech....,

wdech..., wydech.....,

W powietrzu wirują płatki śniegu.

Wirują powolutku aż do chwili kiedy opadną na ziemię.

Wyobraźcie sobie, że łapiecie 1 płatek śniegu.

Po chwili zdmuchujemy go z rękawiczki.

Wiatr delikatnie porusza gałęziami drzew.

Teraz my jesteśmy delikatnymi płatkami śniegu, wirujemy powoli, tańczymy do delikatnych powiewów wiatru, swobodnie opadamy do ziemi, aby za chwilę znów wzbić się w górę, wirujemy dookoła, płyniemy na wietrze raz w prawo, za chwilę w lewo, by po chwili być już na ziemi....

Mamy nadzieję, że "zimowy spacer" sprawił wam przyjemność. Jesteśmy bardzo ciekawi waszych opowieści ruchowych. Na pewno po powrocie do ŚDS-u wspólnie wybierzemy się na muzyczno – ruchowy "zimowy spacer".