

4. Gimnastyka języka

Dzieci naśladową dźwięki adekwatnie do tekstu odtwarzanej piosenki i wykonują następujące ruchy:

- ① prezentują swoje zaciśnięte zęby;
- ② wysuwają język, jak najdalej potrafią;
- ③ kierują język ku lewemu, a następnie ku prawemu kącikowi ust;
- ④ wysuwają język i poruszają nim w górę i w dół;
- ⑤ cofają język, a następnie ponownie go wysuwają;
- ⑥ głośno mówią: *aaa!*, szeroko otwierając przy tym usta.

Pokaż teraz wszystkie zęby. ①

Jak najdalej wysuń język. ②

Język w lewo, język w prawo, ③

teraz nim pomachaj żwawo. ④

Schowaj i wysuń go raz-dwa. ⑤

A na końcu powiedz: *Aaa!* ⑥

2. Gimnastyka

Dzieci – w ustawieniu kołowym lub swobodnym – wykonują wskazane ćwiczenia do rytmu piosenki śpiewanej w coraz szybszym tempie. Kolejno: klaszczą, tupią, podskakują i kucają.

Zaklaszczemy, zatupiemy,
podskoczemy, przykucniemy,
teraz wszystko powtórzmy,
tylko nieco przyspieszymy! /4x

Zaklaszczemy, zatupiemy,
podskoczemy, przykucniemy,
teraz szybko usiądziemy
i przez chwilę odpoczniemy.

16. Zabawa rąk

- Dzieci – ustawione w półkolu – wykonują ruchy zgodnie z treścią piosenki śpiewanej w coraz szybszym tempie.

Teraz będzie rąk zabawa:

w górę lewa,
w górę prawa,
na dół prawa,
na dół lewa.

Teraz szybciej to zaśpiewam!

*W ostatnim powtórzeniu
końcówka piosenki ulega zmianie:*

Lecz ja dłużej już nie śpiewam!

- Dzieci w ustawieniu kołowym (jeżeli można zachować odpowiedni odstęp między uczestnikami zabawy) lub swobodnym wykonują ruchy adekwatnie do tekstu wierszyka:

Prawą nogę przesun w prawo,
lewą nogę przesun w lewo,
obie ręce podnieś w górę
i już szumi wielkie drzewo!
Szz! Szz!

Prawą rękę skieruj w prawo,
lewą rękę skieruj w lewo,
w górę i w dół nimi ruszaj
i już jesteś piękną mewą!
Skwir! Skwir!

15. Czekolada

Każde dziecko znajduje w sali swobodne miejsce. Kładzie się na plecach, przyjmuje taką pozycję, by było mu jak najwygodniej. Zamyka oczy, swobodnie oddycha – robi to coraz wolniej, wyobrażając sobie, że jest czekoladą, która się topi i rozptywa.

Czekolada się na plaży położyła,
wszystkie kostki na słońeczko wystawiła.
Oddychała spokojnie, oczy zamknęła
i płynęła, i płynęła, i płynęła,
i płynęła,
i płynęła,
i płynęła... /2x
Aż powolutku się cała rozptynęła,
rozptynęła, rozptynęła...

Źródło:

Muzyczno-ruchowe zabawy grupowe. Propozycje integrujące grupę i rozwijające sprawność motoryczną, A. Kornacka

Porusz język porusz ciało. Zabawy z piosenkami rozwijające artykulację i sprawność motoryczną A. Kornacka

Orientuj się! Zabawy z piosenkami rozwijające orientację w schemacie ciała i w przestrzeni, A. Kornacka