**Ćwiczenia poranne – zestaw XXVIII.**

1. Improwizacja ruchowa przy muzyce (potrzebne będzie nagranie dynamicznej melodii).

Dzieci, wsłuchując się w rytm muzyki i wczuwając się w jej nastrój, wymyślają dowolne ruchy i figury taneczne.

2. Zabawa Dotykamy się stopami, kolanami, głowami.

Dzieci stają w parach naprzeciwko siebie z rodzicem, opiekunem lub rodzeństwem, trzymając się za ręce. Rodzic podaje polecenia, a dzieci wykonują zadania.

− Dotknijcie się stopami – dzieci podnoszą przeciwległe nogi do góry, na zmianę, prawą i lewą, i starają się dotknąć stopy partnera.

− Dotknijcie się kolanami – podnoszą kolana przeciwległych nóg do góry, na zmianę, prawe i lewe, i zbliżają do kolan partnera.

− Dotknijcie się głowami – wykonują skłon głowy w przód i ostrożnie zbliżają głowy do siebie.

3. Zabawa Wielkoludy i krasnale. Dzieci maszerują po całym pokoju. Na hasło: Maszerują wielkoludy, poruszają się na palcach, ramiona trzymają wyprostowane w górze. Na hasło: Maszerują krasnale – uginają nogi w kolanach, wykonują lekki skłon tułowia i głowy w przód, ramiona trzymają luźno opuszczone i poruszają się małymi krokami.

4. Marsz dookoła pokoju przy wersji instrumentalnej wybranej piosenki.