Rewalidacja 17.04.2020

Witam was dziś proponuję wam troszkę relaksu tutaj jest niżej link do muzyki słuchaj ją sobie i zrób kilka ćwiczeń.

1 Stań prosto

2 Zamknij oczy

3 Powoli unieś prawą rękę

4 Powoli unieś lewą rękę

 5 Wyciągnij wysoko ręce

6 Opuszczaj powoli prawą rękę

7 Opuszczaj powoli lewą rękę

8 stój oddychaj przez nos i pomyśl że jesteś w lesie

Opowiedz mamie jak jest w lesie jakie zwierzęta leśne pamiętasz a może zapomniałeś

Jak nie to super a jak tak przypomnij sobie .

Narysuj jakieś leśne zwierzątko albo las wiosną pamiętaj o kolorach teraz jest wiosna .

<https://www.youtube.com/watch?v=RjTPKlKPM3Y>

Przy tej muzyce spróbujcie odgadnąć zagadki -----Uda się na 100%

Z ostrych kłów to zwierzę słynie.

Przyjaźń z nim niepewna.

Ona locha on odyniec.

Świnka to ich krewna

Rude, małe siostrzyczki ciągną w lesie patyczki,

z których kopczyk powstanie,

ciepłe, wspólne mieszkanie.

Jak się zwie to ich siedlisko?

Na pewno ...

On późną jesienią, obrośnięty w tłuszczyk,

idzie przespać zimę gdzieś w tatrzańskiej puszczy.

Na parkowych ścieżkach wyprasza orzeszka,

a kiedy dostanie,

je go na śniadanie w dziupli,

w której mieszka.

Bielak albo szarak, jest krewnym królika.

Drapieżcy unika, bo zjadłby go zaraz.

Imię jego jest w polisie w kliszy, plisie, nie ma w pliku.

Jest też w listach i melisie.

On sam lubi być w kurniku.