**Zabawy ruchowe z pokazywaniem dla naszych Tygrysków**

Zabawy ruchowe z wykorzystaniem wierszyków to świetny pomysł na przyjemnie spędzony czas z maluchem. Pokazujemy dzieciom, że gimnastyka może być świetną zabawą, ćwiczymy pamięć, myślenie oraz koordynację wzrokową-ruchową. Dzieci poznają części ciała i zaczynają lepiej orientować się w schemacie swojego ciała. Wspieramy także rozwój mowy. Oto kilka wierszyków przy których można wykonywać zabawy.

1. **Rączki robią klap, klap, klap**

Rączki robią klap, klap, klap *(dzieci klaszczą w ręce)*

Nóżki robią tup, tup, tup *(dzieci tupią)*

Tutaj swoja główkę mam *(dzieci trzymają się za głowy)*

i na brzuszku bam bam bam *(dzieci klepią się po brzuszku)*

Buzia robi am, am am *(dzieci mówią am, am, am)*

Oczka patrzą tu i tam *(dzieci patrzą raz w jedna a raz w drugą stronę)*

tutaj swoje uszka mam *(dzieci pokazują uszy)*

i na nosku sobie gram *(dzieci udają, że grają na nosie jak na flecie)*

1. **Dziesięć palców mam**

Dziesięć palców mam – na pianinie gram (*dzieci udają, że grają na pianinie)*

i dwie rączki mam – na bębenku gram *(dzieci udają, że grają na bębęnku)*

Dziesięć palców mam i na trąbce gram *(dzieci pokazują 10 palców i grę na trąbce)*

i dwie ręce mam, więc zaklaszczę wam *(dzieci klaszczą)*

1. **Części ciała**

Głowa, ramiona, kolana, pięty

Głowa, ramiona, kolana, pięty

Kolana, pięty, kolana, pięty

Głowa, ramiona, kolana, pięty

Oczy, uszy, usta, nos.

*(dzieci po kolei wskazują części ciała wskazane w wierszu)*

1. **My jesteśmy krasnoludki**

My jesteśmy krasnoludki

My jesteśmy krasnoludki, hopsasa, hopsasa! *(dzieci podskakują)*

Pod grzybkami nasze budki, hopsasa, hopsasa*! (dzieci nad głową robią z rąk budki)*

Jemy mrówki, żabie łapki, oj tak tak, oj tak tak! (*dzieci pokazują jak jedzą)*

A na głowach krasne czapki, to nasz znak, to nasz znak! *(dzieci tworzą z rąk czapki)*

Gdy kto zbłądzi, to trąbimy – tru tu tu, tru tu tu*! (dzieci udają, że trąbią)*

A kto senny to uśpimy – lu lu lu, lu lu lu *(dzieci kładą złączone dłonie pod policzek i udają, że śpią)*

Gdy ktoś skrzywdzi krasnoludka – no no no, no no no! *(dzieci kiwają palcem wskazującym)*

To zapłacze niezabudka – ojojoj, ojojoj! *(dzieci udają, że płaczą)*

1. **Pada deszczyk**

Pada deszczyk, pada deszczyk *(dzieci palcami pokazują padający deszcz)*

wieje, wieje wiatr *(dzieci rączkami pokazują wiejący wiatr)*

Pada deszczyk, pada deszczyk *(dzieci palcami pokazują padający deszcz)*

wieje, wieje wiatr *(dzieci rączkami pokazują wiejący wiatr)*

Błyskawica, grzmot *(dzieci klaszczą, a potem tupią)*

błyskawica, grzmot *(dzieci klaszczą, a potem tupią)*

a nad nami kolorowa tęcza *(dzieci dłońmi pokazują nad głową tęcze)*

1. **Ręce do machania**

Ręce do machania *(dzieci machają rękami)*

nogi do skakania *(dzieci tupią)*

palce do liczenia *(dzieci pokazują palce)*

a zęby do mycia *(dzieci szeroko się uśmiechają)*

Głowa do kiwania *(dzieci kiwają głową na tak lub nie)*

uszy do słuchania *(dzieci nadstawiają uszy)*

oczy do mrugania *(dzieci mrugają powiekami)*

usta do śpiewania *(dzieci śpiewają NANANA)*

1. **Niedźwiadek**

Lewa łapka *(dzieci pokazują lewą dłoń)*

Prawa łapka *(dzieci pokazują prawą dłoń)*

Ja jestem niedźwiadek *(dzieci wskazują na siebie)*

Lewa nóżka *(dzieci podnoszą lewą nogę)*

Prawa nóżka *(dzieci podnoszą prawą nogę)*

A to jest mój zadek *(dzieci wypinają pupę i klepią się po niej)*

Lubię miodek, kocham miodek *(dzieci głaszczą się po brzuchu)*

Podbieram go pszczółkom *(dzieci w powietrzu zagarniają dłońmi)*

Lewą łapką *(dzieci pokazują lewą dłoń)*

Prawą łapką *(dzieci pokazują prawą dłoń)*

Albo ciągnę rurką *(dzieci udają, że piją przez słomkę)*

1. **Stonoga**

Idzie idzie stonoga, a tu … noga.

Idzie idzie malec, a tu … palec.

Idzie idzie koń, a tu … dłoń.

Idzie idzie krowa, a tu … głowa.

a na końcu leci kos, a tu … nos.

*(w miejscu kropek wymawiamy imię dziecka, które pokazuje daną część ciała, a pozostałe dzieci naśladują ruch)*

1. **Pokaż (imię..) wstawiamy imię dziecka**

Pokaż (…), gdzie masz oko, gdzie masz ucho, a gdzie nos.

Gdzie masz rękę, gdzie masz nogę , gdzie na głowie rośnie włos.

Daj mi rękę, tupnij nogą, kiwnij głową tak i nie.

Klaśnij w ręce, hoop, do góry razem zabawimy się !!

Daj mi rączkę, dam ci ja – zatańczymy raz i dwa

dookoła na paluszkach, leciuteńko tak jak muszka.

Teraz nóżką przytupniemy i rączkami zaklaszczemy,

jeszcze tylko skoki dwa, klaszczesz Ty i klaszczę ja.

1. **Burza**

Pada deszczyk, pada, pada (*uderzamy palcem o podłogę),*

coraz prędzej z nieba spada. *(przebieramy wszystkimi palcami).*

Jak z konewki woda leci *(uderzamy całymi dłońmi o podłogę),*

A tu błyskawica świeci… *(prostujemy się i klaszczemy w dłonie nad głową).*

Nagle grzmot !!! (*tupiemy stopami o podłogę).*

I od nowa HOP (*podskakujemy).*

1. **Śmieszne miny**

Rób dokładnie to, co ja:

Skacz do góry – hopsasa,

Dookoła obróć się,

Klaśnij głośno w dłonie swe.

Tupnij nogą – tup, tup, tup,

Śmieszną minę do mnie zrób

I swą buzię pokaż mi.

Teraz wchodzisz Ty!

***ŻYCZYMY UDANEJ ZABAWY !!!!***