

Ćwiczenia po przeczytaniu bajki

1. Złap balonika!

- Dorosły lub dziecko trzyma balonik.
- Inni próbują go „złapać”, skacząc, biegając, turlając się.
- Zmieniajcie się rolami!

2. Oddychające drzewa

- Stań prosto, rozłóż ręce jak gałęzie.
- Wdech – liście rosną.
- Wydech – liście tańczą.

3. Strząśnij zmartwienie

- Potrząsaj ramionami, nogami, głową, jakbyś chciał zrzucić smutek, nudę i zmęczenie.
- Na końcu podskocz i powiedz: **„Jestem lekki jak balonik!”**

4. Skaczące endorfiny

- Skacz w miejscu, klaszcz, kręć się w kółko, aż poczujesz ciepło i śmiech w środku.
- Zawołaj: **„Moje ciało robi magię!”**