

Grupa I

22.05.2020

## **Temat : MUZYCZNE OPOWIEŚCI**

Witajcie kochani dziś ostatni dzień wędrówki przez krainę uczuć i emocji. Mam nadzieję, że nauczyliście się jak można wyrażać swoje uczucia i, że nie ma nic strasznego w smutku, a ze strachem można sobie radzić i go oswajać.

Posłuchajcie proszę wierszyka i opowiedzcie swoim rodzicom z czego można się cieszyć i czerpać radość.

### **Aleksandra Wojtyła**

#### **Radość życia**

Życie pełne jest niespodzianek,  
nie wiemy, co przyniesie kolejny poranek.

Nieważne, jaka jest dzisiaj pogoda  
ani jak piękna Twoja uroda.

Ciesz się z każdego promyka słońka,  
szumu wiatru, pięknych kwiatów i śpiewu skowronka.

Wiosną z motylka, co usiadł na kwiatku,  
a zimą z białych, śniegowych płatków.

I chociaż czasem Ci idzie pod górkę,  
powieje wiaterek i przegoni tę chmurkę.

Znów uśmiech na Twojej buzi zagości,  
wróci dobry humor i znikną Twe złości.

Weźcie teraz proszę kartkę i kredki i narysujcie co dziś przyniosło wam radość, z czego można się cieszyć.

A teraz trochę poćwiczmy. Przygotujcie sobie płaską poduszeczkę i cieniutką torebkę foliową.

### **Zestaw ćwiczeń ruchowych.**

– „Woreczki uczuć” – weźcie sobie małą płaską poduszeczkę, połóżcie je na głowie i wyobraźcie sobie coś smutnego, idźcie z poduszeczkami. Następnie układajcie poduszeczkę między kolanami, wyobraźcie sobie coś bardzo przyjemnego, radosnego i w taki sposób skaczcie, by poduszeczkę nie wypadły. Następnie idźcie w podporze tyłem z poduszeczkę na brzuchach, wyobraźcie sobie coś strasznego i maszerujcie w podporze tak, by poduszeczkę nie wypadły.

„Taniec radości i zadumy” – kształtowanie umiejętności wyrażania emocji przez ruch i muzykę, usprawnianie umiejętności ruchowych poprzez taniec. Poproście rodziców o włączenie muzyki.

Usiądźcie na podłodze, wykonujcie odpowiednie ruchy rękoma. Weźcie teraz do rączki cienkie torebki foliowe i wyrażcie nastrój muzyczny. Tańczcie, reagujcie na muzykę zgodnie z własnymi odczuciami. Opiszcie nastrój muzyczny.

A teraz popatrzcie na obrazek przedstawiający twarze wyrażające różne emocje. Spróbujcie nazwać te emocje. Weźcie teraz proszę lusterka i spróbujcie sami wyrazić takie same uczucia. Pomyślcie jaki macie nastrój dzisiaj.



**Życzymy wam wesołego weekendu.**