***Gimnastyka poranna- Opowieść ruchowa "Skok przez Polskę"***

 *Dziecko naśladuje czynności*

*Jesteśmy nad Bałtykiem, fale uderzają o brzeg i szumią* (dziecko naśladuje odgłosy: szuuuu, szuuuuu). *Przed wskoczeniem do wody musimy się rozegrać do stroju kąpielowego* (naśladuje rozbieranie się) *i wykonać rozgrzewkę. Zróbmy kilka pajacyków i skłonów*(wykonuje ćwiczenia).

 *A teraz siuuup*(powtarza) *do wody.
Oj, trochę zimno, brrr* (powtarza i pokazuje jak się trzęsie z zimna). *Spróbujmy zanurkować - bul, bul, bul* (powtarzaj i naśladuje nurkowanie).

*Szybko się wycieramy, ubieramy* (naśladuje czynności) *i wykonujemy dłuuuuugi skok* (długi skok obunóż) *do Warszawy, gdzie weźmiemy udział w maratonie, to aż 3 okrążenia wokół miasta*(biegnie po pokoju).

 *Chwila odpoczynku na wypicie wody*(naśladuje picie)
*i wykonujemy dłuuugi skok w góry* (wykonuje skok obunóż).

*Wspinamy się na najwyższy szczyt -Rysy, nie jest  to łatwe, ciągle ocieramy pot z czoła*(naśladuje). *Ale już niedługo szczyt. Jesteśmy! Ale piękne widoki! Zasłużyliśmy na odpoczynek*(siada i naśladuje oglądanie widoków).