

RODZINNY SPACER

Rodzina wybrała się na długi spacer. Rodzice zdecydowali, że wszyscy pojedą rowerami (*dzieci kładą się na plecach i unoszą nogi*). Droga prowadziła pod górę, więc na początku było bardzo ciężko (*powoli poruszają uniesionymi nogami, wykonując „rowerki”*). Ale za górką pojawił się łagodny zjazd i rowery przyspieszyły (*kręcą coraz szybciej*). Gdy dojechali na skraj lasu, zsiadli z rowerów i w dalszą drogę wybrali się pieszo. Dzieci biegły, zachwycone leśną ścieżką (*biegają po obwodzie koła*). Ale najmłodszy brat nagle się rozplakał (*zatrzymują się i stają w rozkroku*). Rodzeństwo zaczęło więc go rozśmieszać, robiąc zabawne „a kuku” (*wykonują skłony do przodu*). Jakież było zdziwienie, gdy w pewnym momencie na ścieżce pojawiły się przewrócone kłody drzew. Trzeba było przejść pod nimi (*pełzają po dywanie*). A potem przeskoczyć przez niewielki strumyk (*skaczą obunóż do przodu*). Ścieżka bardzo się zwężyła (*idą, stawiając stopę za stopą*). Mama powiedziała, że słychać dziecięcia. Wszyscy więc przystanęli i nasłuchiwali to z jednej, to z drugiej strony (*stają w rozkroku i robią skręty tułowia*). W pewnym momencie las się skończył. Pojawiła się łąka. Trawy były już naprawdę wysokie, więc trzeba było podnosić wysoko nogi (*spacerują po kole, wysoko unosząc kolana*). Na skraju łąki dzieci oznajmiły, że czas na odpoczynek. Wszyscy więc rozłożyli koc i usiedli (*rodzic kładzie na środku zwinięty koc, a dzieci chwytają jego brzegi stopami i rozsuwają na boki; gdy koc zostanie rozłożony, siadają*). Nagle wszyscy zaczęli się wiercić (*wstają*). Ojej! Nogi obsiadły jakieś robaczki, łaskocząc wszystkich po kolei (*potrząsają raz jedną, raz drugą nogą*). Zaraz potem na niebie pojawiły się chmury i pierwsze krople spadły na ziemię. To był znak, że najwyższa pora wracać (*wszyscy wchodzą pod koc i poruszają się po pokoju*). Rodzina, choć zmęczona, wróciła bardzo zadowolona (*rozkładają ponownie koc i leżą na nim przez chwilę*).