



Pierwsze oznaki wiosny

Krystyna Marczak

Cześć! Czy masz dziś ochotę poszukać razem ze mną oznak wiosny? Jeśli tak, to zapraszam cię na krótki spacer. Chodźmy leśną ścieżką, zobaczymy, co znajdziemy. Patrz, jeszcze gdzieśgdzie leży śnieg, a przez niego przebijają się pierwsze kwiaty – śnieżyczki, czyli tak zwane przebiśniegi. A tam dalej rosną zawilce, przylaszczki, sasanki i kaczeńce. Trawa też zaczyna wypuszczać pierwsze źdźbła. Słyszę jakieś bzyczenie. To owady powoli budzą się z zimowego letargu. Jak pięknie wygląda wiosną leśna polana. Ciii... Słyszysz ten wiosenny świergot ptaków? To chyba skowronek wrócił z ciepłych krajów. Możemy się zatrzymać na chwilkę i posłuchać tego koncertu. Dzieciola nie da się ominąć, nie słysząc go, stuka coraz głośniej. Podnieś do góry głowę, być może uda ci się go ujrzeć wśród korony drzew. A to co? Nie opuszczaj głowy. Patrz, żurawie wracają z ciepłych



WŁĄCZCIE MUZYKĘ
RELAKSACYJNĄ.
DZIECKO ZAJMUJE
WYGODNĄ POZYCJĘ.
RODZIC CZYTA POWOLI
TEKST ĆWICZENIA.



NA STRONIE INTERNETOWEJ
WWW.MINDFULKIDS.PL
ZNAJDZIESZ NAGRANIE
Z TYM ĆWICZENIEM.

krajów. Jaki piękny widok! A teraz chodźmy bliżej stawu, może tam ktoś się pojawi. Kra na stawie jest już popękana i można zauważyć pierwsze oznaki życia w wodzie. Spójrz – jest i bocian, wyszukuje pożywienia. Ciekawe, gdzie jest jego gniazdo. Teraz pójdziemy w głąb lasu – tam też na pewno są jakieś oznaki wiosny. Ooo, zobacz – poroże jelenia. Zrzuca je co roku na wiosnę, aby mogło urosnąć mu nowe. Rozejrzyj się jeszcze wokół siebie i popatrz na drzewa. Modrzewie po zrzuceniu igieł na zimę zaczynają puszczać żółtobrazowe i malinowe pąki. Na leszczynie wyrastają pierwsze bazie – tak zwane kotki, a magnolia zaczyna rozkwitać na różowo. Na koniec odwróć jeszcze buzię do słońca i pocuj, jak przyjemnie grzeje.

Dziękuję ci za ten miły spacer.