

## „Ptasie gniazdo” - relaksacja

– Nasze przytulne, ciepłe gniazdo jest bardzo wysoko na drzewie i wiatr kołysze nim delikatnie.

W gnieździe mieszkają mama bocianowa i małe bocianie pisklęta. Wiatr dmie coraz mocniej.

Nagle gniazdo się przewraca, a wy, małe pisklęta, musicie rozłożyć skrzydełka i machać nimi, aby nie spaść na ziemię. Rozłóżcie szeroko ramiona i latajcie po sali, mówiąc: kle, kle, kle... dopóki nie naprawię gniazda i z powrotem was do niego nie przyprowadzę. **(rodzic naprawia gniazdo i kontynuuje opowieść).**

– Teraz znów siedzimy w naszym ciepłym gniazdku i łagodnie się kołyszemy.

Ojej, nadchodzi burza! Nagle nasze gniazdo znów się przewraca. Rozłóżcie skrzydełka i latajcie po sali, powtarzając przy tym: kle, kle, kle... Mocno poruszajcie swoimi skrzydełkami, aby stały się silne. Chcę naprawić gniazdo i zanieść do niego wszystkie pisklęta. Teraz znowu możemy wszyscy razem siedzieć w ciepłym domku. Widzę, że moje małe bocianki umieją już latać... Rozwińcie swoje skrzydełka, pofruńcie i przylećcie teraz do gniazda same.