

Α΄ Β΄ Γ΄ Τάξεις (και μικρότερης ηλικίας)

ΖΩΑ ΤΗΣ ΞΗΡΑΣ - ΜΙΜΙΣΕΙΣ ΚΙΝΗΣΗΣ ΤΩΝ ΖΩΩΝ

Μιμούμαστε την κίνηση ζώων που ζουν στην ξηρά... δίνουμε έμφαση στην **κίνησή** τους, **όχι την κραυγή** τους!

Κάνουμε τουλάχιστον 10 έως 20 επαναλήψεις από την από την κίνηση του κάθε ζώου. Μπορούμε να επαναλάβουμε, ότι αρέσει και ενθουσιάζει τα παιδιά.

Δεν ανεβαίνουμε σε έπιπλα, δεν πιάνουμε αντικείμενα, δεν αλλάζουμε χώρο... παραμένουμε στον αρχικό χώρο που δημιουργήσαμε για τη γυμναστική μας.



Ας ξεκινήσουμε και ας γίνουμε **αλογάκια**.. μμχ χμ χμ!

Πάμε τώρα **ελέφαντας**... χοντρός, μεγάλα αυτιά, προβοσκίδα, βαριά βήματα..

Γινόμαστε **αγριοκάτσικα**... πολλά και μικρά πηδηματάκια

Καμηλοπάρδαλη μεγάλο λαιμό μακριά πόδια...

Λαγοί συγχρονισμένα αλματάκια...



Μυρμήγκια... μικρόσωμα.. μικρά βηματάκια.. αργά.. ή γρήγορα

Γάτα.. γρήγορο τρέξιμο, σχετικά αθόρυβο

Γάτα.. προσπαθεί να πλησιάσει αργά και **αθόρυβα** ένα ποντικό..



Λιοντάρι... μεγάλο, περήφανο, δυνατό!

Χελώνα της ξηράς! Αργά.. νωχελικά.. ακόμα κι αν τρέχει με αντίπαλο το λαγό.

Βάτραχος.. μετακινείται με χαρακτηριστικά αλματάκια..

Αράχνη.. σκαρφαλώνει.. πλέκει.. αιωρείται..

Αρκούδα... ψηλή.. δυνατή.. άγρια.. χαριτωμένη..

Κάβουρας... περπατάει με πλάγια βήματα.. έχει δαγκάνες..



Σαρανταποδαρούσα.. πολλά πόδια.. αλλάζει κατευθύνσεις..

Ζέβρα... άγριο άλογο

Στρουθοκάμηλος.. δεν πετάει περπατάει.. ψηλά πόδια.. μεγάλος λαιμός..



Σκίουρος.. πηδά.. τρέχει.. σκαρφαλώνει..

Κάμπια... μετακινείται με ιδιαίτερο τρόπο..

Αφήνουμε τα παιδιά να αυτοσχεδιάσουν, να εκφραστούν όπως νομίζουν. Δεν υπάρχει λάθος και σωστό! Τα βοηθάμε λύνοντάς τους απορίες.. π.χ. πώς είναι αυτό το ζώο, τι χαρακτηριστικά έχει, κλπ. Επιβλέπουμε να κινούνται με ασφάλεια στο χώρο που έχετε συμφωνήσει!

Το πρώτο μάθημα με τις γενικές ασκήσεις μπορεί να επαναλαμβάνεται καθημερινά.