

1. Spotkanie z kosmitami – ćwiczenia wizualizacyjne.

Nagranie spokojnej muzyki – [link](#)

Rodzice opowiadają dziecku przy dźwiękach spokojnej muzyki, a one słuchają z zamkniętymi oczami:

Wyobraź sobie, że wybierasz się na planetę Eps w gwiazdozbiorze Oriona. Pojazd kosmiczny jest już przygotowany. Wsiadasz do niego i... rakieta startuje. Siła grawitacji wtlacza cię w fotel, ale po chwili możesz już swobodnie oddychać. Wstajesz z fotela i podziwiasz, widzianą przez okrągłe otwory, błękitną planetę - naszą Ziemię, która robi się coraz mniejsza i mniejsza, aż znika tobie zupełnie z oczu. Za to ty robisz się coraz lżejszy i zaczynasz unosić się w powietrzu. Możesz nawet robić fikołki. Świat wokół wygląda jak zaczarowany: miliony błyszczących gwiazd! Ale oto zbliża się kres podróży. Siadasz w fotelu, już niestraszna tobie grawitacja. Oto nowa planeta i jej mieszkańcy. Wyglądają dziwnie znajomo – tylko ten niebieski odcień skóry.

2. Zapraszamy na bajkę edukacyjną dla dzieci: [Gwiazdy na Niebie - Ethan ogląda konstelacje przez teleskop!](#)

3. Gwiazdka – zabawa słowna rozwijająca twórcze myślenie.

Możesz wyciąć z pomocą rodziców „gwiazdkę” – wybierz dowolny szablon do wydruku lub przerysuj patrząc na ekran, propozycja - [link](#), możesz ją ozdobić, wyszukaj jak największą liczbę skojarzeń: *Gwiazdka jest (ma..., lubi...)*

4. Zabawy kosmonautów – ćwiczenia sprawnościowe.

Maszeruj razem z [Kosmiczną Żabką](#), podczas kolejnych przerw w muzyce (rodzice zatrzymują piosenkę) - wykonaj ćwiczenia np.:

- Stań na jednej nodze.
- Leż na plecach, złączone nogi unieś ku górze.
- Podskakuj obunóż w miejscu.
- Przeskakuj z nogi na nogę.
- Naprzemiennie dotykaj łokciem przeciwległego kolana.
- Przełóż rękę pod kolanem i złap się za nos.
- Czołgaj się po dywanie.

5. [Kosmiczne rytmy](#) – patrz uważnie, dokończ rytmy.

6. Puzzle online - [Układ Słoneczny](#).

7. Ile wiesz o układzie słonecznym?

Pytania są dość trudne, lecz wiemy, że niektórzy z Was bardzo lubią ten temat i sobie poradzą.

Wysłuchajcie jeszcze raz piosenki:

[W UKŁADZIE SŁONECZNYM](#) || [NutkoSfera](#) || [Piosenki DLA DZIECI](#), a wtedy quiz będzie prosty – [link do quizu](#).