**Mindennapos testnevelés**

1. Dátum elmutogatása:

2 taps, 0 - ököl magasba lendítése, 1 csettintés, 8 szökdelés páros lábon, 10 guggolás, 17 pislogás

2. Szótagoló olvasás mozgással kísérve

Polgár Teréz Eszter: Csillogás című versének olvasása szótagolva. Minden páratlan sort tapssal, minden páros sort helyben járással kísérünk. (ülve)

3.Mozgás felolvasás közben

Haász János: Nem bírta el című versét úgy olvassuk fel, hogy a hitel szóra felállunk, a forint szóra nyújtózkodunk, az egy szótagú szavakra bokszolunk a levegőben.

4. Igaz vagy hamis

Varga Zoltán Zsolt: Erdei kincstár című meséhez állítást mondok. Aki úgy ítéli, hogy igaz az állítás az páros lábon kettőt ugrik, majd nyújtózkodik. Aki úgy ítéli, hogy hamis az állítás, az tapsol kettőt és leguggol.

5. Sétálj, állj, csoportosulj!

A gyerekek sétálnak a teremben, tapsra megállnak, mondok egy Szitakötő szereplőt (Medvenc, Fogtörpe….) ahány szótagból áll, olyan számú csoportot kell alkotniuk. Majd tapsra egyedül folytatják a sétát.

6. Játék: SZITA, KÖTŐ, SZITAKÖTŐ

Körbe ülünk, mindenki kap egy-egy szót, (szita, kötő) Ha azt kiáltom, hogy szita, azok a gyerekek cserélnek helyet, akik a szita szót kapták. Közben én is próbálok helyet találni magamnak. Akinek nem jut hely az mondja, hogy kik cseréljenek helyet. Ha a szitakötő szó hangzik el, mindenkinek máshová kell ülni.