

Pastaiga dabā -

mežā, parkā, dārzā u.c. -

ar uzdevumiem



A t r o d i e t.....

Skudru pūzni

- izdari 5 pietupienus

Bebra nograuztu koku

- izdari 5 palēcienus uz abām kājām

Kaut kas , ko var ēst

-izapļo vēderiņu

Ziedošu puķi

- pasmaidī draugam (vecākiem)

Lielu akmeni

- izapļo labo roku, tad kreiso

Kāda dzīvnieka pēdu nospiedumu - *izdari 10 tecīņus solīšus*

Brieža , stirnas, zaķa spiriņas - *izdari 10 garos solīšus*

Koka piepes

-izdari 10 solīšus uz papēžiem

Dažādi čiekuri

-met čiekuriņus tālumā

Lielu celmu

- apskrien ap celmu 5 reizes

Kāds pamodies kukainis

-izpildi 3 rīta rosmes vingrojumus

Saklausīt 3 dažādas putnu balsis

-pasveicini Saulīti un novēli jauku dienu!