

# Zrelaksuj się jak gąsienica w kokonie

---

PRZEDSZKOLE NR 59



# Zwijamy się w kokon

---



Jesteś teraz małą gąsienicą.  
Włącz muzykę. Razem z dorosłym  
zwijajcie  
i rozwijajcie się w kokon z pomocą  
koca. Możesz zostać również  
w kokonie, jeśli jest to dla Ciebie  
przyjemne.



# Zamieniamy paluszki w kokony

---



Teraz nasze palce zamienią się w kokony.  
Włącz muzykę. Razem z dorosłym zwijajcie  
i rozwijajcie palce kokon z pomocą sznurka/  
wstążki.  
Czy jest to dla Ciebie przyjemne?



# Odpoczynek

---



Teraz połóż się tak, jak najbardziej lubisz.  
Włącz muzykę.  
Czy czujesz się wypoczęty?

