



Imię: \_\_\_\_\_

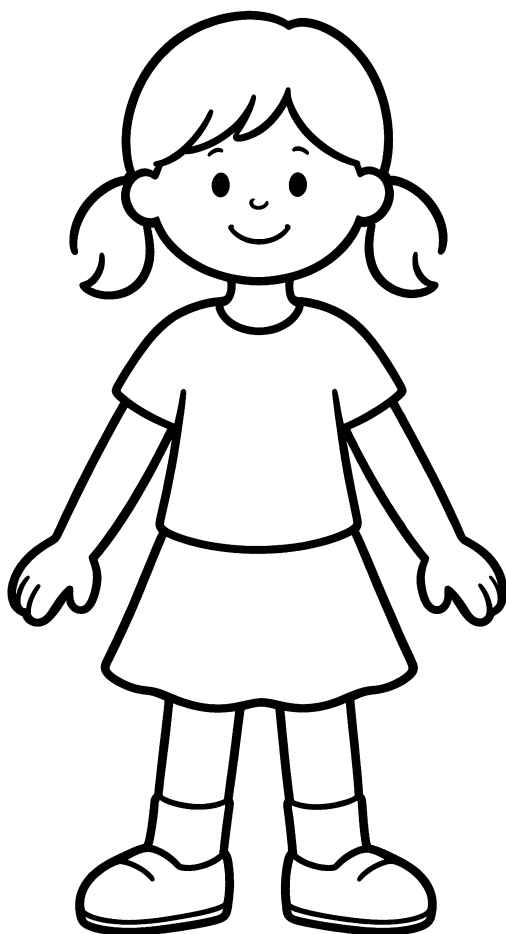
# Ciało przed i po ruchu

Pokoloruj oba obrazki i porównaj.

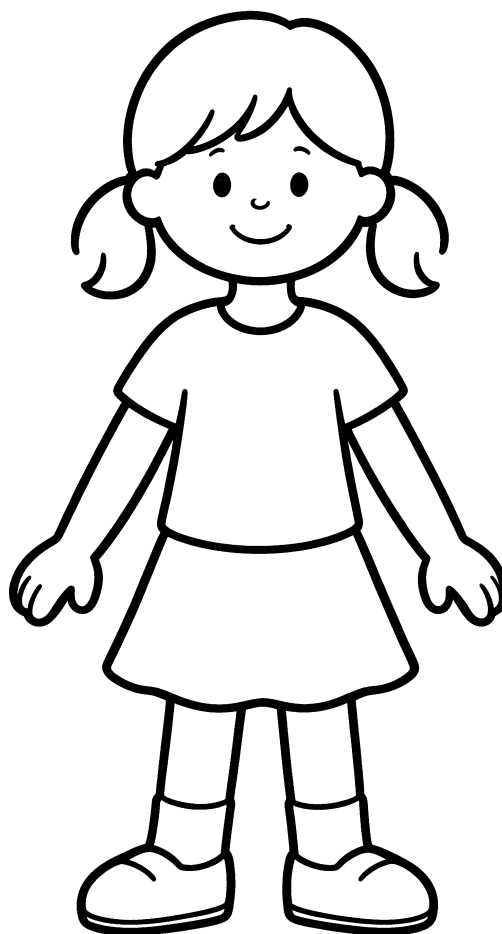
## Dla dorosłego

Najpierw dziecko koloruje na pierwszym obrazku, gdzie teraz czuje ciepło i bicie serca. Potem minuta skakania albo biegu w miejscu. Od razu po ruchu koloruje drugi obrazek. Porównajcie: co się zmieniło? Ćwiczcie, gdy dziecko jest spokojne. Może odmówić. Pytajcie, gdzie i jak czuje — nie mówcie, co ma czuć.

### Przed ruchem



### Po minucie skakania



- ☐ czerwony — ciepło    ☐ różowy — czuję serce    ☐ niebieski — chłód  
☐ nie wiem / nic nie czuję