**Rośliny łąkowe i ich znaczenie**

Dzisiaj dowiecie się jak powstały i jakie korzyści dają nam łąki, poznacie rośliny naszych łąk i ich niesamowite właściwości oraz skutki wypalania łąk. Będziecie mogli wykonać ciekawe ćwiczenia i pokolorować rośliny łąkowe według wzorów. Dzisiaj zapraszam Was również do obejrzenia filmów na YouTube:

Rośliny łąkowe – film na YouTube <https://www.youtube.com/watch?v=bgYeAZm8mqk>

oraz Wędrówki Skrzata Borówki – odc.3 Łąka

<https://www.youtube.com/watch?v=LKLf5EN1Ff4> Po obejrzeniu tych filmów będziecie mogli wykonać pracę plastyczną: „Łąka” z bibułki, tektury gładkiej i falistej oraz z przyniesionych z łąki trawek. Zachęcam Was też do łąkowej rekreacji.

**Łąkowa rekreacja:**

Na miękkim „dywanie” z traw można urządzić łąkową gimnastykę: \* krążenie głowy - najpierw w lewą stronę, a potem w prawą, \* następnie z rękami na biodrach krążenie tułowia. \* Teraz kilka pajacyków. \* Później skłon i wyprost, skłon i wyprost, \* przysiad podparty i wyrzut obydwu nóg do tyłu 3 razy. \* Potem powrót do przysiadu podpartego i wyprostu. \* Następnie w leżeniu na plecach – rowerek i nożyce. \* Na koniec może kilka przewrotów w przód i w tył. \* Potem powrót do domu. \* Dokładne umycie rąk \* i oględziny ciała w poszukiwaniu nieproszonych „gości” \* i jesteście już gotowi do jakiegoś posiłku. **Każdy będzie Wam smakował, bo czynny wypoczynek wzmaga apetyt.**

**Uwaga!**

**Na łące można dobrze wypocząć i opalić się będąc w ruchu, ale musimy pamiętać o posmarowaniu odsłoniętych partii ciała kremem z filtrem.**