

BeeBot venyttelevät eläimet

- Versio 1: Sijoittele eläimet Beebot mattoon tai lattialle ja anna lapsen valita mikä venytys tehdään seuraavaksi. Valittuaan venytyksen lapsi ohjelmoi beebotin menemään kyseisen kuvan päälle, jonka jälkeen se tehdään yhdessä.
- Versio 2: Lue venytyksen kuvaus, minkä perusteella lapsen pitää ohjata robotti oikean kuvan päälle. tehkää venytys.
 - o Asetu selinmakuulle kädet vartalon vieressä. Hengitä kaksi kertaa sisään ja ulos rauhallisesti. Nosta jalat ylös kohti kattoa ja kokeile saatko vietyä vielä varpaat pään yli lattiaan. Hengitä rauhassa kolme kertaa ja mieti samalla mitkä kehon osat osuvat lattiaan.
 - o Seiso paikoillasi aivan hiljaa. Hengitä iso hengitys sisään ja ulos hengittäessä astu toinen jalka pitkälle eteen. Nosta sitten kädet ylös kohti kattoa. Hengitä kaksi kertaa syvään, tuntuuko hengitys enemmän kyljissä vai selässä?
 - o Käy makaamaan vatsallesi lattialle kädet vartalon vieressä. Hengitä syvään. Osuvatko olkapääsi maahan? Entä reidet, polvet ja jalkaterät? Laita kämmenet olkapäiden viereen, hengitä ilmaa vatsaan asti ja ulos hengittäessä työnnä kädet suoraksi. Kurkottele nenällä kohti kattoa ja hengitä pari kertaa ilmaa vatsaan asti.
 - o Asetu selinmakuulle lattialle. Jos haluat, voit yrittää tehdä tämän liikkeen silmät kiinni. Nosta jalat suorina kohti kattoa. Yritä pitää varpaat koko ajan osoittamassa kattoa eli älä anna niiden lähestyä nenää tai lattiaa. Pystytkö pysymään tässä asennossa kymmenen sekuntia?
 - o Seiso tikkusuorana. Hengitä kerran oikein syvään. Hyppää leveään haara-asentoon.