



„Zabawy bez telewizora”

Sobotnie:

„Gry w balony” – zabawa uczy dzieci nazw części ciała, poprawia koordynację ruchową.

Co jest potrzebne:

- Nadmuchane balony.

Jak się bawić:

Zaproponujcie dzieciom zabawę z balonami. Niech dzieci spróbują utrzymywać je jak najdłużej w powietrzu, odbijając je dowolną częścią ciała. Policzcie, po ilu odbiciach balon opadnie na podłogę. Możecie utrudnić to ćwiczenie, wskazując część ciała, którą należy wykonać podbicia balonu – tylko dłonią, łokciem, barkiem, głową, kolanem, stopą, itd.

Możecie jeszcze bardziej skomplikować to pozornie proste zadanie. Niech dzieci spróbują:

- Utrzymać w powietrzu dwa balony,
- Utrzymać balon stopami w powietrzu, lub leżąc na podłodze,
- Podskakiwać na jednej nodze i kolanem drugiej nogi podbijać balon,
- Wykonać kilka skoków, trzymając balon między kolanami.

Niedzielne:

„Szybkie ubieranie” – ćwiczenie umiejętności zapinania guzików, zamków w formie zabawy.

Co jest potrzebne:

- Kilka ubrań.

Jak się bawić:

Każdemu z uczestników zabawy przygotujcie kilka sztuk odzieży. Mogą to być np. zestawy złożone z koszulki, długich spodni, swetra, skarpet i czapki. Na sygnał startu dzieci podbiegają do swojego kompletu i możliwie jak najszybciej wkładają ubrania na strój, który mają już na sobie. Zwróćcie uwagę na to, żeby zapięły wszystkie guziki i suwaki. Ubrane dzieci wracają na linię startu.

Udanej zabawy!!