Zestaw zabaw ruchowych

1 Zabawa organizacyjno- porządkowa „Na wsi”- dziecko maszeruje lub biega swobodnie. Na sygnał rodzica zatrzymuje się- zamienia się w dowolne zwierzątko żyjące na wsi

2. Zabawa z elementami równowagi „Dzień- noc”- dziecko maszeruje po pokoju. Na hasło: Noc!- zatrzymuje się i staje na jednej nodze, na hasło: Dzień!- maszeruje dalej.

3. Zabawa bieżna „Jadą koniki”- dziecko udaje galopowanie na koniu lub wspólnie z rodzicem/rodzeństwem robi zaprzęg- jedna osoba jest z przodu, druga z tyłu, ręce trzyma na ramionach osoby z przodu

4. Zabawa z elementami czworakowania „Koty”- dziecko naśladuje sposób poruszania się kota (kolana są podniesione, nie na podłodze), na sygnał rodzica zwija się w kłębek i odpoczywa

5. Zabawa skoczna „Skoki po kamieniach”- dziecko skacze obunóż. Jeśli macie taką możliwość zaznaczcie dziecku miejsca, po których ma skakać oddalone o około 2 m

6. Zabawa uspokajająca „Jajeczka”- dziecko siada na podłodze w siadzie skulnym, po czym kładzie się na plecach, mocno trzymając kolana. Na sygnał rodzica wykonuje ruchy kołyski w przód i tył