Zestaw zabaw ruchowych

(potrzebna będzie piłeczka lub balonik)

1 Zabawa organizacyjno- porządkowa „Baloniki”- dziecko porusza się po pokoju. Na hasło: Leci balonik! Swobodnie biega, na hasło: Wylądował balonik!- robi przysiad z balonikiem

2. Zabawa z elementami równowagi „Przeplatanka”- dziecko stoi wyprostowane, balonik trzyma w jednej ręce. Podnosi zgiętą w kolanie nogę i próbuje pod nogę przełożyć balonik z jednej ręki do drugiej

3. Zabawa z elementami czworakowania „Balonikowa głowa”- dziecko chodzi na czworakach i toczy przed sobą balonik głową

4. Zabawa z elementami rzutu „Wróć do mnie”- dziecko maszeruje po pokoju. Na hasło: W górę! Podrzuca balonik/ piłkę i próbuje złapać

5. Zabawa skoczna „ Skaczące baloniki”- dziecko trzyma oburącz balonik i podskakuje do góry. Nogi razem, podskoki małe i duże

6. Zabawa uspokajająca „Leć daleko”- dziecko kładzie się na plecach. W wyciągniętych rękach trzyma balonik- wciąga powietrze nosem. Puszcza balonik- wydycha powietrze ustami