

Wczesne Wspomaganie Rozwoju Dziecka z dn. 28.04.20r.

Propozycje ćwiczeń z dzieckiem w domu (pod kierunkiem rodziców)

RUCH TO ZDROWIE- zabawy ruchowe dla dzieci

Adresaci ćwiczeń: Bianka, Adam, Paweł (grupa Sasanki)

1. Rzucamy do celu

Prosta, ale zajmująca gra. Na podłodze stawiacie miskę lub wiaderko i wrzucacie do niego piłki, balony lub zmięte w kulki gazety. Oczywiście wygrywa ten, kto wykona najwięcej prawidłowych rzutów z linii mety.

2. Balonowy tenis

Gra w piłkę w domu nie jest do końca bezpieczna. W domu gramy balonem. A zamiast rakietek używamy papierowych talerzy. W ten sposób rozgrywamy fascynujące mecze.

3. Chodzenie po linie

W tej zabawie dziecko wyrabia zmysł równowagi. Na środku pokoju układamy np. skakankę lub długi sznurek. Zadaniem dziecka jest przejście po ułożonym sznurku.

Opracowała:

Alina Jakimiec