Załącznik nr 1

Zestaw zabaw ruchowych propozycja na cały tydzień

* *Zabawa Uwaga, jajko!* Dziecko dostaje małą piłkę (do ping-ponga, kauczukową, małe plastikowe jajeczko albo kulkę z gazety). Dziecko chodzi swobodnie po pokoju, trzymając na wyciągniętej, rozłożonej dłoni piłeczkę – jajko. Na hasło *jajko* - przerzuca piłeczkę z ręki do ręki, tak aby nie spadła na podłogę. Zabawę powtarzamy ze zmianą ręki.
* *Ćwiczenia tułowia.* Dzieci, stojąc ze złączonymi nogami, przekładają piłeczki z ręki do ręki wokół siebie. Na hasło *Hop!* – zmieniają kierunek przekładania piłeczek.
* *Zabawa Turlanie piłeczki*. Każde dziecko delikatnie turla po podłodze swoją piłeczkę: raz jedną ręką, raz – drugą.
* *Zabawa Skaczemy przez piłeczki.* Dzieci przeskakują obunóż przez piłeczki – do przodu i do tyłu, tak aby nie nadepnąć na nie.

Uwaga! Piłeczki odłożyć do koszyczka przydadzą się w kolejnych dniach tygodnia.