Załącznik nr 1

Zestaw zabaw ruchowych

• Zabawa orientacyjno-porządkowa „Ptaki w gniazdach”.

Dziecko – ptak – przy dźwiękach dowolnej muzyki porusza się swobodnie między rozłożonymi na podłodze, np. kartkami – gniazdami. Przerwa w grze jest sygnałem, że ptak musi schować się do gniazda. W każdym gnieździe może być jeden ptak. Powtarzamy tak kilka razy.

• Ćwiczenia oddechowe.

Dzieci naśladują wąchanie kwiatka trzymanego w dłoni.

• Zabawa „Wycieczka”.

Dziecko leży tyłem, a rodzic ciągnie je za nogi po podłodze. Po chwili zamieniają

się rolami.

• Marsz przy piosence śpiewanej przez…...rodzica. A później zmiana – śpiewanej przez dziecko.