Załącznik nr 1

Zestaw zabaw ruchowych – potrzebna będzie grzechotka.

Każde dziecko może zrobić sobie własną grzechotkę w domu. Do pustej puszki (np. po coca coli) wrzucić ziarna fasoli, grochu, itp. Puszkę można sobie udekorować.

• Dziecko rytmicznie uderza grzechotką o swoje dłonie.

• Biega rytmicznie z grzechotką. Na sygnał zatrzymuje się i potrząsa grzechotką nad głową.

• Kładzie instrument na dywanie, okrąża je w podanym rytmie, następnie kilkakrotnie przeskakuje przez instrument. Potem bierze grzechotkę i uderza ją o dłonie.

• Stoi – potrząsa grzechotką przed sobą, nad sobą. Następnie biegnie z grzechotką wyciągniętą do przodu i powoli cofa się, grzechocząc grzechotką.

• Improwizacje ruchowe z grzechotką przy nagraniu muzyki o różnym tempie.