

„W zdrowym ciele zdrowy duch! Ćwicz co dzień
mały zuch.
Chociaż lat niewiele ma, już o zdrowie swoje dba.”

Teresa Błaszczyk

Zabawy z woreczkami gimnastycznymi

Cel

Dziecko:

- doskonalą koordynację wzrokowo-ruchową
- doskonalą rozpoznanie lewej i prawej strony
- doskonalą zręczność
- rozwija lewą i prawą półkulę mózgu
- doskonalą równowagę
- doskonalą pamięć
- doskonalą szybkość
- czierpie radość ze wspólnej zabawy
- doskonalą umiejętność oczekiwania na swoją kolej
- doskonalą umiejętność słuchania ze zrozumieniem

Aktywności opracowała:
Paulina Fir

Aktywność 1:

Potrzebne materiały:

Woreczek dla każdego dziecka

Opis zabawy:

Każde dziecko jest w pozycji stojącej i trzyma w dłoni woreczek. Dzieci stoją w bezpiecznej odległości od siebie. Każde dziecko podrzuca woreczek nad głowę i próbuje go złapać do koszulki, którą ma na sobie (podwija szybko koszulkę na wysokości pasa, tworząc z niej „miseczkę”). Powtarza tę czynność kilka razy. Następnie podrzuca woreczek i próbuje go złapać czubkiem głowy. Powtarza czynność kilka razy. Ponownie podrzuca woreczek i próbuje go złapać na plecy. Powtarza czynność kilka razy.

