

Zabawy z woreczkami gimnastycznymi

Aktywność 2:

Potrzebne materiały:

Woreczek dla każdego dziecka

Opis zabawy:

Każde dziecko jest w pozycji stojącej i kładzie woreczek na wierzchu prawej stopy. Podrzuca woreczek prawą stopą w taki sposób, aby złapać go w dłonie. Powtarza czynność pięć razy. Następnie kładzie woreczek na wierzchu lewej stopy i ponownie podrzuca na taką wysokość, aby złapać go w dłonie. Powtarza czynność pięć razy.



Aktywność 3:

Potrzebne materiały:

Woreczki (ilość zgodna z liczbą obecnych dzieci), hula hop

Opis zabawy:

Przed tym zadaniem dzieci muszą ściągnąć obuwie zmienne. Dzieci siadają w siadzie prostym w szeregu. Z jednej strony szeregu w hula hop leży stos woreczków. Pierwsza osoba z szeregu chwyta stopami woreczek i przekazuje go kolejnej osobie. Następne osoby powtarzają czynność. Wszystkie woreczki mają się znaleźć na stosie, którego miejsce jest wyznaczone na końcu szeregu (hula hop). Nauczyciel mierzy czas, w którym dzieciom udało się wykonać zadanie. Można spróbować pobić rekord.

