

Zabawy rozwijające równowagę:

- chodzenie na czworaczkach z maskotką/poduszką/workiem na plecach, tak aby „pasażer” nie spadł
- chodzenie po wzorze ułożonym z chustek/ sznurka/ szarf (najpierw może być linia prosta a potem różne inne wzory)



- przekraczanie i przeskakiwanie poduszek/ książek/maskotek (przeszkód o różnych wysokościach)



- przechodzenie pod linką rozpiętą między krzesłami- linkę przywiązujemy na różnych poziomach



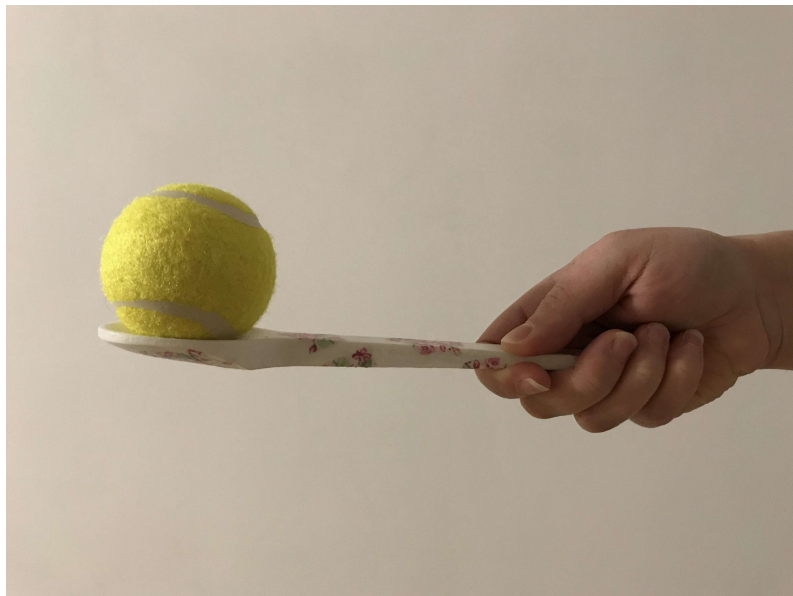
- chodzenie po krzesłach, chodzenie na przemian nad jednym krzesłem a pod następnym



- stanie na nierównej powierzchni (np dwie poduszki), rzucanie i łapanie maskotek/piłek/poduszek lub łapanie baniek mydlanych



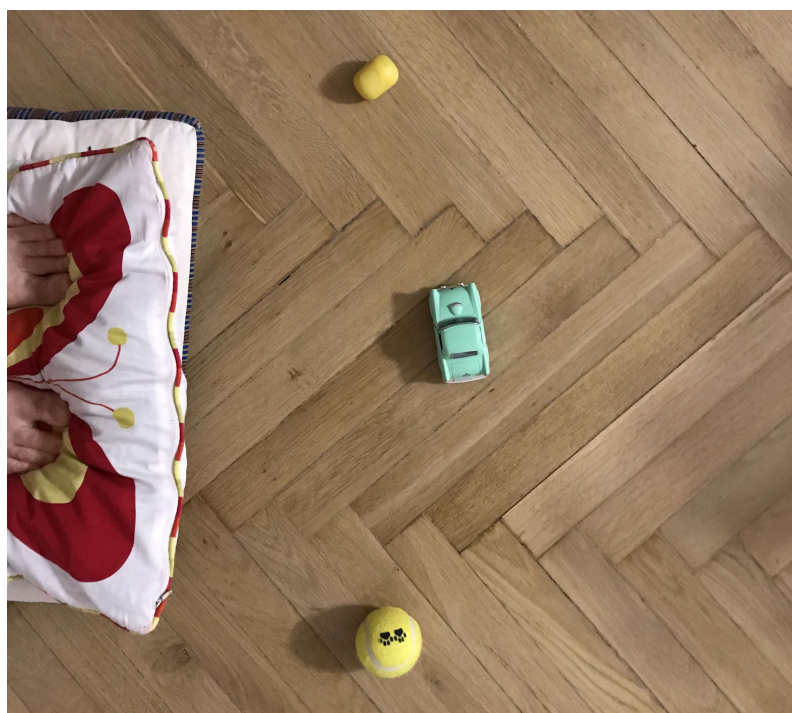
- stanie na jednej nodze, robienie „jaskółki”
- chodzenie z woreczkiem/książką/poduszką na głowie w różnych kierunkach
- chodzenie z małą maskotką/piłką/woreczkiem na łyżce



- przeskakiwanie z poduszki na poduszkę



- przysiady na poduszce, podczas przysiadów zbieranie drobnych przedmiotów położonych dookoła poduszki



Ewa Wojtyczka

opracowane z pomocą: „Uczę się poprzez ruch” M. Kuleczka-Raszewska, D. Markowska, Gdańsk 2012, Harmonia Universalis