**Zabawy ruchowe**

**Przeprawa przez rzekę**

Wyobraźcie sobie, że przez Wasz pokój przepływa rzeka. Długi rwący potok rozciąga swoje brzegi od stołu, aż do kanapy lub od ściany do ściany, w zależności od rozkładu mieszkania. Musicie przejść na drugą stronę skacząc po kamieniach, ale tak, aby nie wpaść do wody. Czym są kamienie? Poduszkami jaśkami lub innymi kawałkami materiału. Rozłóżcie je
na podłodze tak, aby przejście po nich nie było zbyt łatwe i po każdym prawidłowym przedostaniu się na drugi brzeg zmieniajcie ustawienie. Oczywiście na trudniejsze, tak jakby to był kolejny level do przejścia w grze.

**Butelkowy slalom**

Uważacie, że poruszanie się slalomem jest łatwe? To spróbujcie to zrobić z zawiązanymi oczami! Zaczynacie od rozstawienia dwóch butelek po pokoju. Przyjrzyjcie się chwilę i zapamiętajcie, gdzie stoją, po czym poproście rodziców o zawiązanie oczu. Zadanie polega na przejściu w taki sposób, aby nie przewrócić żadnej z butelek. Gdy uda się przejść poziom, dokładacie kolejną przeszkodę i tak do momentu, aż skończą Wam się w domu plastikowe butelki.

Zabawy wykonujcie pod okiem rodziców i pamiętajcie - ruch to zdrowie☺

Powodzenia!