

Dzień dobry

Rozpoczął się kolejny tydzień, dlatego przygotowałam dla Was kilka propozycji zabaw. Zaproś do nich rodziców i rodzeństwo.

Poszukiwanie skarbów

Przygotuj sobie kartkę, długopis i kredki.

Narysuj mapę swojego mieszkania, jeśli masz z tym kłopot poproś o pomoc mamę lub tatę. Kiedy to zrobisz narysuj na mapie przedmioty, które wcześniej schowasz. Stworzysz w ten sposób mapę skarbów. Wręcz teraz mapę temu, z kim masz ochotę się pobawić. Teraz pozostaje tylko wyruszyć na poszukiwanie....

Ciepło, zimno

Schowaj przedmiot np. małą zabawkę. A teraz zaproś do zabawy rodziców lub rodzeństwo. Zabawkę należy odszukać kierując się jedynie wskazówkami: ciepło, zimno, upał, mróz, a jeśli ktoś niemal dotyka zabawki, wołaj: parzy. Następnie zamieńcie się rolami.

Kulki

Z gazet przugotuj kulki i rozrzuć je po podłodze. Zaproś do zabawy jeszcze 1 osobę. Na jej znak zacznij zbierać kulki do pojemnika, może to być miska, wiaderko. Jeśli masz rodzeństwo możesz również zrobić wyścigi, kto nazbiera więcej kulek do swojego pojemnika.

Pamiętaj o tym, że ruch to zdrowie. Gimnastykuj się codziennie. Wystarczy 10-15 minut ćwiczeń (takie jak robimy na rozgrzewce),

a będziecie bardziej rozciągnięci i co ważniejsze będzie mieli lepsze humory.

Poniżej podaję link z ciekawymi propozycjami zabaw:

https://www.youtube.com/watch?v=ZvvewNwtu_c

Miłego tygodnia.

Katarzyna Kaczor