

**Wtorek 30.06.2020**

**Wakacyjne zabawy ruchowe**

Kochane Słoneczka!! Życzę Wam udanych i bezpiecznych wakacji oraz żebyśmy się spotkali we wrześniu 😊W podziękowaniu za ten rok przygotowałam dla Was plik z dyplomem, który sobie możecie sobie wydrukować😊 Gratuluję!:-\*

# DYPLOM

**MISTRZA ZDALNEGO NAUCZANIA  
OTRZYMUJE**

---



## **Zabawy ze sznurkiem**

Potrzebny będzie sznurek długości minimum 1,5 m. Możecie sobie wyobrazić, że jest to most, wąż lub cyrkowa lina. Sznurek leży na podłodze, tworzycie z niego dowolny kształt. Zadań może być wiele:

- spacer po sznurku uważając by z niego nie "spaść"
- przeskakiwanie przez sznurek raz na jedną, raz na drugą stronę
- przejście po sznurku "stópkami", tyłem, bokiem

## **Zabawy z piłką**

Piłka jest świetnym materiałem do zabawy, gdyż można ją wykorzystywać na różne sposoby, w zależności od wieku dziecka. Dla najmłodszych przedszkolaków wyzwaniem jest zwykłe rzucanie do siebie piłkę, starsze dzieci potrzebują już modyfikacji, np.

- Rzucanie piłki do celu. Wykorzystujemy wszystko to, co jest dostępne w domu: skrzynia, pudło, kosz na śmieci. Im starsze i zręczniejsze dziecko, tym dalej ustawiamy cel rzutu
- Piłka i kolory. Rzucamy do siebie piłkę wymieniając różne kolory. Na hasło "czarny" piłeczki nie wolno złapać. Jeśli jednak

uczestnik chwyci piłkę, przegrywa lub wykonuje zadanie np. dziesięć podskoków.

### **Przeprawa przez rzekę**

Spodoba się zarówno przedszkolakom, jak i starszym dzieciom. Na podłodze-rzece ustawiamy "kamienie": poduszki, kartki papieru, duże, drewniane klocki itp. Zadaniem jest przeprawa przez rzekę bez dotknięcia stopą "wody".

### **Taniec**

Wspólny, swobodny taniec przy muzyce, która najbardziej wam odpowiada, to wspaniała forma ekspresji . Można wprowadzać elementy, które wzbogacą zabawę: paski krepiny, tasiemki, balony. Alternatywą jest "taniec na gazecie". Zabawa najlepiej sprawdza się w dużej grupie, ale można ją wykonywać również we dwoje. Puszczając dowolną muzykę tańczycie na rozłożonej gazecie, nie wolno jednak dotknąć podłogi żadną częścią ciała. Z każdą następną rundą składacie gazetę na pół. Na koniec zliczacie liczbę rund.

### **Butelkowy slalom**

Ustawiamy 2-3 butelki w dowolnej konfiguracji. Uczestnik stara się zapamiętać ustawienie butelek, po czym zawiązujemy mu oczy. Dziecko musi przejść przez tor bez potrącenia przeszkód.