***17.04.2020r.***

***Witam serdecznie Dzieciaki oraz Rodziców ! Przygotowałam dla Was kilka propozycji.😊 do dzieła !! Pamiętaj o wygodnym stroju .***

1. ĆW. NA CZUCIE CIAŁA I NA PLANOWANIE MOTORYCZNE.

Na podłodze niech rodzic postawi dużą butelkę wody. Ty stań przed nim i dotykaj butelki np. czubkiem nosa, brodą, brzuchem , kolanem, dużym palcem ( zależnie od męczliwości dziecka) . Oczywiście butelka nie może się przewrócić. Można zrobić zawody z nagrodami. Dołączam link.

<https://www.youtube.com/watch?v=DHCCDYKJ3rw>

1. ĆWICZENIE WSPOMAGAJĄCE FUNKCJE KINESTETYCZNE I CZUCIE CIAŁA.

- pierwsza propozycja to ważycie w dłoniach różne przedmioty i określacie, które jest cięższe ( oczy zawiązane). Mogą to być 2 ziemniaki o różnej wielkości, jabłko i piłka, klocki drewniane itd.

1. ĆWICZENIE NA ROTACJĘ NADGARSTKA, PRACĘ RĄK

Jest to doskonała zabawa, można stać np. na dysku równoważnym lub grubej książce. Potrzebujesz rolkę po folii aluminiowej, tasiemkę, wstążkę, na której końcu zaczepione jest auto, może być pudełko z cukierkiem 😉 Można rywalizować między domownikami. Dołączam link.

<https://www.youtube.com/watch?v=cR_4guJFUVk>

***Ściskam Was dzieciaki bardzo gorąco 😊 Pani Jola gimnastyka***