

SI propozycja zabawy 31.03.2021 Brajan

- w leżeniu tyłem (na plecach) dziecko kopie nogą (jedną określoną/ obiema), celuje ręką (jedną określoną/ obiema) w balon na sznurku trzymany przez rodzica. Określamy uderz balon prawą ręką 3 razy; kopnij lewą nogą/ teraz prawą nogą itp.
- Siłowanie: rodzic siada na podłodze i mówi dziecku „Spotkałeś na swojej drodze rzeźbę, spróbuj przesunąć jej rękę/nogę”. Stawiany ciałem opór dostosowany do możliwości dziecka. Celem ćwiczenia jest odczucie (przez dziecko) oporu i świadome napinanie mięśni w celu wykonania ćwiczenia. Potem zamiana ról.

Układ przedsiolkowo-proprioceptywny, elementy planowania ruchowego, doskonalenie koncentracji uwagi