

WIEWIÓRKI W RUCHU

Propozycje zabaw ruchowych tematycznie powiązanych z wiewiórkami:



Wiewiórki do dziupli - dzieci swobodnie chodzą, biegają lub rytmicznie podskakują. Na umówiony sygnał (np. klaśnięcie) zatrzymują się nieruchomo w miejscu wyznaczonym jako dziupla (np. krąg wyznaczony przez sznurek lub narysowany na piasku bądź przestrzeń pod drzewem).



Wiewiórki robią zapasy - najpierw należy rozmieścić w przestrzeni żołądźcie/kasztany/szyszki. Następnie dzieci udając wiewiórki, zbierają je i przenoszą do swojej „dziupli” (np. kosza). To świetna zabawa rozwijająca zręczność i koordynację ruchową.



Wiewiórki na gałęzi - dzieci balansują na “gałęziach”, które można przygotować np. rysując kredą linie na betonie, czy rozkładając sznurki, wstążki lub taśmy. Dzieci przechodząc po “gałęziach” udają wiewiórki. To ćwiczenie doskonale rozwija równowagę.



Wiewiórki w lesie - opiekun opowiada historię o wiewiórkach, które ukrywają swoje żołądźcie w lesie. Dzieci biegają w parku udając wiewiórki i ukrywając „żołądźcie” (może to być też coś innego) w różnych miejscach. To aktywność rozwijająca wyobraźnię i sprawność fizyczną.