

02.11.2020 W1 W2 W3

Zajęcia Ruchowe

Dla każdego coś dobrego – ciekawe zabawy na świeżym powietrzu



O tym, że ruch to zdrowie, a szczególnie ruch na świeżym powietrzu wiemy Wszyscy 😊 Posiadamy w zanadru gry z naszego dzieciństwa, które mimo upływu czasu, dziś są tak samo interesujące, jak przed laty. Co zatem możemy zaproponować?

Oto kilka propozycji

- zabawa w chowanego,
- berek
- ciuciubabka
- tor przeszkód, np. na placu zabaw
- zabawa w ciepło – zimno
- zabawy z piłką, kręglami, szarfami
- skakanki i gumy do skakania
- gra w klasy
- zabawy w piaskownicy
- jazda na rowerze





---

## Praktyka czyni mistrza, a różnorodność poszerza horyzonty

Bardzo ważną kwestią jest stworzenie możliwości, by dziecko miało szansę spróbować, jak największej ilości różnorodnych zabaw, sportów czy gier ruchowych. Jako rodzice nie powinniśmy dzielić zabaw na chłopięce i dziewczęce. Chcąc, jak najlepiej kierować rozwojem swojej pociechy pozwólmy jej próbować i dokonywać wyborów na podstawie własnych preferencji i doświadczeń.

Wybierzcie sobie proszę coś z podanych przykładów i bawcie się wspólnie ruchem 😊

Miłego dnia

Smutek Agata