

Dzień dobry,

Proponuję dziś lekcję w formie zabawowej rodzic-dziecko.

Przed rozpoczęciem zabawy, proszę o przygotowanie miejsca ćwiczeń. Musimy zapewnić bezpieczeństwo dzieciom i sobie, odsuwamy sprzęty na bok, warto przygotować miejsce na dywanie lub zorganizować maty, ręcznik do ćwiczeń. Potrzebujecie Państwo też dostępu do strony internetowej .

Zadbajmy o odpowiedni ubiór dzieci do ćwiczeń. Ubranie stroju gimnastycznego to też element edukacji naszych pociech. Pozwólmy dzieciom wykonać to zadanie samodzielnie, zajmie to niektórym więcej czasu, ale z dnia na dzień dzieci będą bardziej samodzielne. Powiedzmy, że do ćwiczeń każdy przebiera się w strój (np. na basen zakładamy strój kąpielowy , na narty kombinezon a na ćwiczenia na salę koszulkę i spodenki i zmienne obuwie). Po zakończeniu, przebieramy się w ubiór codzienny i koniecznie myjemy ręczki - uczmy nasze dzieci zasad higieny w każdym momencie ich życia, tak by stało się to nawykiem.

Gotowi, to czas na dobrą zabawę, zaczynamy:

<https://www.youtube.com/watch?v=FacAJxilh4>

Życzę miłej zabawy z dzieckiem ☺