

Propozycja ćwiczeń w domu dla Przedszkolaków.

Poniedziałek 6.04

Przed rozpoczęciem ćwiczeń proszę tradycyjnie o przypomnienie dzieciom o przebraniu się w strój do ćwiczeń. Dzieci przebierają się samodzielnie (wspieramy samodzielność dzieci w kwestii samoobsługi). Wspólnie z dzieckiem przygotowujemy bezpieczne miejsce do zabawy/ćwiczeń. Tu też nie wyręczamy dzieci, będą dumne i bardziej zmotywowane, jeśli same przygotowują a potem też posprzątają miejsce ćwiczeń. Dziś będziemy potrzebować skakanki lub sznurka, długiego szalika, co macie Państwo po ręką.

Życzę miłej zabawy z dziećmi.

<https://www.youtube.com/watch?v=u3F0v0IO2eQ>

Środa 8.04

Przygotowujemy wspólnie bezpieczne miejsce do ćwiczeń. Dzieci przebrane są w strój do gimnastyki. Dziś proponuję dla dzieci troszkę ruchu przy muzyce. W poniższym linku ciekawy układ do nauki przez dzieci. Początki mogą być trudne, ale jeśli dzieciakom się spodoba i będziecie Państwo mieli możliwość włączyć kilkakrotnie ten filmik, to zabawa połączona z ruchem spowoduje u wszystkich lepsze samopoczucie a dzieci zapewne rozładują swoją energię. Zapraszam do wspólnej zabawy.

<https://www.youtube.com/watch?v=FP0wgVhUC9w>