

## Zabawy ruchowe:

### **1.Śmieszna wędrówka**

Dzieci ustawiają się w szeregu. Na samym początku staje prowadzący. Wyjaśnia dzieciom, że wszyscy razem odbędą śmieszna wędrówkę i, że powinny jak to możliwe wiernie naśladować jego ruchy. Razem wyruszają i idą po: ostrych kamieniach, miękkim mchu, wodzie, piasku, lepkiem podłożu. Wraz z grupą można tworzyć różne inne warianty zabawy.

### **2.Sieć pająka**

Do tej zabawy ruchowej potrzebna jest długa włóczka, kolorowe piłeczki i małe krzeselka. Po całej sali rozstawiamy w różnych miejscach krzeselka, a pomiędzy nimi rozwijamy włóczkę, tworząc w ten sposób ogromną sieć pająka.

Następnie wysypujemy na podłogę kolorowe piłeczki. Na mój sygnał dzieci zmieniają się w małe pajęczki i chodzą pomiędzy nitkami sieci tak, aby jej nie uszkodzić. Gdy wypowiadam jakiś kolor pajęczki zbierają piłeczki na przykład w kolorze niebieskim i zanoszą je do koszyka.

### **3.Balonowy tenis**

Dzielimy dzieci na dwa zespoły, przyklejamy łyżki drewniane do papierowych talerzyków i odbijamy balon, tak by nie spadł. Pole drużyn zaznaczamy taśmą papierową.

### **4. Bieg po buty**

Będziesz potrzebować papierowego, dużego pudła lub kosza na bieliznę. W zabawie biorą udział dwie drużyny (co najmniej po dwóch graczy w każdej)

Należy wyznaczyć linię startu i odcinek do przebiegnięcia – na jego końcu ustawić pudełka (po jednym na drużynę). Miejsce zabawy musi być na tyle bezpieczne, by można było biegać na bosaka.

Pierwszy gracz z drużyny biegnie do pudełka, zdejmuje buty i wkłada je do niego. Następnie biegnie z powrotem. Dotyka ręką kolegi i ten rusza... Kiedy już cały zespół jest bez butów, gracze po kolei biegną do pudełka, zakładają buty i wracają biegiem. Pierwszy zespół z butami na nogach – wygrywa.

### **5.Mama i dzieci**

Dzieci naśladowują nauczyciela, który przedstawia ruchy i odgłosy zwierząt podczas opowiadania: Ja jestem mamą, a wy moimi dziećmi. – Jestem mamą żabką, wołam swoje dzieci: kum, kum, kum – dzieci podskakują i odpowiadają kum, kum, kum). – Jestem mamą pszczołą i wołam swoje dzieci: bzzz – dzieci biegają i machają dłońmi i odpowiadają bzzz. – Jestem mamą bocianicą i wołam swoje dzieci: kle, kle, kle – dzieci chodzą z wysoko podniesionymi kolanami i odpowiadają: kle, kle, kle. – Jestem mamą myszką i wołam swoje dzieci: pi pi pi – dzieci czworakują i odpowiadają: pi pi pi. – Jestem mamą dzieci i wołam dzieci: gdzie jesteście? – a wy tu jesteście: a kuku! (gonitwa – dzieci uciekają, a nauczyciel biegnie za nimi, kogo dotknie odpowiada: a kuku!).