**Załącznik nr 2**

Dziecko wykonuje ćwiczenia na dywanie bez obuwia, najlepiej w bosych stopach.

Potrzebne materiały: przedmiot, który zastąpi nam: grzechotkę (np. ryż wsypany do małego pojemniczka), bębenek (np. pudełko, drewniane łyżki), woreczek (mała, cienka, sztywna książka), krążki (gazety, kartki A4), fragment spokojnej muzyki

**Bajkowa gimnastyka – zestaw zabaw ruchowych 2/04/2020**

1. **Poranek u krasnoludków**

Dzieci-kras­noludki „śpią” na dywanie; na dźwięk grzechotki budzą się, przeciągają i biegają swobodnie w różnych kierunkach.

1. **Gimnastyka Trzech Świnek**

Dzieci wykonują najpierw krążenie rąk w przód i tył; następnie skłony do przodu i wyprost; na koniec pod­skoki w miejscu.

1. **Czapka krasnoludka**

Dziecko-krasnoludek kładzie sobie na głowę woreczek - czapkę (lub inny dostępny przedmiot) i próbuje przejść do wyznaczonego celu. Osoba dorosła zwraca uwagę, że w tym zadaniu nie liczy się szybkość, lecz dokładność.

1. **Hop przez strumień!**

Dziecko maszeruje za osobą dorosłą do akompaniamentu wy­grywanego na bębenku. W miejscu, gdzie na dywanie cze­kają rozłożone krążki-kamienie, maluchy mają za zadanie „przedostać się przez strumień”, skacząc obunóż z krążka na krążek.

1. **Świnki odpoczywają**

Dzieci leżąc na dywanie wykonują spokojne ćwiczenia oddechowe przy akompaniamencie spokojnej muzyki.