



GIBALNE IDEJE

NAMEN IN CILJI:

- Z zgledom spodbujamo otroke k aktivnemu in zdravemu načinu življenja.
- Razvijanje gibalnih spretnosti in veščin.

POTREBUJEM:

- Športne rekvizite
- Ustrezno športno opremo in obutev

KAKO SE IGRAM?

Otrok potrebuje gibanje vsakodnevno.

V primeru lepega vremena se odpeljite na varno in izvajate sprehode, pohode v naravi, kjer ne srečate drugih ljudi.

Marsikaj pa se lahko izvede tudi doma (plazenje, lazenje, ples, poskoki s kolebnico, kotaljenje, joga za otroke ...)

Naredite pajkovo mrežo, otroci naj napeljejo volno, trak od stolov do miz, omar, itd, naj bodo pajki, ki varno preplezajo vse mreže ...

Vsak naj pokaže eno razgibalno vajo in jo ponovite vsi v družini ...