

Gimnastyka 3

Potrzebne rzeczy:

- Strój sportowy
- Zielony ręcznik
- Mała poduszka lub piłka
- Kartka papieru
- Woreczek sensoryczny (kasza lub ryż)
- Mata lub duży ręcznik
- dostępne miejsce przy ścianie, tak żeby dziecko swobodnie mogło przy niej stać

Tor przeszkód

Potrzebne rzeczy:

- 2 krzesła
- wycieraczka
- 3 woreczki z kaszy lub ryżu
- 6 zakrętek po butelce
- 3 plastikowe pojemniki (2 na zakrętki i 1 na spinacze)
- kilka kolorowych spinaczy
- 2 butelki wody
- 4 poduszki (jaśki)
- ręcznik
- krzesło obrotowe
- lina np. skakanka
- miska
- sznurek lub taśma na spinacze