

## DOMOWY TOR PRZESZKÓD

Gdy za oknem pogoda nie zachęca do zabaw na dworze, możemy wymyślić w domu swoje własne zabawy, które znakomicie wpłyną na nasz rozwój motoryczny a także kondycje fizyczną.

Jedną z nich jest **Domowy Tor Przeszkód**.



Ułóżcie ścieżkę z poduszek. Mogą być różnej wielkości i miękkości. Chodzi o to, aby były one wystarczająco duże i stabilne. Najlepiej robić to na dywanie lub dużym kocu. Celem zabawy jest przebiegnięcie trasy jak najszybciej i przeskakiwanie z przeszkody na przeszkodę (w naszym przypadku poduszki) tak, aby nie dotknąć podłogi. Możecie udawać, że podłoga jest lawą lub wodą i nie można jej dotknąć .

Zaproście do zabawy rodziców oraz rodzeństwo.

**Adrenalina, dobra zabawa i trening równowagi gwarantowane!**



Nauczyciele świetlicy

Źródło: [dzieńdobry.tvn.pl](http://dzieńdobry.tvn.pl)