

BAWIMY SIĘ WESOŁO

zestaw ćwiczeń i zabaw Metodą Ruchu Rozwijającego Weroniki Sherborne.

Powitanie

- **Powitanie paluszkami i stopami** – rodzic z dzieckiem witają się stopami i palcami dotykając się wzajemnie

Część właściwa

- **"Plastelina"**- Dziecko leży na dywanie - nogi wyprostowane, ramiona wzdłuż tułowia. Rodzic "lepi z plasteliny" wg własnego pomysłu np. unosi nogę, zgina łokcie, przetacza na bok, zwija dziecko w "kłębek". Dziecko biernie poddaje się "lepieniu".
- **"Kłębek"** - Dziecko zwija swoje ciało w kłębek. Rodzic próbuje je rozwinąć. Zamiana ról.
- **"Walka kogutów"** Rodzic i dziecko naprzeciwko siebie w pozycji kucnej. Otwartymi i zwróconymi do siebie dłońmi razem próbują się przepychać i nawzajem przewrócić.

Zakończenie

- **"Fotelik"** - Rodzic w siadzie skrzyżnym. Dziecko siada na skrzyżowanych nogach rodzica i wtula się w niego. Ten kołysze dziecko w rytm muzyki relaksacyjnej.