**Zadania ruchowe – WWR**

Zabawy z zakresu bezpiecznego rozrabiania:

- Rodzic kładzie się na plecach przyciąga kolana do klatki piersiowej, złącza kostki i układa sobie dziecko na łydkach. Dziecko powinno mieć nogi po dwóch stronach kostek rodzica, kolana zgięte i stopy w powietrzu. Żeby „zakotwiczenie” było bezpieczne, można zadrzeć stopy na zewnątrz i przytrzymać nimi tył ud dziecka. Dziecko należy złapać za ramiona i delikatnie kołysać w przód i w tył, na boki. Potem na dobre proprioceptywne zakończenie rodzic kładzie się na płasko na plecach i przytula dziecko do siebie.

**-** Rodzic sadza sobie dziecko na kolana, trzymając je w pasie:

\* podrzuca dziecko delikatnie i rytmicznie kolanami

\* podrzuca dziecko nieco energiczniej w górę i w dół

\*unosi kolana na zmianę, tak żeby dziecko kołysało się na boki

**-** Rodzic klęka i prosi dziecko żeby usiadło na nim jak na „koniku”. Zabieramy malucha na przejażdżkę.

- Rodzic stoi przodem do dziecka, bierze ja za ręce i prosi aby postawiło swoje stopy na stopach dorosłego. Należy rytmicznie przejść się po pokoju. W tym samym czasie można liczyć, śpiewać, nucić, mówić wierszyk, albo słuchać muzyki.

- W pokoju na podłodze należy rozłożyć grubą kołdrę lub dużą matę gimnastyczną. Dziecko na takiej podłodze może turlać się z pleców na brzuch, podskakiwać, bawić się, a nawet drzemać.