

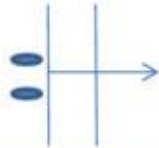
DZIŚ PROPONUJEMY WAM GRĘ W GUMĘ - KTÓRĄ UWIELBIACIE:):)

Jak najbardziej możecie grać w nią w domu i na podwórku :D Tutaj zasady:

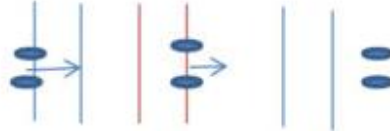
Gra w dziesiątki

1 wersja

1. Przeskocz przez gumę



2. Naskocz na każdą gumę i wyskocz



3. Przyciśnij 1 gumę 3x



4. Naskocz na gumę jak w pkt. 2, cofnij się na 1 gumę i jeszcze 1x na drugą gumę



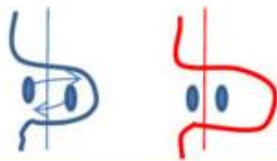
5. Zachaczając palcami gumę 1 stań 1 nogą 5 x na gumę 2



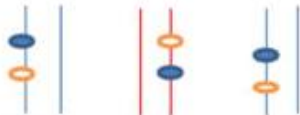
6. Wskocz tak, aby 1 guma była między stopami, następnie na nią naskocz, później 2 guma tak samo i znowu 1 guma



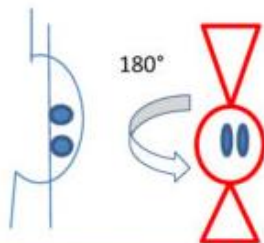
7. Koperta- jedną nogę przekładasz wraz z gumą 1 za 2 gumę i przeskakujesz okręcając się 7 x
Dla ułatwienia można podciągać przekładaną gumę na kolano.



8. Jedną stopę wsuń pod 1 gumę, drugą stopę postaw na 1 gumie. Przeskokami zmieniaj stopy skacząc raz na pierwszej, raz na drugiej gumie do naliczenia 8 skoków



9. Cukierek - zachaczając palcami gumę 1 przeskocz gumę 2, tak żeby znaleźć się między gumami w koperce i obracaj się 9x



10. Wskakujemy między gumy jak w pkt.9 i wyskakujemy. Powtórzyć czynność 10 x.

Jeśli ktoś przejdzie wszystkie rundy podciąga się gumę na wysokość łydek, następnie na kolana.
Jeśli ktoś skusi, zmienia osobę trzymającą gumę.

o - oznacza stopę pod gumą

Poniżej film instruktażowy:

<http://zabawypodworkowe.pl/gra-w-gume-dziesiatki-wersja-1/>

Dobrej zabawy, odpoczynku i zdrowia!!!!

Wychowawcy świetlicy Ewa Ozimirska i Agata Putko

Pamiętajcie o zdjęciach. Będzie nam miło jeśli nam przysłecie dowód swojej zabawy!!!

Znajdźcie nas w dzienniku elektronicznym i wyślijcie na pocztę. Pozdrawiamy Was i przesyłamy całuski dla każdego :):)