

## Zabawy korekcyjne w domu

### 1. Ćwiczenie oddechowe

Wyścig kulek papierowych

potrzebne przybory to: gazeta, słomki, sznurek

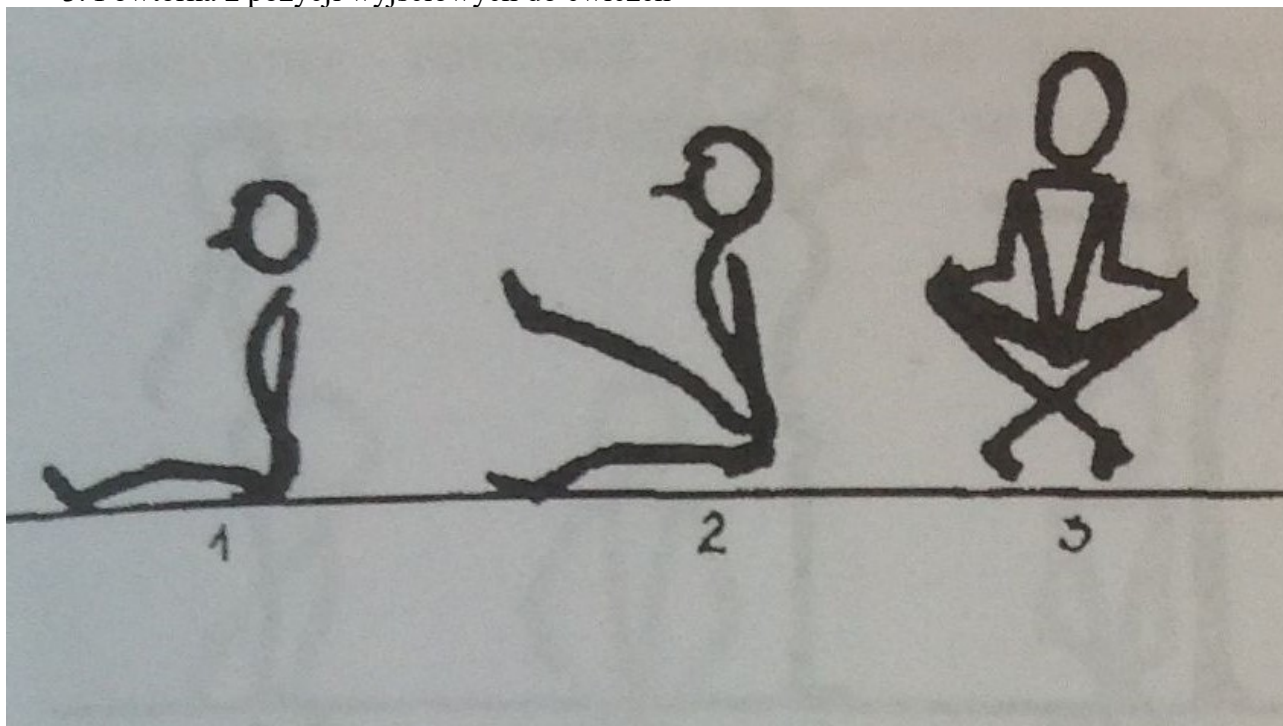
Z gazet zginiatamy kulki, ze sznurka układamy tory z meta na końcu przez słomkę dmuchamy kulki kto prędzej do mety

### 2. Ćwiczenia stóp

Przybory : gazeta

- a) bosymi stopami staramy się podrzeć gazetę na kawałki
- b) stopami zginiatamy gazetę staramy się uformować kulkę, następnie chwytamy kulkę stopami i podnosimy do góry
- c) zwijamy z gazet stopami dwie kulki i dwiema stopami równocześnie turlamy po podłodze uważać by nie zgnieść kulek

### 3. Powtórka z pozycji wyjściowych do ćwiczeń



- 1 siad prosty
- 2 siad rozkroczny
- 3 siad skrzyżny