

Razgibajmo se. Za rekvizite lahko uporabimo prav vse kar imamo doma. Prepustimo se domišljiji, otroci bodo uživali še bolj kot s kupljenimi rekviziti. Poligon poteka v naravi, lahko kar okrog hiše. Nekaj malega sem jaz izdelala že dan prej iz kartona.

Poligon priredite svojemu terenu in prostoru primerno. To so le ideje...

Sledi prikaz:

Pri prvi nalogi otroku zavežemo oči z rutko, krpo,... Z rokami se prime vrvico in z prevezanimi očmi sledi vrvici.

1.



2. Hoja ali poskoki iz gume v gumo



3. Otrok si na čevlje (z vašo pomočjo) natakne karton, nanj je nalepljen lonček in v njem je jajce, le tako hodi do naslednje postaje. Paziti mora, da



jajca ne razbije.

4. Spust po toboganu



5. Postavimo na tla že prej pripravljene dlani in stopala, ki smo jih naredili iz kartona...



6. Stole obrnemo narobe ali jih poležemo na tla in tako pripravimo otroku ovire čez katere ali pod katerimi mora...



7. Zajčkovi poskoki na stopnice (če stopnic ni pa kar tako)



8. Pazljivo prestopanje napeljene vrvice



9. Vzpenjanje, hoja ali pa po vseh štirih po ležeči lestvi na hribu (lahko tudi ravnini)



10. Čez mostiček ki se guga



11. In hop čez tunel iz praznih skupaj povezanih škatel



12. Tek do lestev

13. Spretno vzpenjanje po lestvi, skozi zgornji ročaj, na drugo lestev gor in čez ponovno dol.



14. Hoja po dvignjeni deski



15. Hoja po okroglih in polkroglih brunah (lahko se uporabi tudi polena)



16. In za konec še labirint iz duplo kock po katerem je peljala do cilja s pomočjo plastične žlice pink ponk žogico...



Med nekaterimi postajami so bile na tleh še ravne deske, po katerih je hodila in neke kamni na katere je poskakovala iz enega na drugega. Seveda so to le možnosti za izpeljavo poligona, lahko pa uporabite še marsikaj.

Lepo telovadite.