

ĆWICZENIA KSZTAŁTUJĄCE ORIENTACJĘ W KIERUNKACH ORAZ PAMIĘĆ RUCHOWĄ

1. Ćwiczenia równoważne (wszelkiego rodzaju przejścia po narysowanej linii, po łąweczkach, po rozłożonej skakance, po krawężniku);
2. Ćwiczenia ruchu: chodzenie na wprost, chodzenie linią zygzakowatą, biegi slalomem z omijaniem przeszkód, chodzenie tyłem po prostej i zygzakiem (utrudnieniem powyższych ćwiczeń jest wykonywanie ich przy zamkniętych oczach);
3. Ćwiczenia związane z percepcją słuchową („Głuchy telefon”, „Skąd dochodzi głos”);
4. Zabawy przed lustrem -np.: naśladowanie sposobu poruszania się zwierząt.