

Dziecko siedzi na krzeselku, a przed nim leży szarfa. Chwyta palcami jednej stopy szarfę, unosi nogę do góry i macha szarfą na boki.

□□□□□□□□ □□ **Ćwiczenie 3:**□

Dziecko stoi przed szarfą ułożoną w kółko. Dziecko staje w kółku, chwyta dłońmi szarfę i wciąga ją w górę, aż do zdjęcia przez głowę.

□□□□□□□□ □□ **Ćwiczenie 4:**

Dziecko stoi przed 3 – 4 kółkami z szarf. Wykonuje skok obunóż z jednego kółka do kolejnego.

□□□□□□□□ □□ **Ćwiczenie 5:**

Dziecko siedzi na podłodze z szarfą w dłoniach. Wkłada szarfę między stopy, unosi nogi nad podłogę i wykonuje ruchy jak przy praniu bielizny. Kolana powinny być przy tym skierowane na zewnątrz, a podeszwy stóp do siebie.

□□□□□□□□ □□ **Ćwiczenie 6:**

Dziecko stoi przed szarfą, chwyta palcami stóp końce szarfy (jeden koniec szarfy palcami jednej stopy, a drugi koniec – palcami drugiej stopy). Dziecko chodzi po pokoju starając się utrzymać szarfy palcami stóp.

□□□□□□□□ □□ **Ćwiczenie 7:**

Dziecko siedzi na podłodze z ugiętymi nogami, palcami stóp trzyma jeden koniec szarfy. Rodzic siedzi przed dzieckiem trzymając w dłoniach drugi koniec szarfy. Rodzic ciągnie szarfę, starając się wyciągnąć ją spod palców dziecka.

□□□□□□□□□□ **Ćwiczenie 8:**

Dziecko siedzi na krześle. Przed dzieckiem leży szarfa złożona na pół. Dziecko piętą przyciska koniec szarfy, następnie zwija szarfę pod stopę ruchami zginania palców.

□□□□□□□□□□ **Ćwiczenie 9:**

Rodzic trzyma szarfę uniesioną w górę. Dziecko odbiciem obunóż stara się wyskoczyć w górę tak wysoko, aby dosięgnąć rękoma koniec szarfy.

Życzę udanej gimnastyki przez zabawę.

Łukasz Łukasiewicz -□ rehabilitant