Gimnastyka korekcyjna w domu.

1. Poszukaj plastikowej pokrywki, połóż ją na czubku głowy i chodź z wyprostowaną głową po pokoju lub przedpokoju – 5 minut
2. Turlaj się z bratem, siostrą , zaproś mamę, tatę po podłodze z wyprostowanymi , złączonymi nogami, a ręce wzdłuż tułowia. – 5 minut
3. Udawaj pływającą żabkę po rozłożonym na dywanie kocyku. – 5 minut
4. Podawaj stopami najlepiej mamie lub tacie piłkę – gumową. – 5minut
5. Jak masz w domu materac to skacz tak na 90% napompowanym materacu i turlaj się - 10 minut.

Powtarzaj ćwiczenie po 3 razy 

Naśladuj chód pingwinków – powodzenia !