

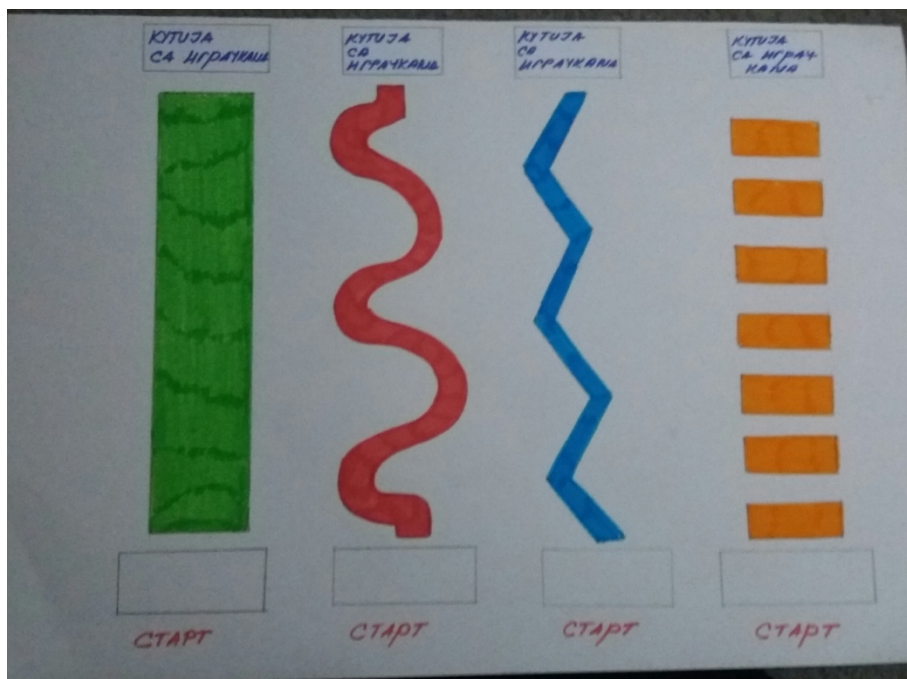
# POLIGON-MOTORIČKE AKTIVNOSTI U JASLENOM UZRASTU

Papirnu traku zalepiti na pod na način prikazan na slici (prava linija ,krivudava ,cik -cak i kao pešački prelaz .

Na jednoj strani označiti start i staviti praznu kutiju (korpicu ).Na drugoj strani staviti kutiju (korpicu )koju možete napuniti igračkama ,lopticama ,kockicama .

Deca imaju zadatak da od označeno starta krenu do kutije (korpice)uzmu predmet koji ste stavili i istom putanjom vrata se i ubace predmet i praznu kutiju (korpicu ) na sledeći način: puzanjem laganim hodom ,trekaranjem ,skakutanjem prateci obeleženu liniju .

Poligon pešački prelaz prelaze skakutanjem sa linije na liniju i laganim korakom sa linije na liniju .





## Skakanje

Prva linija je start, sa prve se skače na drugu, pa na treću, četvrtu... To bi bio izazov za mlađe i one koji uvežabavaju skakanje. Kada uvežbaju skakanje sa linije na liniju, mogu da pokušaju da preskoče po jednu i tako sa par skokova pređu poligon. Malo starijim i veštijim skakačima možete odmah postaviti ozbiljan izazov: ko može dalje da skoči?



### Skakanje unazad

Skakanje od linije do linije unazad je ozbiljan izazov i za stariju i za mlađu decu. Nije jednostavno kao što se čini. Dovoljno je teško pa je skok od linije do linije sasvim dovoljan za sve uzraste.



### Skakanje na jednoj nozi

Skakanje na jednoj nozi je zabavno jer deca treba da održavaju ravnotežu kako ne bi pala. Skokovi na jednoj nozi su kraći pa će biti dovoljan izazov da skaču sa linije na liniju. Biće još interesantnije kada im iznenada kažete da promene nogu.



### Poligon za hodanje

Ako niste za skakanje, napravite poligon za hodanje. I tu su vam na raspolaganju varijacije: najsitnijim koracima, noga ispred noge, na prstima, unazad, sa strane...

Pripremile:

Aleksandra Rasinac, medicinska sestra-vaspitač u vrtiću „Neven”

Jelena Radivojević, medicinska sestra-vaspitač u vrtiću „Labud”