

Usprawnianie układu przedsionkowo – proprioceptywnego

- skoki obunóż w miejscu, do tyłu, do przodu, do tyłu, na boki
- przeskakiwanie z nogi na nogę
- ślizganie się w kółko na brzuchu, na plecach
- skłony, skręty, obroty głową
- marsz z wymachami rąk
- skoki „pajacyk”
- skoki żabka
- turlanie się po podłodze, z nogami wyprostowanymi, ręce wzdłuż ciała
- ślizganie się po podłodze na małym kocyku w pozycji na brzuchu, dziecko odpycha się rękoma od podłoża
- zabawy w przepychanie i siłowanie się
- przeciąganie liny
- odbijanie balonika; głową, łokciem, nogą
- wałkowanie pleców wałkiem kuchennym
- naleśnik, zawijanie dziecka w koc
- odbijanie stopami piłki plażowej