Sat 5. Tjelesna i zdravstvena kultura

Uključi članove obitelji u svoju igru. Zamoli odrasle članove obitelji da ti pomognu u sastavljanju prepreka.

F.H.: postavite kutiju/manju stolicu na koju trebaš skočiti, a potom skočiti sa stolice. Postavi stolić na sredinu prostora i zaobiđi ga, što znači da trebaš prijeći oko stolića. Na kraju poligona neka se nalazi lopta koju trebaš baciti u zrak i uloviti. Kada loptu spustiš na mjesto na kojemu je bila prije, trčiš natrag na svoje mjesto. Pobjeđuje član obitelji koji je najbrži (netko od starijih može pratiti vrijeme pomoću štoperice).

T.G.: ispred sebe postavi loptu. Nekoliko koraka ispred lopte postavi obruč. Uz fizičku podršku odrasle osobe zaobiđi loptu. Potom idi prema obruču, stani u obruč i vrati se na mjesto. Uključi druge članove obitelji, neka se i oni igraju, možete pokrenuti i natjecanje. Pobjednik provodi 20 minuta na ljuljački.

E.I.: ispred sebe postavi loptu. Nekoliko koraka ispred lopte postavi obruč. Uz fizičku podršku odrasle osobe zaobiđi loptu. Potom idi prema obruču, stani u obruč i vrati se na mjesto. Uključi druge članove obitelji, neka se i oni igraju, možete pokrenuti i natjecanje. Pobjednik provodi 20 minuta na ljuljački.