

CYRKOWE UMIEJĘTNOŚCI – pomysły na zabawę w domu

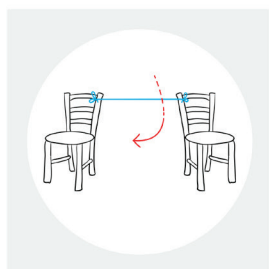
Czas na sprawdzenie umiejętności takich jak: zwinność, utrzymanie równowagi, wytrzymałość!

Znajdziecie tutaj pomysły na świetną zabawę.

Ciekawe czy uda się Wam zrealizować przynajmniej kilka zadań z poniższej listy?

Nie zapomnijcie poprosić rodziców o zgodę i pomoc w bezpiecznym ich wykonaniu.

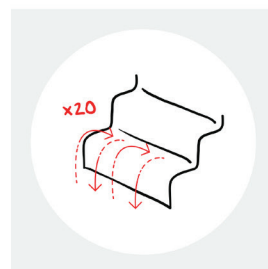
#MustangDuchWolnościWyzwania #PulsKids



ZWINNOŚĆ
 przechodzenie pod liną



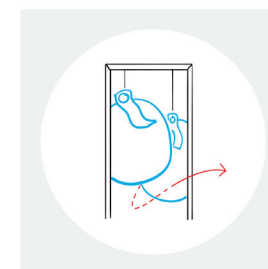
SIŁA
 podnoszenie ciężarków



WYTRZYMAŁOŚĆ
 10 skoków przez linę



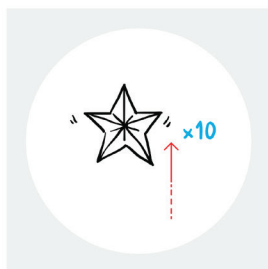
ZWINNOŚĆ
 utrzymanie równowagi
 z zasłoniętymi oczami
 przez 10 sekund



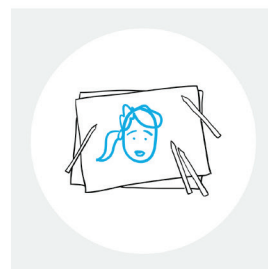
SIŁA
 przejście przez przeszkodę
 z poduszek



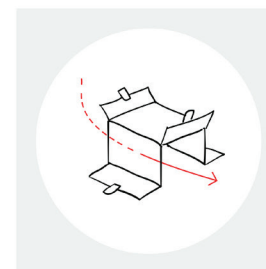
ZWINNOŚĆ
 kręgle z puszek



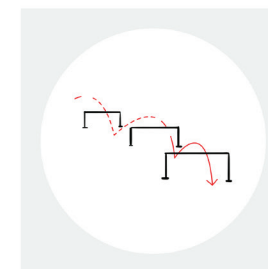
WYTRZYMAŁOŚĆ
 10 skoków pajacyków



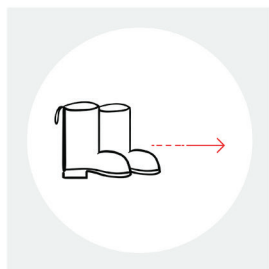
**ZDOLNOŚCI
 PLASTYCZNE**
 narysuj swój portret



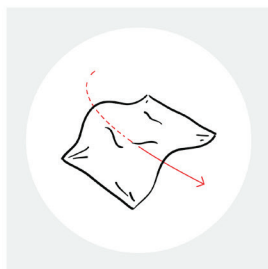
WYTRZYMAŁOŚĆ
 czołganie się przez tunel
 z kartonu



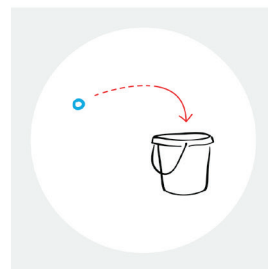
ZWINNOŚĆ
 skoki przez przeszkody



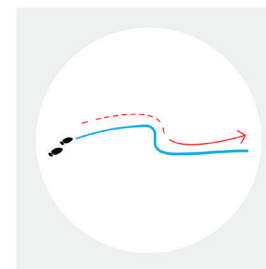
ZWINNOŚĆ
 przejście przez 3 metry
 w za dużych kaloszach



WYTRZYMAŁOŚĆ
 czołganie się przez tunel
 z koca



ZRĘCZNOŚĆ
 wrzucanie przedmiotów
 do koszyka



ZWINNOŚĆ
 przejście po linii utrzymując
 równowagę



ZWINNOŚĆ
 skoki do kółek