**Sziasztok gyerekek....**

Tudom, hogy hatalmas mozgásigényeteket nagyon nehéz négy fal közé szorulva kielégíteni. Szerencsésebbek, akiknek van egy kisebb, nagyobb udvaruk, ahol lehet futkosni. De bármikor beköszönthet a rossz idő, amikor ezt sem tehetjük meg.

Ezekre az esetekre gyűjtöttem pár mozgásos játékot, amit a lakásban is tudtok játszani. Kicsit félre kell tolni a bútorokat, és már indulhat is a móka!

 **Találd el!**

Betűket vagy számokat írjunk post-it papírkákra. Ragasszuk ezeket az ajtóra vagy a szekrényre. Vegyünk elő egy kisebb szivacslabdát, de teljesen megfelel egy pár összegombolyított zokni is, vagy NERF puska. Mondjuk a betűt vagy a számot, és el kell találnia a labdával. Számoknál mondhatunk összeadást, kivonást, szorzást is, és az eredményt kell eltalálnia. Ha betűket használunk, akkor mondhatunk egy szót is, és azt kell elbetűzve kidobni.



**ABC vadászat**

Mondjuk magunkban az ábécét, és kérjünk meg valakit, hogy valamikor mondja azt, hogy stop. Mondjuk ki hangosan azt a betűt, amelyiknél éppen tartunk. Az lesz a feladat, hogy járj körbe a lakásban, és érints meg minél több olyan dolgot, ami azzal a betűvel kezdődik. Ha már nem találsz többet, akkor játsszátok el egy másik betűvel is.

**Célbadobás**

Célbadobós játékhoz használjatok nyugodtan a szennyeskosarat. Dobálhattok bele plüssöket, vagy egy pár zoknit összegombolyítva. (Egy ötlet: a zoknikat előtte nektek kell párosítani.)

.

Jó szórakozást, vidám perceket kívánok!