



V skupini Račke, kljub temu da gre za najmlajše otroke, gibanja nikakor nismo zanemarjali. Zavedamo se, da je potreba po gibanju otrokova primarna potreba, ki mora biti potešena tudi v času bivanja v vrtcu. Poleg dolgoročnih blagodejnih učinkov na zdravje, gibanje otroku prinaša tudi veselje, ugodje in dobro počutje.

Želele smo jim omogočiti čim več gibanja v naravi pri čemer nas ni oviralo niti slabo vreme. Zelo prav nam je prišla naša pokrita terasa oz. atrij.

V skupini smo imeli vsak dan gibalne minute, kjer smo s pomočjo joge za otroke dobro razgibali svoja telesa. Ko nam je vreme dopuščalo smo odšli na sprehod, kjer smo raziskovali bližnjo okolico. Z gibanjem je otrok zaznaval in odkrival svoje telo. Preizkušal kaj zmore in ob tem doživil veselje ter ponos ob razvijajočih se sposobnostih in spretnostih s čimer je tudi gradil zaupanje vase.

Žal nam je epidemija in vse povezano z njo v tem letu onemogočila uporabo telovadnice, smo pa zato spretno izkoriščali našo igralnico in garderobo, da smo izpeljali gibalno urico.

Vedno smo najprej ogreli smo svoje telo. Največkrat s pomočjo glasbene igre *Ropotulja igra*. Ko je ropotulja igrala hitro in glasno, smo v prostoru tekali, ko je ropotulja igrala počasneje, smo tudi mi hodili počasneje in po prstih. Ko smo se dovolj ogreli, smo telovadbo nadaljevali s pripovedovanjem izmišljene zgodbe (PRIMER: »*Ali ste videli sonce? - Ne! - Ja! - Ne vem!*« Nato Narišimo z obema rokama ali nogama veliko sonce. Pogledamo ali je sonce na tleh ali na nebu).

Skupaj smo večkrat pripravili tudi poligon, kjer smo se plazili skozi tunel, se preizkušali po stopnicah in se spustili po klančini navzdol. Sprehajali smo se po klopci in skočili v globino. Ker smo bili že pošteno utrujeni, smo se za zaključek telovadbe ulegli na blazino in prisluhnili zvokom narave. Iz zasluženega počitka nas je prebudila lutka sonce.

Ob vsem blagodejnih učinkih je pomembno poudariti tudi, da je telovadba gradila občutek pripadnosti v skupini. Z vsako telovadbo so bili otroci med seboj še bolj povezani in motivirani tudi za izvedbo drugih dejavnosti.

