**Αδρή Κινητικότητα**

1.Ζητάμε από το παιδί να μετακινηθεί : περπατώντας στα τέσσερα όπως ο σκύλος, βαριά όπως ο ελέφαντας, αθόρυβα όπως το ποντίκι, αδέξια όπως η πάπια, σηκώνοντας το κεφάλι όσο γίνεται ψηλότερα όπως η καμηλοπάρδαλη, με πηδηματάκια όπως το βατραχάκι

 2.Το παιδί περπατάει γύρω από το τραπέζι στις μύτες των ποδιών του και επιστρέφει από την αντίθετη πλευρά περπατώντας στις φτέρνες.

 3. Ζητήστε από το παιδί να κυλίσει στο πάτωμα από τον ένα τοίχο στον άλλο.

4. Να χτυπάει τα χέρια του και να πρέπει να πηδάει συγχρόνως.

 5. Σχηματίστε στο πάτωμα ένα κύκλο. Το παιδί πηδάει με ενωμένα τα πόδια μέσα και έξω από τον κύκλο. Να επαναλάβει με το ένα πόδι αν μπορεί.

 6. Βάλτε διάφορα εμπόδια (καρέκλες, σκαμπό, βιβλία κτλ) στο δωμάτιο. Το παιδί πρέπει να κινείται χωρίς να τα αγγίξει είτε ελεύθερα στο χώρο είτε ακολουθώντας προκαθορισμένη πορεία τηρώντας τις εντολές