ΕΞΑΣΚΗΣΗ - ΒΕΛΤΙΩΣΗ ΔΕΞΙΟΤΗΤΩΝ ΧΕΙΡΙΣΜΟΥ ΜΕ ΥΦΑΣΜΑΤΑ & ΚΟΡΔΕΛΕΣ ΚΑΛΛΙΕΡΓΕΙΑ ΡΥΘΜΟΥ & ΦΑΝΤΑΣΙΑΣ

 Τα υφάσματα & οι κορδέλες είναι υλικά εύκολα για να βρεθούν στο σπίτι

 ( ίσως το φουλάρι της μαμάς ή ένα κομμάτι από φόδρα ) !

Μπορεί να χρησιμοποιηθεί με πολύ καλά αποτελέσματα στη Φυσική Αγωγή, για την καλλιέργεια της έκφρασης, της φαντασίας και του ρυθμού.

Επιλέξτε το αγαπημένο σας **μουσικό κομμάτι** και αυτοσχεδιάστε!!

Πιο κάτω παραθέτω **μερικές ιδέες** για ασκήσεις με υφάσματα & κορδέλες και σχετικά βίντεο

**Δημιουργία σχημάτων με κίνηση χεριών**

 Κύκλος-Τρίγωνο-Ορθογώνιο-Φιδάκια-Σπιράλ

**Μιμήσεις που αφορούν ζώα**

Τοποθετούμε το ύφασμα πίσω μας και το κινούμε σαν ουρά αλόγου

Γινόμαστε ταυρομάχοι και προκαλούμε με το ύφασμα ένα ταύρο

Καβαλικεύουμε μια αγελάδα και το κινούμε σαν λάσο

**Παιχνίδια φαντασίας και κίνησης:**

 Φυσά δυνατά ο άνεμος

 Η θάλασσα έχει μεγάλα και αγριεμένα κύματα

Είστε ψαράδες, ρίχνεται το καλάμι στη θάλασσα και τραβάτε ένα μεγάλο ψάρι κλπ

**Για τα βίντεο κάντε κλικ στους παρακάτω συνδέσμους**

<https://www.youtube.com/watch?v=Dt2P5jg3vZk>

<https://www.youtube.com/watch?v=I6JgyHBb8w8>



Καλή επιτυχία!!!