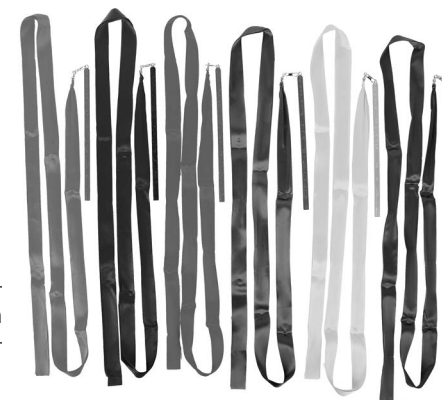


dziecka. Celem takich działań jest pobudzenie obszarów mózgu, związanych z odbiorem i przetwarzaniem bodźców zmysłowych, wykorzystanie plastyczności mózgu i wzmocnienie siły połączeń neuronalnych. Zestaw wstęg jest idealnym narzędziem do przeprowadzania rehabilitacji zarówno leczniczej jak i sensorycznej. Terapia z zestawem poprawia koordynację ruchową małucha, dzięki czemu sprawniej wykonuje wszystkie czynności, zachodzą pozytywne zmiany w jego zachowaniu, zdolnościach intelektualnych, funkcjonowaniu w grupie itp.



Wstęgi gimnastyczne 2 m TY 0105



Wiek

- 3+

Zestawy wstęg do gimnastyki artystycznej i ćwiczeń wzmacniających wszystkie mięśnie ciała, a w szczególności mięśnie rąk i barków. Zaopatrzone w rączki.

Specyfikacja produktu

- ilość: 6 sztuk,
- długość wstęgi: 2 m,
- kolory: czerwony, pomarańczowy, żółty, zielony, niebieski i fioletowy.

Zestaw wstęg w pięknych, wyrazistych kolorach do wszechstronnego zastosowania podczas zajęć ruchowych i gimnastycznych. Można je również wykorzystać do tworzenia obręczy do budowania zbiorów.

Zestaw wstęg przeznaczonych do różnego rodzaju ćwiczeń gimnastycznych. Doskonale nadają się na zajęcia korekcyjne, rehabilitację, rytmikę, zajęcia taneczne i muzyczne oraz zajęcia wychowania fizycznego. Są idealnym dopełnieniem zadań akrobatycznych.

Wstęgi gimnastyczne to produkt, który powinien być wszędzie tam gdzie są dzieci. Przypuszczać można, że wstęgi wykorzystamy tylko na zajęciach fitnessu, rytmiki, gimnastyki artystycznej, tańca, baletu. Ale to błędne myślenie – wstęgi takie znajdą zastosowanie w każdym miejscu i sytuacji. Wstęga gimnastyczna może być używana do zabawy w domu, w ogrodzie, na spacerze – jest to dobry pomysł na zainteresowanie dziecka aktywnością i ruchem. Mieniące się tęczkowymi kolorami wstęgi z pewnością uśmieją niejednego spacer, zajęcia ruchowe, dodają charakteru występom np. w przedszkolu.

SI IN TY 0105 12/22



nowa szkoła
ul. POW 25, 90-248 Łódź,
www.nowaszkoła.com
tel. (42) 630 17 28,
(42) 630 04 88, fax: (42) 632 73 28

OSTRZEŻENIA!

1. Produkt nie jest przeznaczony dla dzieci poniżej 3 lat. Ryzyko uduszenia wstęgą.
2. Do użytku pod bezpośrednim nadzorem osoby dorosłej.
3. Należy zachować opakowanie lub/i instrukcję. Zawierają one ważne informacje mogące być przydatne w przyszłości.
4. Użytkowanie niezgodne z zaleceniami zwalnia producenta od odpowiedzialności za ewentualne szkody.



Zachęca maluchy do tańca i ćwiczeń. Wstęgi uatrakcyjnią każdy pokaz taneczny czy występ artystyczny.

Wstęgi gimnastyczne na rewelacyjna zabawa zarówno dla dziewczynek, jak i chłopców. Jej wykorzystanie sięga daleko poza zajęcia z rytmiki. Kolorowa wstęga pozwala nie tylko na tworzenie przeróżnych wzorów, ale także umożliwia maluchom ćwiczenie koordynacji ruchowej, zręczności i równowagi ciała podczas najbardziej wymyślnych spiral i obrotów. Jest to przedmiot, który z pewnością pomoże wszystkim małym tancerkom i tancerzom w opianowaniu swoich pierwszych układów tanecznych, a także wzbogaci je o rewelacyjny pokaz ze wstęgą. Wykorzystanie tego elementu pomaga dziecku ćwiczenie skupienia na wykonywanych ruchach. Wstęgi urozmaicają cały występ akrobatyczny. Ten drobny element całkowicie zmienia podejście dzieci do tańca i ruchu, gdyż skupiając się na wykonywanej czynności, traktując swoje ćwiczenie poważnie, co z czasem może okazać się prawdziwą pasją i objawić się w postaci naturalnego talentu.

Prezentowana wstęga gimnastyczna pięknie się rozmywa, dzięki czemu dziecko z radością tworzy nowe układy, które poza masą zabawy pomagają mu rozwinąć także jego zręczność i równowagę. Wytrzymała konstrukcja gwarantuje, że uchwyt nie ulegnie zniszczeniu podczas przeróżnych ewolucji, a wstęga jest odporna na ścieranie, co może się zdarzyć przy przypadkowym uderzeniu nią w ścianę. Jest także całkowicie bezpieczna dla najmłodszych, ponieważ nie posiada żadnych drobnych elementów.

Wykorzystywanie podczas zabaw wstęgi gimnastycznej to przede wszystkim ćwiczenie koordynacji ruchowej, ćwiczenie równowagi, zręczności, a także nauka skupienia na wykonywaniu czynności i kształtowanie precyzji ruchów.

Ze wstęgi mogą korzystać zarówno dzieci, jak i dorośli. Jest bardzo lekka i wytrzymała.

Bajecznie kolorowe, tęcza wstęgi gimnastyczne to gadzety pozwalające ćwiczyć ręce malucha, poprawiając jego koordynację ruchową i dostarczając wiele wspaniałych pomysłów do zabawy z przyjaciółmi. Lekka, poręczna i mieszcząca się do każdej torebki czy plecaka.

Przykłady ćwiczeń ze wstęgami gimnastycznymi na tzw. rozgrzewkę

- wymachy ramion w górę i w dół ze wstęgą trzymaną w dłoniach,
- skłony w przód ze wstęgą trzymaną w dłoniach,
- przysiady ze wstęgą trzymaną w dłoniach - schodząc w dół, ramiona idą w górę do poziomu, w trakcie powrotu ramiona przesuwały się do bioder,
- skłony boczne ze wstęgą trzymaną w dłoniach,



nadaje się do różnych dyscyplin sportowych. Dzięki zabawie ze wstęgami wzmocnione zostaną mięśnie, poprawiona motoryka ciała i precyzja ruchów. Jest to również ciekawa alternatywa dla codziennych ćwiczeń na boisku. Wspierają też treningi koordynacyjne. Przyczyniają się także do budowania szybkości oraz zwinności. Ćwiczenia ze wstęgami kształtują również przyspieszenie, balans ciała i koordynację ruchową zawodników.

Baw się i rozwijaj swoje sprawności motoryczne także poprzez wykonywanie slalomu i balansowanie ciałem. Ogranicza Was tylko wyobraźnia, a więc bawcie się i eksplorujcie.

Motoryka duża to priorytet w rozwoju ruchowym dziecka. Jest to pierwszy i nadrzędny etap rozwoju ruchowego, a im więcej ćwiczeń w formie ruchu będzie wykonywało dziecko, tym łatwiej przyjdzie mu wykonywanie zadań wymagających innych sprawności. Motoryka duża obejmuje wszelkie ruchy, które angażują całe ciało lub jego większą część.

Zestaw wstęg doskonale sprawdzi się także w różnego rodzaju terapiach, w tym głównie rehabilitacyjnej i w integracji sensorycznej. Zabawa wspierana odpowiednio dobranymi aktywnościami rozwija u dzieci zdolność do rozumienia i porządkowania bodźców i informacji dostarczanych z otoczenia i z własnego ciała poprzez zmysły. Umiejętność ta pozwala dziecku zrozumieć, jak funkcjonuje otaczający je świat i nadaje sens nieustannie docierającym zewsząd bodźcom. Układ nerwowy i mózg dziecka uczy się właściwego reagowania na bodźce zewnętrzne i integracji wrażeń płynących z różnych zmysłów. Systematyczne ćwiczenia ze wstęgami poprawią funkcje czuciowe

odpada. Gramy do ostatniego dziecka. Fajnie jest wprowadzać trudne hasła typu kompost, rzeżucha, wtedy oprócz zabawy dzieci uczą się nowych słów.

9. Tor przeszkód

– rozkładamy na ziemi wstęgi prosto lub w kształcie fali. Przy jednym końcu wstęgi kładziemy w rzędku kółeczka/ piłeczki. Zadaniem dzieci jest pokonać tor przeszkód (przejść po wstędze nie spadając z niej, przeskoczyć z kółeczka do kółeczka, wykonać slalom wokół piłek itp.). Zabawę urozmaici pokonywanie toru na czas – reszta dzieci liczy głośno sekundy osobie pokonującej tor przeszkód. Ciekawym rozwiązaniem jest też forma zawodów – dzielimy dzieci na dwie drużyny, które stają gęściego na początku dwóch identycznych torów przeszkód. Dziecko które pokona tor przeszkód biegnie do swojej drużyny przybija piątkę następnej osobie i ta może wystartować. Wygrywa drużyna która jako pierwsza wykona zadanie.

10. Szczurek

– dzieci stają w kręgu. Nauczyciel (lub starsze dziecko) staje w środku i trzymając za drążek wstęgi nisko nad ziemią, kręci się w kółko, rozkręcając wstęgę. Zadaniem dzieci jest przeskoczyć nad wstęgą, można dodać polecenia „skaczemy jak klauni, jak żonglerzy, baletnice” itp. Kto dotknie wstęgi staje się osobą kręcącą lub odpada i gra się do ostatniego uczestnika. Zabawa ta wyzwala dużo uśmiechu, uczy spostrzegawczości, podejmowania decyzji na czas i wzmacnia koncentrację.

11. Matematyka

– pobawcie się ze wstęgami w matematykę. Twórcie zbiory, segregujcie, układajcie sekwencje. Ogranicza Was tylko wyobraźnia.

Zestaw kolorowych wstęg daje wiele możliwości tworzenia własnych torów przeszkód oraz wykonywania ćwiczeń sportowych, akrobatycznych i tanecznych. W zależności od sposobu ukierunkowania zabawy, możemy mieć wpływ na rozwinięcie konkretnej zdolności motorycznej bądź na ogólny rozwój dziecka. Pokonywanie ścieżki aktywności rozwija spostrzegawczość, myślenie sekwencyjne oraz pobudza zmysły. W zależności od przyjętych zasad zabawa uczy współpracy i uczciwej rywalizacji.

Elementy zestawu wykorzystać można na wszelkiego rodzaju zajęciach gimnastycznych i ruchowych.

Zestaw wstęg to nieoceniona pomoc w codziennych zabawach ruchowych i gimnastycznych. Ćwiczenia ze wstęgami poprawiają szybkość i precyzję i urozmaicają wszelkie treningi sprawnościowe. Jest to idealne rozwiązanie zarówno dla zaawansowanych ruchowo uczestników jak i amatorów. Idealnie

- skrętoskłony ze wstęgą trzymaną w dłoniach,
- w podporze, leżąc przodem, wstęga ustawiona jest na ziemi przed ćwiczącym, jego zadaniem jest naprzemianstronne przechodzenie przez wstęgę tam i z powrotem,
- w leżeniu przodem „grzbiety” ze wstęgą trzymaną w dłoniach,
- w leżeniu tyłem nogi nie dotykają ziemi i są skierowane pionowo w górę, uczeń wykonuje spięcia brzucha, starając się dotknąć wstęgą stóp,
- przeskoki obunóż przez wstęgę rozłożoną na ziemi,
- przeskoki jednonóż przez wstęgę rozłożoną na ziemi.

Przykładowe zabawy ze wstęgami

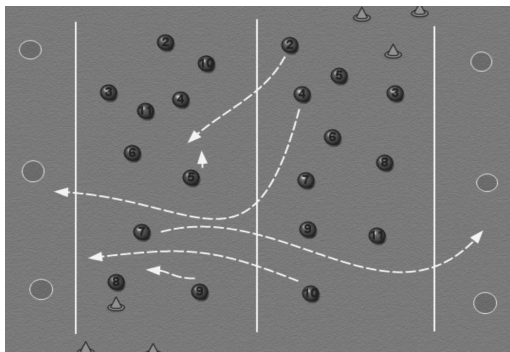
1. Flagi

– jest to zabawa cechująca się dużą złożonością i ilością zasad, ale przez dzieci bardzo lubiana. To jeden z typów gry wieloosobowej. Pole gry podzielone jest na pół. Na każdej połowie są dwie strefy:

- baza umiejscowiona na końcu pola gry - znajdują się w niej trzy flagi (może być więcej). Jako flagę wykorzystujemy wstęgę. Zawodnik nie może wejść do swojej bazy, chyba że akurat biegnie za przeciwnikiem próbującym zdobyć bronioną przez niego flagę.
- strefa, w której ustawieni są gracze konkretnej drużyny.

Uczniów dzielimy na dwa równe składy. Drużyna zdobywa punkt w momencie, gdy zabierze flagę z bazy rywala i przyniesie ją do swojej bazy (lub odda nauczycielowi). Wygrywa zespół, który zdobędzie wszystkie flagi ogółem lub tylko flagi rywala (wszystko zależy od tego, jakie były początkowe ustalenia).

Zasady gry: gdy zawodnik jest na polu rywala, gracze przeciwnej drużyny mogą go złapać – trafia on wtedy do więzienia (trójkąt wyznaczony z pachotków, który znajduje się z boku strefy). Istnieje możliwość wybawienia z więzienia. Inny uczeń może to zrobić, ale zasady są cały czas takie same – jeśli wejdzie/wbiegnie do pola przeciwnika i zostanie przez niego złapany, również trafia do więzienia, ale jeżeli uda mu się tam dostać, nie będąc złapanym, ma prawo do wybawienia jednej osoby. Wybawienie polega na tym, że chwyci dowolnie wybraną osobę za rękę i powraca z nią na swoją połowę (cały czas trzymając się za ręce – nie mogą zostać wtedy złapani). Jeśli jednak chwyt zostanie przerwany bez udziału przeciwnika, to zawodnicy biorą normalnie udział w grze i mogą zostać złapani. Kolejną zasadą jest to, że gdy osoba trzymająca flagę przeciwnika zostanie złapana, musi ją odłożyć dokładnie w miejscu złapania (jest to swego rodzaju udogodnienie, gdyż swoją aktywnością i podjętymi działaniami można zmniejszyć odległość flagi od swojej drużyny).



2. Ogonki

– uczniowie ustawieni są w rozsypance po całej sali. Każdy ma wstęgę, którą chowa za spodnie tak, aby większa jej część wystawała na zewnątrz. Na sygnał wszyscy uciekają. Zadaniem każdego ucznia jest zabranie ogonka (wstęgi) jak największej liczbie osób. Rozgrywka kończy się, gdy wszyscy uczestnicy stracili swoje ogonki. Innym wariantem zabawy: wybieramy tylko jedną osobę, która zabiera ogonki.

3. Wiewiórki do dziupli

– uczniowie ustawieni w rozsypance po całej sali, gdzie rozłożone są wstęgi. Z każdej wstęgi tworzymy okrąg. Uczestnicy zabawy swobodnie biegają po całym dostępnym polu zabawy. Można wykorzystać tę zabawę jako rozgrzewkę – uczniowie w trakcie biegu mają wykonywać ćwiczenia kształtujące (krążenia ramion, skippingi, krok odstawno-dostawny, podskoki, przeskoki, bieg tyłem itd.). Na sygnał nauczyciela „wiewiórki do dziupli” każdy uczestnik zabawy ma wejść do jednej ze wstęg. Osoba, która ostatnia znajdzie dziuplę, dostaje punkt. Kto na koniec zabawy będzie miał najwięcej punktów, pomoże nauczycielowi w zbieraniu wstęg. Inna wersja zabawy: liczba dziupli jest mniejsza niż liczba dzieci.

4. Kolory

– uczniowie ustawieni w rozsypance po całej sali, gdzie rozłożone są różnokolorowe wstęgi. Z każdej wstęgi tworzymy okrąg. Uczestnicy zabawy swobodnie biegają po całym dostępnym polu zabawy. Można wykorzystać tę zabawę jako rozgrzewkę – uczniowie w trakcie biegu mają wykonywać ćwiczenia kształtujące (krążenia ramion, skippingi, krok odstawno-dostawny, podskoki, przeskoki, bieg tyłem itd.). Na sygnał nauczyciela (wywołanie koloru) uczest-

nicy mają jak najszybciej podbiec i ustawić się koło wstęgi w wywołanym kolorze. Inna wersja zabawy: uczniowie mają piłki i poruszają się, kozłując je lub prowadząc nogą.

5. Chodzenie po wstędze

– rozwija wyobraźnię oraz sprawność ruchową. Dzieci chodzą po wstędze rozłożonej na ziemi (przodem, tyłem, podskokami, przysiadami itp.). Warto dodać dodatkową fabułę motywującą dzieci (np. musisz przejść po wstędze ze statku na ląd, bo zaraz dogonią Was piraci, itp.). Trudniejszą wersją może być chodzenie po wstędze trzymając w ręku jakiś przedmiot (np. talerzyk) lub na głowie (np. woreczek) lub wykonując inny ruch (np. podrzucanie piłeczki). Dzięki temu, że zestaw zawiera aż 6 wstęg możecie wykonać zawody drużynowe na czas lub na najciekawsze przejście po wstędze.

6. Naśladowanka

– dzieci przechodzą po wstędze i kupiają się na naśladowaniu tego co pokazuje inne dziecko, stojące na drugim końcu wstęgi, np. trzymając jakiś drążek i wykonuje nim jakieś proste znaki (podnosi do góry, opuszcza, kieruje na boki itp.). Dziecko idące po wstędze musi powtarzać pokazywane znaki. Gdy dziecko dojdzie do osoby pokazyującej staje na jej miejscu i pokazuje znaki kolejnemu dziecku. Takie zasady zabawy zmuszają dzieci do patrzenia przed siebie, a nie pod nogi. Ćwiczy podzielność uwagi i wzmacnia sensorykę. Dla starszych dzieci można wprowadzić więcej elementów lub trudniejsze znaki (np. z podrzucaniem).

7. Kalambury

– jedno dziecko idzie po wstędze naśladowując jakąś postać (zwierzę, postać z bajki itp.). Reszta uczestników zabawy zgaduje „co to?/kto to?”. Ten kto zgadł pokazuje jako kolejny.

8. Przeskakiwanie

– rozkładamy wstęgi na ziemi. Dzieci stają wzdłuż wstęgi po jej jednej stronie. Ustalamy z dziećmi, że np. lewa strona wstęgi jest przeznaczona dla hasła żabka, a prawa strona dla hasła bocian. Na określone hasło dzieci mają znaleźć się po odpowiedniej stronie wstęgi. Podczas mówienia hasła dodajemy znaki rękoma (w prawą stronę i lewą stronę) tak, by wprowadzić umyślnie dzieci w błąd (np. dzieci stoją z lewej strony wstęgi. Mówimy hasło żabka pokazując rękami ruch w prawą stronę). Część dzieci da się nabrać i przeskoczy przez wstęgę. Zadaniem dzieci jest jak najszybciej po usłyszeniu hasła wykonać polecenie i nie dać się oszukać. Kto błędnie wykona polecenie