

Witamy pracowite Pszczółki :)

Zapraszamy w krąg tematyczny „Dbam o zdrowie”. Będzie dużo ruchu i mnóstwo zabawy :)

Wtorek 06.04.2021.



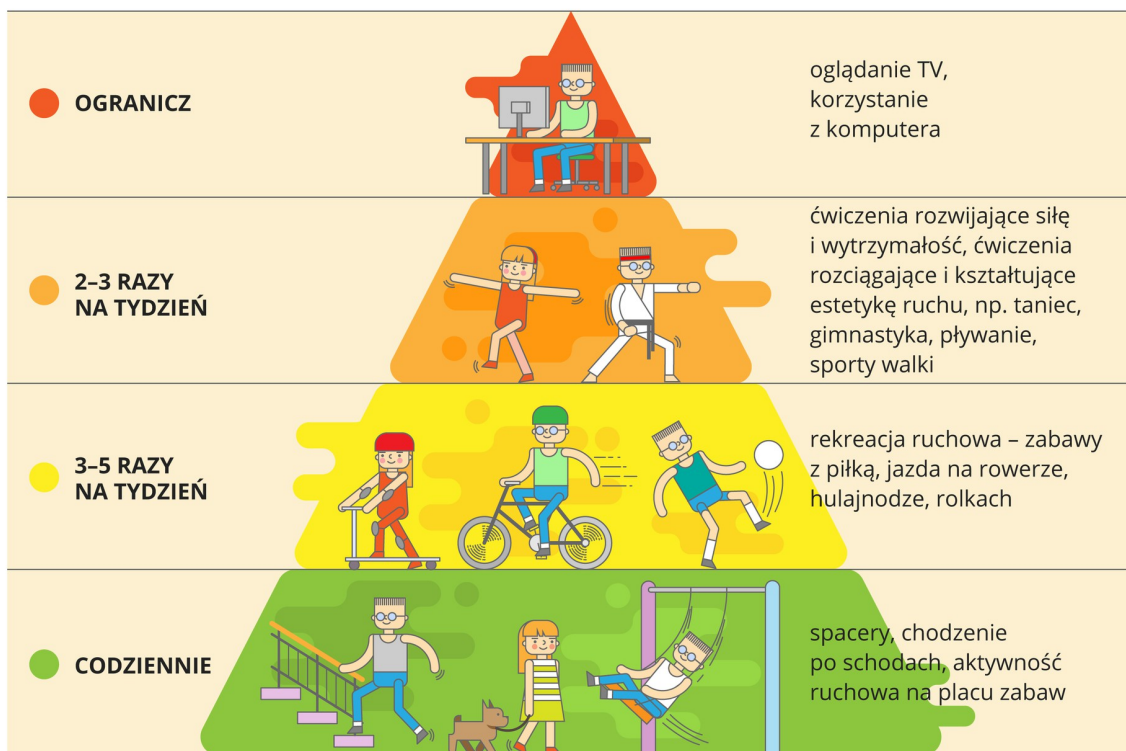
- „Ruch to zdrowie” - zaproszenie dziecka, aby samodzielnie spróbowało ułożyć zestaw ćwiczeń ruchowych. Dziecko wybiera rekwizyty, które będą wykorzystywane podczas ćwiczeń. Następnie wymyśla różne ćwiczenia, które wykonuje cała rodzina.

Do tego możemy wykorzystać link z propozycjami zabaw [„Zdrowa rodzinka”](#)

- „Czas na ruch!” - rodzic z dzieckiem tworzą drużynę. Zamieniają się w zwierzątka:
 - **„Bieg kur z kurczakami”** – rodzic i dziecko mają nogi związane ze sobą za pomocą skakanki. Biegają razem do wyznaczonego celu,
 - **„Zajęcie”** – dziecko i rodzic mają między kolanami włożone woreczki. Skaczą w parach do celu.
 - **„Ślalom byków”** – dziecko i rodzic trzymają się za ręce. Biegają między pachołkami do wyznaczonego celu.
 - **„Turlamy kamyczki jak mróweczki”** – dziecko rozpoczyna zabawę. Turla małą piłkę. W połowie trasy przekazuje ją rodzicowi, który turla piłkę do wyznaczonego miejsca.

- „Skoki kangura” – zabawę rozpoczyna rodzic. Pokonuje trasę, skacząc w worku. W połowie następuje zamiana. Dziecko skacze w worku do mety.

- „Aktywności, jakich potrzebuje zdrowy i silny przedszkolak”- Dziecko opisuje ilustrację. Rodzic czyta informacje zamieszczone po bokach.



- „Prawda czy fałsz?” - quiz, rodzic czyta kolejno zdania. Gdy dziecko uzna, że zdanie jest prawdziwe, podnosi rękę w górę w górę i pokazują „słoneczka”, a gdy uzna, że zdanie jest fałszywe, uderza dłońmi o podłogę tworząc grzmoty.

Aby być zdrowym, trzeba spędzać dużo czasu na kanapie [FAŁSZ]

Aby być zdrowym, trzeba się codziennie rano gimnastykować. [PRAWDA]

Aby być zdrowym, trzeba oglądać bardzo dużo bajek w telewizji.[FAŁSZ]

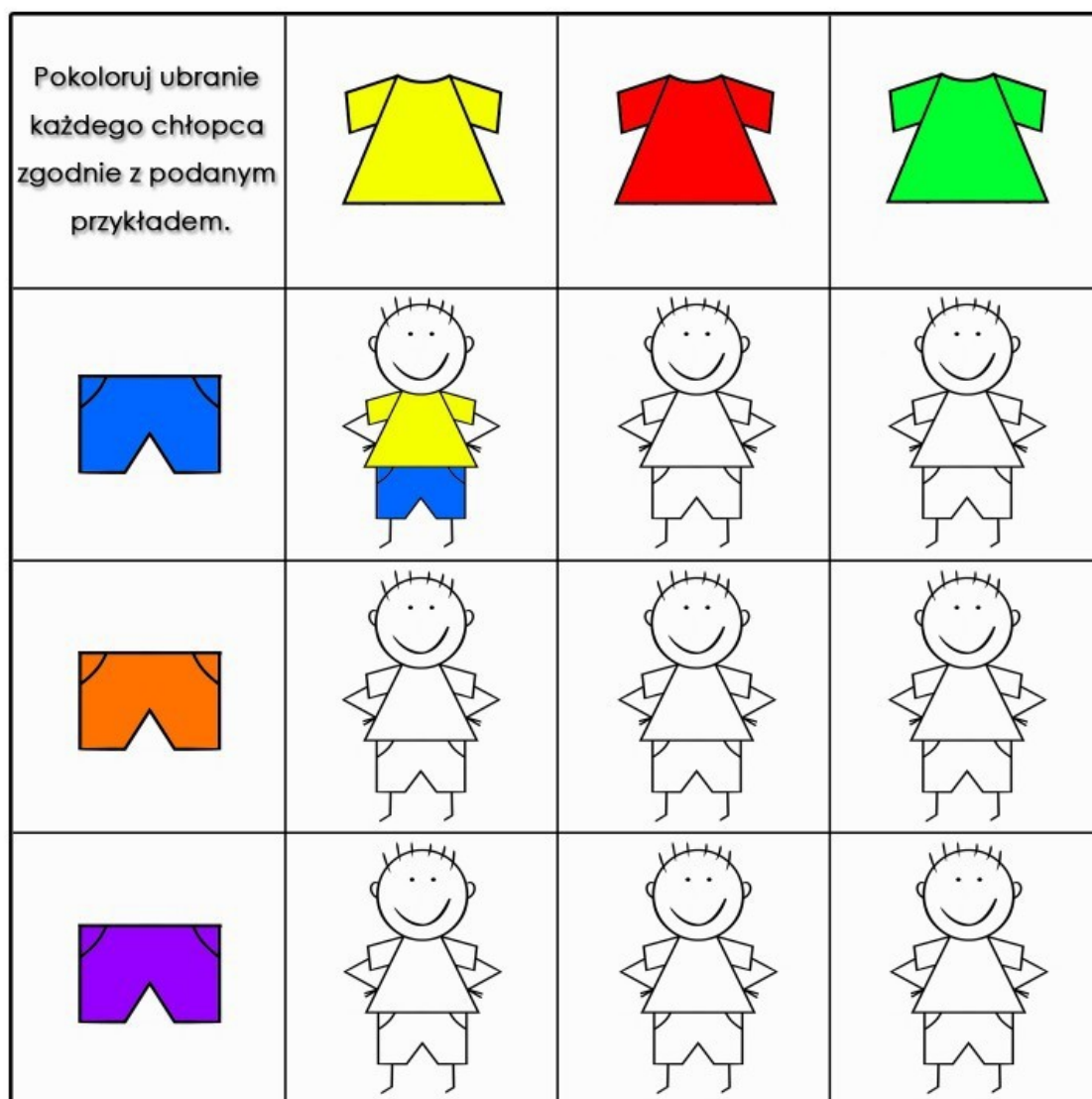
Aby być zdrowym, trzeba uprawiać różne sporty, np. grać w piłkę, pływać, czy jeździć na rowerze.[PRAWDA]

Aby być zdrowym, trzeba spędzać dużo czasu przed komputerem.[FAŁSZ]

Aby być zdrowym, trzeba wychodzić często na plac zabaw i przebywać na świeżym powietrzu.[PRAWDA]

- „Piosenka o sporcie - Mała Orkiestra Dni Naszych”- zaproszenie dziecka do wysłuchania piosenki. Dziecko wymyśla swoją improwizację taneczną do utworu.

- Ubranie sportowe. Dziecko wykonuje zadanie zamieszczone poniżej. Może wraz z rodzicem powtórzyć kolory zamieszczone na obrazku.



<http://fb.com/GADUterapia>

- Na zakończenie dnia zapraszamy do gimnastyki na gazetach :) [Zabawy z gazetą - YouTube](#)

Czas na Wasze ulubione zabawy :)

Pozdrawiamy Pani Dominika i Pani Agatka :)