

Temat: Ekologiczny sprzęt sportowy.

1. „Jak dzieci dbają o zdrowie” – rozmowa z dzieckiem na temat inspirowana obrazkiem „Piramida zdrowia” (załącznik 1): przypomnijmy sobie co ma wpływ na zdrowie człowieka? Wiemy już jak dbać o naszą Ziemię. A jak możemy dbać o nasze zdrowie? **JAK ZAUWAŻYLIŚCIE NAJWAŻNIEJSZY JEST RUCH!**

2. Zabawa muzyczno – ruchowa

Czas teraz trochę pośpiewać a przy tym poćwiczyć. Obejrzyjcie, zaśpiewajcie, zatańczcie.

<https://www.youtube.com/watch?v=EuCip5y1464>

3. Karta pracy (załącznik nr 2)

W każdym rzędzie należy znaleźć taką samą piłkę i pokolorować ją. Następnie dziecko odpowiada rodzicom na pytanie:

Która z kolei jest piłka (dana w każdym rzędzie)?

Pamiętajcie używamy liczebników porządkowych!

A może wiecie do jakich gier używamy danych piłek?

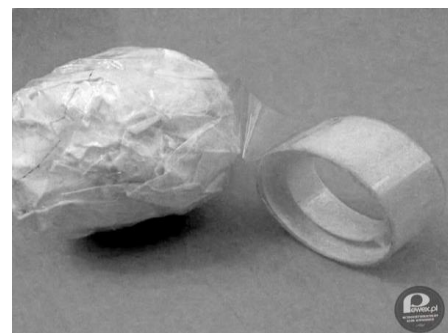
4. Czas na mały trening

Cały tydzień mówimy o ekologii. Dziś połączymy recykling śmieci z dbaniem o nasze zdrowie. Oto zadanie:

ROBIMY SPRZĘT SPORTOWY WG POMYSŁU WŁASNEGO.

Propozycje:

1) PIŁKA ZE STARYCH GAZET, NIEPOTRZEBNYCH PAPIERÓW.



zgniatamy pojedyncze kartki papieru, gazety

- gdy będzie już spora ilość, sklejamy je ze sobą klejem
- aby piłka była trwalsza, owijamy ją ściśle taśmą klejącą

2) SKAKANKA

- potrzebne będą dwie rolki od papieru toaletowego, które ozdóbcie wg pomysłu (pokolorujcie, pomalujcie na kolorowo, oklejcie)
- sznurek zwykły szary, może stara długa sznurówka
- w rolkach rodzice robią dwie dziurki (w każdej po jednej)
- przez dziurki przewlekamy sznurek i go mocno zawiązujemy, należy dopasować długość do wzrostu dziecka

I GOTOWE! MOŻECIE SKAKAĆ!

3) CIĘŻARKI Z BUTELEK PLASTIKOWYCH

- butelki plastikowe, po małej wodzie mineralnej napełnijcie wodą bądź piaskiem

(POMYSŁ! można też zrobić eksperyment: która butelka będzie cięższa: wypełniona wodą, papierkami, makaronem albo ryżem itp.)

- dobrze zakręcamy



4) PAŁECZKA DO SZTAFETY

- przygotowujemy rolkę od ręcznika papierowego
- malujemy, wyklejamy wg pomysłu dziecka

GOTOWE!



Załącznik 1



Załącznik 2

