

WTOREK 6.04.2021

Temat dnia: Gimnastyka ważna sprawa

Witajcie Drodzy Rodzice i Drogie Tygryski.

1. Zapraszam do zabawy:



1. Posłuchajcie wiersza, spróbujcie odpowiedzieć na pytania:

Gimnastyka to zabawa
ale także ważna sprawa,
bo to sposób jest jedyny
żeby silnym być i zwinnym

Skłony, skoki i przysiady
trzeba ćwiczyć- nie ma rady!
To dla zdrowia i urody
niezawodne są metody.

− Co nam daje gimnastyka?

− Co wykonujemy podczas gimnastyki?

1. Zabawa ruchowo-naśladowcza Rób to, co ja - rodzic wykonuje proste ćwiczenia (np. podskoki, przysiady, skłony do przodu, skłony w bok, wymachy nóg, rąk), stojąc przed dzieckiem, a dziecko naśladuje



1. Teraz zachęcam do zabawy muzyczno- ruchowej. Proszę kliknąć w link poniżej.

<https://www.youtube.com/watch?v=ozI7YcVASgo>

1. „Hopsasa” Dzieci wykonują polecenia wynikające z treści rymowanki, a na koniec klaszczą:

Hopsasa, hopsasa podskakują nóżki

hopsasa, hopsasa stańmy na paluszki.

Hopsasa, hopsasa zakręćmy się wkoło

hopsasa, hopsasa ale nam wesoło.

1. Sport to zdrowie – narysuj ciemną kredką po śladzie i pokoloruj rysunek



UDANEJ ZABAWY!!!!