SPORT TO ZDROWIE

1. Rozwiązywanie zagadek tematycznych dotyczących różnych dyscyplin sportowych:

*Dwie drużyny, bramki dwie.*

*W tym sporcie piłkę kopie się. (piłka nożna)*

*Na nartach z wysokiej góry zawodnicy zjeżdżają,*

*dalekie skoki zazwyczaj oddają. (skoki narciarskie)*

*Zawodnicy w strojach i czepkach się poruszają,*

*w wodzie rękami i nogami machają. (pływanie)*

*Wysocy panowie po boisku biegają,*

*piłkę do kosza celnie wrzucają. (koszykówka)*

*Dwie drużyny – między nimi siatka.*

*Obijanie piłki to dla nich gratka. (siatkówka)*

2. Zabawa ruchowa „Różne sporty” Rodzice pokazują obrazki z różnymi sportowcami . Dzieci starają się naśladować ruchy przedstawionej osoby, np.:

xx piłkarz – ruchy nogą, kopnięcia (w bezpiecznej odległości)

xx pływak – ruchy ramion naśladujące pływanie

xx koszykarz – wysoki podskok z rękami do góry

xx łyżwiarz – sunięcie stopami po podłodze

xx narciarz – poza na ugiętych kolanach (przygotowanie do skoku).

3. „Puzzle” – układanie obrazków pociętych na 4–6 części.

4. „Dlaczego warto uprawiać sport?” – pogadanka: omawianie korzyści płynących z uprawiania sportu.

Dzieci przedstawiają swoje pomysły. Rodzic może podpowiadać