**DLA RODZICÓW I DZIECI Z GRUPY III**

**Czwartek 08.04.2021**

**1.Ćwiczenia ortofoniczne z wykorzystaniem wiersza Artura Zyskowskiego „Sport to zdrowie”**  
  
Sport to zdrowie, sport to zdrowie!  
Każde dziecko wam to powie.  
  
Mała Kasia wzwyż skakała.  
Pech – spadła – nogę złamała.  
Marek biegać się nauczył.  
Biegł za szybko, się wywrócił.  
Kamil pływał dla zabawy.  
Na starość go bolą stawy.  
Artur rower bardzo lubił.  
Trach! Awaria! Zęby wybił.  
  
Czy na pewno sport to zdrowie?  
Niech wam lepiej dziecko powie.  
  
Krzyś i Ryś co mało jedzą,  
O zdrowiu niewiele wiedzą.  
Ada co za dużo jada,  
O sporcie niechętnie gada.  
Zdanie swe by wyraziła,  
Gdyby mama pozwoliła.  
Zosia woli nic nie mówić,  
Żeby przyjaciół nie zgubić.  
  
Czy sport to jest samo zdrowie?  
Niechaj każdy sam odpowie.

1. **Zabawy ruchowe po wysłuchaniu krótkich wierszyków-**

**Nauka jednego wybranego 4- wersowego wierszyka:**

W zdrowym ciele zdrowy duch,to zapewni Ci tylko ruch.I dlatego ćwicz wytrwale,byś się poczuł doskonale.Ćwiczą wszyscy, nawet chorzy,dzieci, młodzież i seniorzy.Też maluszki dziś próbują,wszyscy czasu nie marnują.Nie zniechęcaj się bieganiem,gimnastyką i pływaniem.Wzmacniaj mięśnie, hartuj ciało,ruchu mamy wciąż za mało.Ćwicz dla zdrowia, nie kariery,tak pokona sport bariery.Mistrzem ćwiczeń być nie musisz,trzymaj fason, ból zadusisz.

1. **Nauka, wysłuchanie i śpiew piosenki: (wysłanie utworu rodzicom na messengera)**

**„Chcę być sportowcem” (słowa i muzyka Danuta i Karol Jagiełło)**

**I**. Biegam bardzo szybko,

w piłkę dobrze gram,

kim zostanę już za chwilę

zaraz powiem wam

**Ref. Sportowcem chciałbym zostać,**

**sportowcem chciałbym być,**

**trenować co dzień rano**

**i sprawnym zawsze być.**

**II.** Chodzę też na judo,

wiele chwytów znam,

kim zostanę, już za chwilę

zaraz powiem wam.

**Ref. Sportowcem chciałbym zostać,**

**sportowcem chciałbym być,**

**trenować co dzień rano**

**i sprawnym zawsze być.**

**III.** Jeżdżę na rowerze

i trenuję sam,

kim zostanę, już za chwilę

zaraz powiem wam.

**Ref. Sportowcem chciałbym zostać,**

**sportowcem chciałbym być,**

**trenować co dzień rano**

**i sprawnym zawsze być.**

**IV**. Pierwsze już medale

na swej półce mam,

kim zostanę, już za chwilę

zaraz powiem wam.

**Ref. Sportowcem chciałbym zostać,**

**sportowcem chciałbym być,**

**trenować co dzień rano**

**i sprawnym zawsze być.**

**4. Karta pracy- praca plastyczna.**

**Wykonaj kolorową piłkę według własnego pomysłu- (kolorową bibułą, farbami, kredkami, plasteliną)**

Udanej zabawy i do usłyszenia i do zobaczenia o 10.00 :)