**DLA RODZICÓW I DZIECI Z GRUPY IV**

**Witamy serdeczne!**

**W dniu 09.04.2021r. tematem jest „Ruch to zdrowie”**

Prosimy o przesyłanie informacji zwrotnej jak bawicie się w domu na adres gr.4.mp13zgierz@onet.pl (email grupy IV).

**Oto nasza propozycja zabaw z dziećmi w domu:**

**Przywitanie wierszem.**   
     
     Na paluszki się wspinamy

W górę rączki wyciągamy

     Do podłogi dotykamy  
     I ze sobą się witamy.  
     Dzień dobry.

**Zabawa matematyczna „Kolorowe klocki**” – klasyfikowanie klocków ze względu na wielkość . Na słowa rymowanki:  
  
Dużo klocków w koszu mamy  
wszystkie (lub jeden, dwa, trzy…) małe/duże wyciągamy.  
I do pojemnika wkładamy.

**„Zrób tyle ile pokazuje kostka”** – zabawa ruchowa. Rodzic ma przygotowane kartoniki z oczkami takimi, jak na kostce do gry. Dziecko poruszają się po pokoju z rytmem. Rodzic pokazuje kartonik i prosi dzieci, aby zrobiły tyle pajacyków ( przysiadów, podskoków itp.), ile wskazuje liczba oczek na kartoniku.

**"RUCH TO ZDROWIE"   /piosenka/** [**https://www.youtube.com/watch?v=ImUd\_iXFFN4**](https://www.youtube.com/watch?v=ImUd_iXFFN4)

1. Zamiast siedzieć przed ekranem  
   i grać wiecznie w gry te same.  
   Zmień tryb życia na sportowy.   
   Świat  się stanie kolorowy.

Ref.: Warto czasem iść na basen  
lub rowerem ruszyć w trasę.  
Czeka bramka, piłka, kort  
- uprawiamy razem sport.

1. Umiesz jeździć na dwóch kołach.  
   Już wycieczka gna wesoła.  
   Świnka dziś najszybciej jedzie.  
   Zobacz znowu jest na przedzie.

Ref.: Warto czasem iść na basen  
lub rowerem ruszyć w trasę……

1. Małpka fika po drabinkach.

Hula hop rozkręca świnka.

Ćwiczył miś aż się zasapał,

lecz kondycji trochę złapał.

Ref.: Warto czasem iść na basen  
lub rowerem ruszyć w trasę….

1. Jeśli zostać chcesz piłkarzem,

wpisz się do drużyny marzeń.

Zagraj z przyjaciółmi Misia

Wielki puchar zdobądź dzisiaj!

Ref.: Warto czasem iść na basen  
lub rowerem ruszyć w trasę.

**Karty pracy**



