

2017/2018

ZDROWO JEM, WIĘCEJ WIEM!

Zadanie 1.2 Ruch to zdrowie

Zadanie drugie realizowane pod hasłem „Ruch to zdrowie” rozpoczęło cykl zajęć pokazujących jak duże znaczenie w naszym życiu odgrywa aktywność fizyczna. Nauczyciel nawiązując do tematyki zajęć przypomniał dzieciom, że oprócz właściwych nawyków żywieniowych dla prawidłowego rozwoju bardzo ważna jest również aktywność fizyczna. Uczniowie wiedzieli, iż ruch na świeżym powietrzu podnosi odporność organizmu, jest miłą formą spędzania wolnego czasu, pozwala na bycie sprawniejszym a także rozwija zainteresowanie różnymi dyscyplinami sportowymi. Uczniowie zostali podzieleni na dwie grupy. Każda z nich otrzymała karteczki z działaniami matematycznymi. Aby wykonać działanie uczniowie musieli wykazać się nie lada sprawnością, gdyż do miejsca, w którym znajdowały się przygotowane działania trzeba było dotrzeć na szczudłach. Kiedy wszyscy zdołali już wykonać obliczenia przystąpiono do układania wyników w kolejności rosnącej. W ten sposób utworzono hasło: „Sport to zdrowie”. Następnym punktem była zgaduj – zgadula pod hasłem: Jaka to dyscyplina sportu? Wybrane dziecko gestami pokazywało wymyśloną przez siebie dyscyplinę. Pozostali mieli za zadanie odgadnięcie pokazywanej dyscypliny. Swoją sprawność fizyczną dzieci mogły również sprawdzić na specjalnie przygotowanym do tego celu torze przeszkód. Było mnóstwo zabawy. Na podsumowanie zajęć dzieci uzupełniały karty pracy pt. „Ruch to zdrowie”.