

## Lekcja „Ruch to zdrowie”

### CELE:

1. Uświadomienie dzieciom wpływu aktywności fizycznej na stan zdrowia, prawidłowy rozwój i samopoczucie.
2. Ćwiczenie umiejętności dodawania i odejmowania w przedziale od 1 do 100.
3. Uczenie zasad współpracy w zespole.
4. Zwiększanie sprawności fizycznej: rozwijanie skoczności, siły, szybkości i zręczności.

### Podczas zajęć:

-Przypomnieliśmy sobie o potrzebie aktywności fizycznej w życiu człowieka

-Bawiliśmy się w:

-„Zgadnij, jaki to sport”

-„Wymień dyscyplinę sportową”

-„Pobiegnij i policz”

-„Rób to samo, co ja”.

Edyta Tuleja

{gallery}2018/ruch\_to\_018{/gallery}