

Zajęcia z wychowania fizycznego dla klasy I/II/III a

Poniedziałek 06.04.2020 r.

Ćwiczenia na dziś: uczeń wybiera 6 kart w ćwiczeniami, które ma do wykonania.



Wtorek 07.04.2020 r.

Woogie-boogie - ilustracja ruchowa piosenki. Uczeń wykonuje czynności przedstawione w tekście / piosence. Kierunki: lewa, prawa.

Piosenka pt. „Woogie-boogie” - załącznik nr 1.

Do przodu prawą rękę daj,
do tyłu prawą rękę daj,
do przodu prawą rękę daj
i pomachaj nią.

Ref: Bo przy boogie, boogie-woogie
trzeba w koło kręcić się,
no i klaskać trzeba, raz, dwa, trzy.
Boogie-woogie, ahój! (x3)
I od nowa zaczynamy taniec ten.

Do przodu lewą rękę daj,
do tyłu lewą rękę daj,
do przodu lewą rękę daj
i pomachaj nią.

Do przodu prawą nogę daj,
do tyłu prawą nogę daj,
do przodu prawą nogę daj
i pomachaj nią.

Środa 08.04.2020 r.

Malowanka palcami na plecach. Zabawa w parach. Nawzajem "malujemy" sobie na plecach różne przedmioty z najbliższego otoczenia i odgadujemy co to jest. Rysujemy na przykład piłkę, kwiatek. Osoba, która udzieli poprawnej odpowiedzi wykonuje, na przykład dwa przysiady, podskoki lub skłony, natomiast osoba, która odpowie niewłaściwie wykonuje wybrance ćwiczenie aż pięć razy. Dzieci niemówiące wskazują odgadnięty przedmiot.