

Tematyka: Ruchu i rekreacja.

Jak powszechnie wiadomo, gimnastyka jest świetnym lekarstwem, jeśli chodzi o nasze zapotrzebowanie na codzienny uśmiech i radość.

Sprawność fizyczna sprzyja dobrym wynikom w nauce i wielu sukcesom, a codzienna gimnastyka jest podstawą dobrego samopoczucia. Sport to także świetny sposób na spędzanie wolnego czasu. Zamiast siedzieć beczynnie przed telewizorem czy komputerem, możemy aktywnie urozmaicić sobie każde wolne popołudnie.

Polecamy Wam ruchową ruletkę: [Ruchowa ruletka](https://wordwall.net/pl/resource/897329/ruchowa-ruletka-%C4%87wiczenia)  
(<https://wordwall.net/pl/resource/897329/ruchowa-ruletka-%C4%87wiczenia> )  
lub proszę skorzystać z załącznika (Ruchowa ruletka- ćwiczenia)

**Gra sportowa-** abecadło gimnastyczne 2 -> pod poniższym linkiem znajdziecie planszę. Można ją wydrukować lub odrysować. Przygotujcie do tego kostkę do gry, pionki i ... grajcie! Oczywiście pole, na którym stanie pionek wskazuje zadanie do wykonania. Do dzieła!

[http://zdjecia.interia.pl/galeria,gcsi,14DBE39E4061FE010EC23A0318E584B5219FCCA5#/  
/](http://zdjecia.interia.pl/galeria,gcsi,14DBE39E4061FE010EC23A0318E584B5219FCCA5#/)

A dla rozrywki lekka zabawa z tańcem.

- <https://www.youtube.com/watch?v=EuCip5y1464>

- <https://www.youtube.com/watch?v=LNouuY9zrKQ>