

Zajęcia sportowe

Klasa : II, III U.z.

Nauczyciel: Konrad Zaorski mail: konradzaorskisow@interia.pl

data: 30.03- 03.04 20 20

Temat: Sportowe ZOO

Zajęcia trwają 5-10 min w przerwie między pracą przy komputerze lub wypełnianiu kart pracy.

Karty można wyciąć i pozwolić dzieciom na samodzielne losowanie.

Rodzic/ opiekun zwraca uwagę na prawidłową postawę podczas wykonywania ćwiczeń i pracy przy biurku/ komputerze.

Polecenie:

Uczniowie losują po 5 kart , wykonują ćwiczenia zgodnie z instrukcją na obrazku:





**SKACZ WYSOKO
JAK DELFIN**

pani@ona.pl



SKACZ JAK ŻABA

pani@ona.pl



**WYCIĄGNIJ RAMIONA
JAK OŚMIORNICA**

pani@ona.pl



WJ SIĘ JAK WĄŻ

pani@ona.pl



**TURLAJ SIĘ
JAK JEŻ**

pani@ona.pl



**STÓJ NA JEDNEJ NODZE
JAK FLAMING**

pani@ona.pl



**SKRADAJ SIĘ
JAK LIS**

pani@onix.pl



**SKACZ Z NOGI NA NOGĘ
JAK MAŁPKA**

pani@onix.pl



STĄPAJ JAK SŁOŃ

pani@onix.pl



**RÓB DŁUGIE KROKI
JAK ŻYRAFA**

pani@onix.pl



**MACHAJ SKRZYDŁAMI
JAK SOWA**

pani@onka.pl



**GALOPUJ
JAK SARENKA**

pani@onka.pl



**CZOŁGAJ SIĘ
JAK ŚLIMAK**

pani@onka.pl