

Zdrowo jem, więcej wiem!

.....
(wpisz swoje imię i nazwisko)

KARTA PRACY UCZNIĄ

KAŻDY PIERWSZAK CHCE ZOSTAĆ SIŁACZKIEM

1. Z rozsypanego tekstu ułóż zdania i zapisz je.

siłę daje Ruch świeżym zdrowie. na i powietrzu

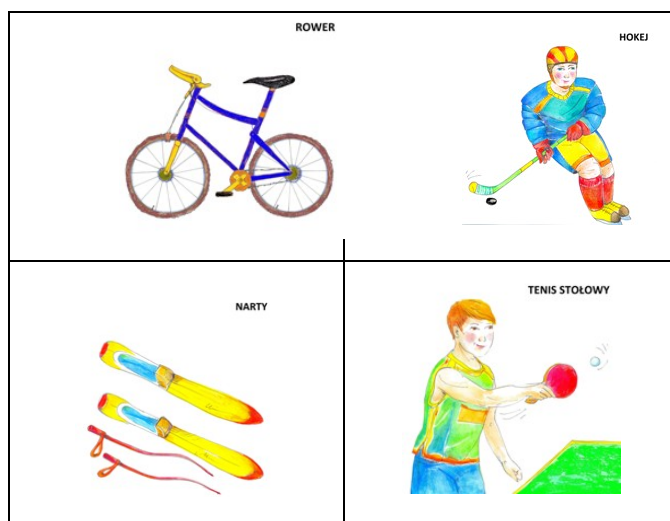
.....
dni W spaceru. chłodne wychodzić na można

2. Co zwykle robisz po przyjściu ze szkoły, zjedzeniu obiadu i odrobieniu lekcji? Podkreśl właściwą odpowiedź (można wybrać kilka odpowiedzi).

idę na spacer, bawię się z kolegami na dworze, oglądam telewizję, jeżdżę na rowerze, gram na komputerze, bawię się zabawkami, bawię się z rodzeństwem

3. Napisz, co jeszcze robisz:

4. Połącz strzałkami nazwy dyscyplin sportowych ze sprzętem niezbędnym do ich uprawiania.



Zdrowo jem, więcej wiem!



Kącik dla Mamy i Taty

Drodzy Rodzice! Pomóżcie dziecku zrobić ćwiczenie nr 3. Zwróćcie uwagę, jaki rodzaj aktywności wybiera. Jeśli przeważa wypoczynek bierny (oglądanie telewizji, granie na komputerze itp.), postarajcie się zapewnić dziecku więcej wypoczynku czynnego. Zabierzcie je dziś na spacer, pograjcie z nim w piłkę, zapewnijcie mu możliwość uprawiania jakiegokolwiek aktywności fizycznej. Pamiętajcie, że jest to niezbędne dla jego właściwego rozwoju! Gorąco zachęcamy do przeczytania cyklu krótkich artykułów z cyklu [Po co być aktywnym?](#) w dziale [Ruch to życie](#) na stronie www.aktywniepozdrawie.pl.