

## **Zajęcia świetlicowe 30.03.2020 r. – 3.04.2020 r.**

**Renata Janicka**

### **30.03.2020 r. – poniedziałek**

#### **Gra w karty z ćwiczeniami.**

Przygotuj talię kart. Przyporządkuj każdemu kolorowi (pik, kier, trefl, karo) dane ćwiczenie np. przysiad, podskoki obunóż, pajacyki, skłony tułowia. Połóż talię kart wartościami do dołu na środku pomiędzy graczami, których zadaniem jest odkrywanie na przemian karty dla przeciwnika. Odkryta karta zgodnie z kolorem symbolizuje ćwiczenie jakie przeciwnik musi wykonać, a wartość na karcie to ilość powtórzeń danego ćwiczenia. Wartości na karcie od 2 do 10 – liczba powtórzeń wiadoma natomiast J to 11 powtórzeń Q to 12 powtórzeń, K to 13 Powtórzeń, a As to 15 powtórzeń. Ćwiczenia można zmieniać według własnego uznania.

### **01.04.2020 r. – środa**

#### **Zgadnij, co to jest?**

Odgadywanie rzeczy z zasłoniętymi oczami. Przygotuj opaskę do zasłonięcia oczu oraz 10 przedmiotów np. ładowarka do telefonu, łyżka, opakowanie kremu itp. Zadaniem uczestnika jest odgadnięcie z zasłoniętymi oczami przedmiotu za pomocą zmysłu dotyku. Na odgadnięcie jednego przedmiotu przeznacz się 2-3 minuty. Uczestnicy mogą przygotować sobie nawzajem po 5 przedmiotów i zgadują je na przemian.

### **02.04.2020 r. – czwartek**

#### **Zabawy ze skakanką**

<https://www.youtube.com/watch?v=u3F0v0IO2eQ>

### **03.04.2020 r. – piątek**

Z racji tego, że mamy piątek proponuję Wam nie czytanie, ale wysłuchanie ciekawych opowieści. [https://www.youtube.com/watch?v=cs706BU\\_7wU](https://www.youtube.com/watch?v=cs706BU_7wU)