

e-Żabki

17.0.2020r.

Oszczędzamy wodę.

1. Przyjrzyjcie się ilustracjom. Co je łączy?





W jaki sposób możemy jeszcze wykorzystywać wodę?

2. Czy wiecie dlaczego należy oszczędzać wodę?

- Woda jest wspólnym dobrem każdego człowieka,
- Oszczędzając wodę przyczyniamy się do oszczędzania energii i pieniędzy,
- Wody, którą można pić, na Ziemi nie ma zbyt wiele.

Poproście Rodziców, aby pokazali Wam, w jaki sposób należy myć ręce i zęby, żeby nie marnować wody.

3. Na koniec trochę gimnastyki ☺

- Stańcie na palcach i wyciągnijcie rączki najwyżej jak potraficie, wytrzymajcie tak kilka sekund, a następnie kucnijcie z rączkami opartymi o podłogę. Ćwiczenie powtórzcie trzy razy.

- Zróbcie 10 pajacyków.

- Połóżcie na podłodze skakankę, kawałek sznurka albo patyczka. Spróbujcie kilka razy przeskoczyć raz na jedną, a raz na drugą stronę.

- Ustawcie się w pozycji na czworakach. Poproście Rodziców, aby położyli Wam na plecach pluszaka. Spróbujcie chodzić w ten sposób tak, aby pluszak nie spadł na podłogę.

- Połóżcie się na podłodze na plecach. Róbcie głębokie wdechy i wydechy, Przy wdechu połóżcie ręce nad głową, a przy wydechu – wzdłuż tułowia.