



Odwiedź naszą stronę!

Wydanie 1(18)/2018

NEWS



WIADOMOŚCI,
INFORMACJE,
CIEKAWOSTKI,
PORADY
SPORTOWE
I ŻYWIENIOWE

Czy dziecko może pomóc dorosłemu stać się aktywnym?

Czy zastanawialiście się jak postrzegają nas dzieci. Co widzą i co chciałyby w nas zmienić? W portalu <http://kidshealth.org/> można znaleźć bardzo ciekawe wyniki sondy, prezentujące odpowiedzi w zakresie zdrowia i aktywności ruchowej. Otóż blisko 50% zapytanych dzieci wyraża zaniepokojenie stanem zdrowia rodzica/opiekuna, a prawie 70% uważa, że powinien on wprowadzić zmiany w swoim trybie życia i nawykach, tak, by stać się zdrowszym i aktywniejszym. Przekonanie to pogłębia się wraz z pozyskiwaniem przez dzieci wiedzy z zakresu zdrowia i aktywności ruchowej.

O czym to świadczy? Skoro tak to widzą dzieci, a mają na szczęście tendencję do przekazywania rzeczy wprost, to znaczy, że wiele jest do zrobienia. Szczególnie gdy sami staramy się dzieci namówić do aktywnego i zdrowszego trybu życia, równocześnie swym działaniem zaprzeczając większości postulowanych zmian. Bo niby dlaczego dziecko ma się godzić z koniecznością ograniczenia czasu spędzanego przed ekranem, jeśli rodzic praktycznie się zza niego nie wychyla? Tak się po prostu nie da, albo też efekty po obu stronach będą czasowe lub tylko deklaratywne.. [...]

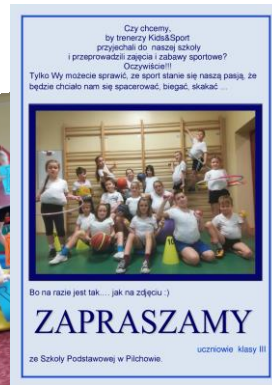
Cały artykuł na stronie: www.kidsnadsport.pl

Przykłady prac z konkursu „Sportowe spotkanie”

Zobaczcie przykłady prac nadesłanych w ramach konkursu. Uczestnicy mieli za zadanie wymyślić ciekawą formę zaproszenia.

Całość na:

facebook.com/kidsandsport/



DZIEŃ BABCI I DZIADKA NA SPORTOWO

Rozgrzewka

„Piosenka „Głowa, ramiona, kolana, palce...” – wszystkie dzieci razem z babcją/dziadkiem śpiewają piosenkę i wykonują ćwiczenia oraz dotykają poszczególnych części ciała.

Pobierz konspekt ze strony:

<https://www.kidsandsport.pl/dzien-babci-dziadka-sportowo/>