


Μένουμε στο
σπίτι και
μαθαίνουμε!

Τάξη Α' - Αγωγή Ζωής

Εβδομάδα 4
25.01.2021 - 29/01/2021

A group of diverse children, including boys and girls of various ethnicities, are running joyfully across a green lawn in a park. They are wearing casual clothing like hoodies, t-shirts, and jackets. The background shows trees and a clear sky, suggesting a bright, sunny day.

Φυσική άσκηση με ασφάλεια!

Τι πρέπει να θυμόμαστε όταν βγαίνουμε για παιχνίδια και γυμναστική στη γειτονιά, τα πάρκα ή την παραλία!



Τώρα που είμαστε πιο γύ περισσότερες ώρες στο σπίτι, έχουμε την ευκαιρία να βγάλουμε γρήγο περισσότερο έξω για να παίξουμε και να γυμναζόμαστε.



Τί πρέπει να προσέξουμε όμως για να είμαστε ασφαλείς;
Πάμε να το μάθουμε βήμα βήμα!



1. Κοίταξε τις εικόνες και ονόμασε 2-3 χώρους που προσφέρονται για παιδικό παιχνίδι και άσκηση.
2. Έπειτα πες γιατί είναι ασφαλή μέρη.
3. Τί πρέπει να κάνεις εσύ για να είσαι ασφαλής;

Για να δούμε, τί από τα παρακάτω σκέφτηκες;

- Μέρη για να μπορώ να παίζω με ασφάλεια:
 - έχουν σκιερό μέρος
 - είναι καθαρά
 - είναι μακριά από αυτοκίνητα
 - είναι ασφαλή από άγνωστους (ακόμη κι αν είσαι με κάποιον ενήλικα από την οικογένειά σου)
 - χωρίς απορρίματα ζώων
 - είναι αρκετά μεγάλοι χώροι για να μπορούμε να κρατούμε απόσταση ο ένας από τον άλλο (π.χ πεζοδρόμοι, πάρκα, παραλία ή περσέια της γειτονιάς)
- Τι πρέπει να κάνω εγώ για να είμαι ασφαλής:
 - να μένω κοντά στον ενήλικα της οικογένειάς μου που είναι μαζί μου
 - να μην αγγίζω συχνά το πρόσωπό μου
 - να κρατώ απόσταση από τους φίλους μου
 - να μοιράζομαι αντικείμενα όπως μπάλες, σχοινώκια, κουβάδες και φτυάρια μόνο με τα μέλη της οικογένειάς μου για όσο διαρκεί ο κορωνοϊός.

Δώσε τις δικές σου συμβουλές!

Εργασία:

Τώρα που εσύ γνωρίζεις πολλούς χώρους να επιλέξεις για παιχνίδια και γυμναστική με ασφάλεια, φτιάξε μια αφίσα με λόγια και εικόνες για να ενημερώσεις άλλα παιδιά που θα βγουν κι αυτά έξω για παιχνίδια!