

Αγαπημένοι μου μαθητές του 3^{ου} Δ. Σχ. Μοσχάτου



Γνωρίζω πολύ καλά πόσο δύσκολο σάς είναι να παραμένετε σίτι χωρίς να έχετε τη «δυνατότητα» των σχολικών και εξωσχολικών δραστηριοτήτων σας. Κάνοντας υπομονή και έχοντας αισιοδοξία η θετική σας στάση και συμπεριφορά θα σας ανταμείψει. Κι εσάς κι ολόκληρη τη χώρα μας.

Τη στιγμή όμως που το χρονικό διάστημα παραμονής μας στο σίτι διαγράφεται αρκετό ακόμα, θα ήθελα, γνωρίζοντας ότι ελαχιστότατοι από εσάς θα ακολουθούσατε ένα κλασικό πρόγραμμα γυμναστικής, να σας προτείνω κάποιες κινητικές δραστηριότητες έτσι ώστε να διατηρήσετε τη φυσική σας κατάσταση, να διοχετεύσετε την ενέργειά σας και να ψυχαγωγηθείτε.

Κύριο χαρακτηριστικό τους είναι το « παιχνίδι» που τόσο σας έχει λείψει .Επιλέξτε συμπαίκτες...αδέλφια, γονείς , γιατί όχι και παππούδες, γιαγιάδες και παίξτε!!!!

Παίξτε **σκυταλοδρομίες με μπάλες βαμβάκι**(το κλασικό παιχνίδι είναι με **αυγό**). Στόχος είναι όλες οι μπάλες βαμβάκι να μεταφερθούν από το ένα δωμάτιο στο άλλο. Ο κάθε παίκτης παίρνει στο στόμα του ένα κουτάλι για να μεταφέρει τις μπάλες.



Παίξτε “κυνήγι ΑΒΓ”: Δώστε στο κάθε παιδί από ένα καλάθι και βάλτε τα να σαρώσουν το σπίτι και να μαζέψουν ένα αντικείμενο που αρχίζει από άλφα, ένα από βήτα, ένα από γάμα κλπ.



Παίξτε “Να μην αφήσω το μπαλόνι να ακουμπήσει το πάτωμα”. Τα μεγαλύτερα παιδιά μπορούν να παίξουν με 2 ή περισσότερα μπαλόνια ταυτόχρονα..



Παίξτε το παιχνίδι με σπάγκο των παιδικών χρόνων και των γονιών σας!



Παίξτε μπάσκετ με μια άδεια κούτα και μπάλα που έχετε φτιάξει από εφημερίδα.η μπάλα και η περιπέτεια αρχίζει!



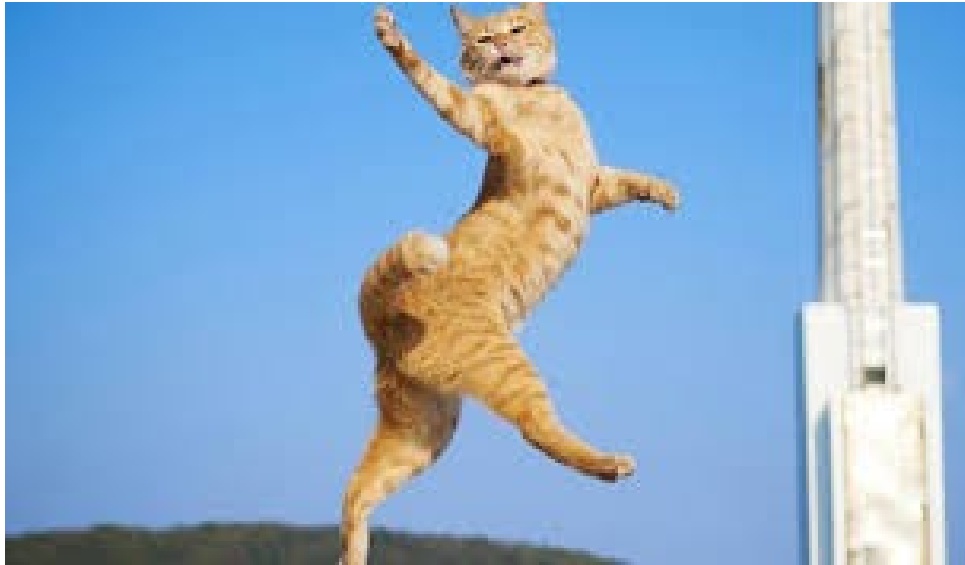
Παίξτε “Κόλλα το στον ιστό αράχνης”: Φτιάξτε μπαλάκια από εφημερίδα ή περιοδικά και ρίξτε τα στον ιστό που έχετε φτιάξει με χαρτοταινία στο άνοιγμα της πόρτας.



Παίξτε **λάστιχο!**



Παίξτε Just Dance ή κάντε τα δικά σας **χορευτικά**



Βάλτε μουσική δυνατά και **χορέψτε!!**

**Η καθηγήτρια Φ.Αγωγής
Γορανίτου Σταθούλα**