

<b>Неделна Тема</b>	Мама се радува
<b>Содржина на денот</b>	Скокни подалеку
<b>Возраст</b>	3-4 години
<b>Воспитувач</b>	Весна Пецева
<b>Дневни активности</b>	
<b>Здрави и безбедни навики</b>	Разговор за значењето на секојдневно одржување на хигиената
<b>Активности</b>	<p>1. Вежби за скокање во далечина.</p> <p>Со детето се разговара за спортистите и нивните активности, особено за важноста на секојдневното вежбање. Доколу дозволуваат условите, добро е вежбите да се организираат на отворен простор, во двор, во парк, на игралиште и слично. Прво се прават вежби за загревање на нозете и стапалата, а потоа може да се организираат вежбите преку игра. Се поставува стартна линија (со стапче и сл.), детето застанува пред линијата и се обидува да скокне во далечина. При секој скок се означува местото до каде скокнало (со камче и сл.). Во играта може да се вклучат повеќе членови на семејството и да биде со натпреварувачки карактер- Кој ќе скокне подалеку?</p> <p>На крај се прават неколку вежби за истегнување и дишење за смирување на телото.</p>