

Αγαπημένα μου παιδιά,

Σας χαιρετώ!

Στον σύνδεσμο αυτό (<http://fysad.schools.ac.cy/index.php/el/yliko/endeiktiko-yliko>) μπορείτε να βρείτε ενδεικτικό υλικό, που έχει ετοιμαστεί για σας, για το μάθημα της Φυσικής Αγωγής.

Το υλικό είναι διαχωρισμένο σε δύο επίπεδα (**1^ο επίπεδο:** Α', Β', Γ' τάξη και **2^ο επίπεδο:** Δ', Ε', Στ' τάξη). Υπάρχουν δύο ενότητες (Ολυμπιακή και Φυσική δραστηριότητα) για κάθε επίπεδο με πλούσιο υλικό.

Στην ενότητα «**Ολυμπιακή δραστηριότητα**» θα βρείτε σημαντικές πληροφορίες για τους Ολυμπιακούς αγώνες καθώς και κάποια κουίζ σε σχέση με τα αθλήματα.

Στην ενότητα «**Φυσική δραστηριότητα**» υπάρχουν πολύ ενδιαφέρουσες ιδέες με παιχνίδια (μπόουλινγκ, μπαλόνια στον αέρα, σχοινάκι, χορός κ.α.) τις οποίες μπορείτε να αξιοποιήσετε ελεύθερα στον δικό σας χρόνο και χώρο. Επίσης, υπάρχει ημερολόγιο καθημερινής άσκησης το οποίο μπορείτε να τυπώσετε και να συμπληρώνετε, **εάν και εφόσον θέλετε**, γράφοντας τις ασκήσεις που θέλετε να κάνετε και βάζοντας ✓ στην ημέρα που τις κάνετε.

*Αν δεν έχετε εκτυπωτή (printer) μπορείτε να φτιάξετε το δικό σας ημερολόγιο άσκησης σ' ένα φύλλο χαρτιού!

Στόχος: Να προσπαθείτε να γυμνάζεστε **ΚΑΘΕ ΜΕΡΑ!**

Καλή συνέχεια!