

Nap\Dátum\korosztály	óvodás	kisiskolás
2020.05.18. hétfő	<p>Törpilates. 3 éves kortól ajánlott tartásjavító és a talpizmokat erősítő gyakorlatokkal készült Zsófi és két kicsi segédje. Nagyon fontos egészen kicsi korban elkezdni erősíteni a tartóizmokat és ez a 20 perces kis videó ebben segít.</p> <p>ELÉRHETŐ ITT</p>	<p>Az erdő legyen veled. Az Országos Erdészeti Egyesület minden hétköznap reggel 10 órától erdei iskolai foglalkozásokat tartanak, a környezeti nevelés jegyében. Tökéletes kiegészítése a környezetismeret óráknak, illetve azoknak, akik bővíteni szeretnék az erdővel és állatokkal kapcsolatos ismereteiket.</p> <p>ELÉRHETŐ ITT</p>
2020. 05. 19. kedd	<p>Izgő-mozgó torna kicsiknek. Az izgő-mozgó torna egy olyan mozgásfejlesztő torna, ahol játékos feladatokon keresztül fejlesztjük a mozgáskoordinációt, szem-kéz és szem-láb koordinációt, statikus és dinamikus egyensúlyt, finom- és nagymozgásokat, figyelmet és koncentrációt, és természetesen közben a kis izmok is erősödnek. Ehhez a videóhoz szükséges torna eszközök: 5-10 db kártya, 5 db WC papír guriga, egy fellépő/dobogó/sámlí. 1,5-5 éves korosztálynak ajánljuk, de bárki kipróbálhatja.</p> <p>ELÉRHETŐ ITT</p>	<p>Rajzpályázat. A feladat az adott témakörön belül alkotni valami szépet, kiélni a kreativitásukat, majd beküldeni a megjelölt e-mail címre. Ami a legjobb, hogy egy alkotással a zsűri tetszését is elnyerhetik és megnyerhetik a versenyt! Föld-napja, élelmiszer pazarlás, mesebeli lények, koronavírus-járvány, "mindez én vagyok", "te miért szereted a Balatont?", bohócdoktorok témák közül választhatnak a gyerekek.</p> <p>ELÉRHETŐ ITT</p>
2020. 05. 20. szerda	<p>Ciróka Bábszínház - A videó egy 26 perces bábszínház előadást mutat be a Ciróka Bábszínház előadásában, a Kultiköltők Facebook oldalán. Ebben a videóban az Aranyszőrű bárány című mesét láthatjuk, bábokkal eljátszva. Azt gondolom, hogy az óvodás és a kisiskolás korosztályt egyaránt leköti egy 20-25 perces bábokkal eljátszott kis darab. Rengeteget tanulhatnak belőle a gyermekek, miközben szórakoznak és jól érzik magukat.</p> <p>ELÉRHETŐ ITT</p>	<p>Ugrókötehl házilag. Ugróköteleznél, de nincs ugróköteled? Az ebben a videóban látottak alapján könnyedén elkészítheted a saját, színes ugróköteledet néhány használaton kívüli póló, és egy olló segítségével.</p> <p>ELÉRHETŐ ITT</p> <p>Majd ha elkészítetted, ebben a videóban szuper ötleteket el lehet lesni, milyen gyakorlatokat lehet csinálni vele.</p> <p>ELÉRHETŐ ITT</p>
2020. 05. 21. csütörtök	<p>Lábtorna óvodásoknak. Gerinc- és talp erősítő gyakorlatokat a kicsiknek is érdemes végezniük, hogy erős és szép tartásuk legyen. Javasolt hetente kétszer, háromszor elvégezni ezeket, vagy hasonló gyakorlatokat, hogy a fejlődés megfelelő ütemben haladjon.</p> <p>ELÉRHETŐ ITT</p>	<p>Online Tesi. Minden kedden és csütörtökön online testnevelés órával készülnek 11:30-tól, amiben segítik a gyermekek sokoldalú mozgásfejlődését, mindezt 30 percben és még sok hely és eszköz sem szükséges hozzá. Az órák a weblapon későbbi időpontban is visszanezhetők.</p> <p>ELÉRHETŐ ITT</p>
2020. 05. 22. péntek	<p>Online hip-hop táncóra. A következő Youtube-linken egy 20 perces hip-hip táncoktató videót tekinthetünk meg. A videó megnézésével lehetősége van a gyermekeknek a hip-hip tánc alapjait elsajátítani, miközben jól érzik magukat. A tánc rengeteg dologban segít, mindamellett, hogy a léleknek is jól tesz, a testet is átmozgatja.</p> <p>ELÉRHETŐ ITT</p>	<p>Virtuális kiállítás. A Magyar Nemzeti Múzeum oldalán több online kiállítást is meg lehet tekinteni, attól függően melyik téma iránt érdeklődik gyermekünk. A következő linken egy virtuális kiállítást lehet megtekinteni az 1989-1990-es évekről. A kiállítás bemutatja a Kádár-rendszer, a Szovjetunió, a szocialista rendszer diktatórikus lassú felpuhulását, a történelmet szerető gyermekeknek rendkívül érdekes lehet.</p> <p>ELÉRHETŐ ITT</p>