**Odgadywanie zagadek dotyczących dyscyplin sportowych.**Są przez płotki, terenowe,
Krótko, długodystansowe,
Mogą być też slalomowe
Albo sztafetowe. (biegi)
 
Wyścig rozpoczęty,
Zawodnicy pedałują,
Każdy bardzo przejęty,
Bo przed metą finiszują. (kolarstwo)

Piruety i obroty
Zawodnicy wykonują
I na nogach mając łyżwy
O mistrzostwo konkurują. (łyżwiarstwo figurowe)

Zawodnicy o boisko
Piłkę odbijają,
Do wiszących koszy,
Celnie ją wrzucają. (koszykówka)

W jakiej dyscyplinie sportu
Piłkę nogą kopiemy,
Na meczach z radością
Drużynie kibicujemy? (piłka nożna)

Zawodnicy na głowy
Czepki zakładają.
Rękami i nogami
W wodzie poruszają.( pływanie)

Zawodnicy grając w piłkę,
Rękami ją odbijają
I wysoko ponad siatką
Drugiej drużynie podają. (siatkówka)

Zawodnicy konkurują,
Który dalej skacze.
Jak nazywa się ten sport?
Czy wszyscy go znacie? (skok w dal)

**Zabawa ruchowa „Rozgrzewka”. Dzieci inscenizują ruchem tekst zabawy:**Raz, dwa, trzy, cztery,
skłon i przysiad,
skok i siad.
Dziś w przedszkolu jest zabawa
każdy będzie rad.
Poruszymy wszystkie mięśnie,
przeciągniemy stawy,
żeby potem iść z ochotą
do innej zabawy.
Raz, dwa, trzy,-ćwiczę ja , ćwicz i ty.