

1. W fabryce Św. Mikołaja już od jakiegoś czasu trwają intensywne przygotowania do świąt. A czy Wy zaczęliście już świąteczne porządki? Mikołaj patrzy!

Dzieci stoją w rozrypcie na środku sali. Gdy nauczyciel stoi do dzieci plecami można wykonywać różne ruchy i przyjmować wymyślone pozy. W momencie, gdy padnie hasło „Raz, dwa, trzy, Mikołaj patrzy!” wszyscy stają nieruchomo, kto się poruszy siada z boku.



2. Jesteście gotowi na ubieranie choinki? Żeby zawiesić bombkę na najwyższej gałęzi czasem trzeba sięgnąć naprawdę wysoko. Zobaczcie jak wysoko umiecie podskoczyć – zróbcie 5 jak najwyższych wyskoków w miejscu (na dwóch nogach). Drugą serię zróbcie wyciągając dodatkowo ręce do góry.



3. Czas ubrać choinkę! Ustawcie się w kilku rzędach, jeden za drugim tak, by uformować choinkę. Pierwsza osoba w najdłuższym rzędzie trzyma jakiś okrągły przedmiot, który będzie Waszą bombką. Podrzucając przedmiot podawajcie go do osoby stojącej obok tak, aby dotarł na szczyt choinki nie spadając na ziemię. Jeśli bombka spadnie - cała choinka robi 3 przysiady.

4. Dziś obchodzimy Dzień Górnika czyli inaczej Barbórkę. Z tej okazji Krokiet i Lama mają dla Was zadanie specjalne.



Organizatorzy:

Sfinansowano ze środków:

Partnerzy krajowi:

Patronat honorowy:

5. Czy spadł już u Was śnieg? Lepiej przygotować się na bitwę na śnieżki. Zróbcie 10 przysiadów, żeby poćwiczyć uniki.



6. Dziś Mikołajki! Z tej okazji obejrzyjcie filmik „Co lubicie w Świątach?”. Znajdziecie go na platformie Akademii Krokieta i Lamy. Możecie też zeskanować poniższy kod QR.



7. Berek Mikołaj. Jedno z dzieci jest berkiem - Mikołajem. Może mieć czapkę Mikołaja na głowie lub inny czerwony element (np. szarfę). Berek ma za zadanie złapanie pozostałych uczestników zabawy. Złapane dziecko zatrzymuje się w miejscu i łączy ręce nad głową na kształt czapki Mikołaja. Żeby dziecko mogło wrócić do zabawy inna, niezłapana osoba musi podejść do złapanego i zrobić taką samą pozycję (ręce połączone nad głową), wówczas oboje są wolni i mogą biegać dalej.

8. W fabryce świętego Mikołaja musi panować porządek, dlatego są cztery podstawowe hasła, które wszystkie elfy muszą znać. Dzieci poruszają się w dowolny sposób po sali i na każde hasło wykonują ustalone zadanie.

Elfy dostają **CZAPKI** - dzieci ustawiają się w rzędzie przed prowadzącym z rękami złożonymi nad głową (naśladując kształt czapki), jedno za drugim. Do czasu, kiedy padnie kolejne hasło - poruszają się po sali z rękoma nad głową.

PREZENTY wjeżdżają na taśmę produkcyjną - dzieci ustawiają się w linii (jedno dziecko obok drugiego) trzymając się za ręce (ręce proste na wysokości ramion) i utrzymują taką pozycję do momentu aż prowadzący powie: „wracamy do pracy”.

MYSZY wbiegły do fabryki - dzieci stają na jednej nodze i zostają w tej pozycji do momentu, gdy prowadzący nie powie: „wracamy do pracy”.

AWARIA - wszystkie dzieci robią przysiad i osłaniają rękoma głowę, bo prezenty spadają z półek.

Sfinansowano ze środków:

Partnerzy krajowi:

Patronat honorowy:

9. Robicie kolorowe pierniczki na święta? W Fabryce św. Mikołaja jest specjalny dział, który się nimi zajmuje. Dziś rano jakiś niesforny elf zrobił małe zamieszanie i pomieszał wszystkie pierniczki. Pomóżcie mu posegregować je z powrotem do odpowiednich paczek.

Przygotujcie różne przedmioty w 4 kolorach (najlepiej szarfy lub płaskie znaczniki/miseczki tak, aby można było zebrać ich kilka na raz) i rozrzućcie je po sali. Wszystkie dzieci ustawiają się w bazie tj. na jednej, wyznaczonej linii. Prowadzący zabawę podaje jeden kolor i na sygnał START dzieci zaczynają zbierać tylko przedmioty w określonym kolorze. Gdy nie ma już żadnych przedmiotów w tym kolorze dzieci wracają ze swoimi zbiorami na miejsce startu. Za każdy zebrany przedmiot otrzymują 1 punkt. W kolejnej rundzie zbierany jest inny kolor, do momentu aż nie będzie już żadnych przedmiotów do zebrania.

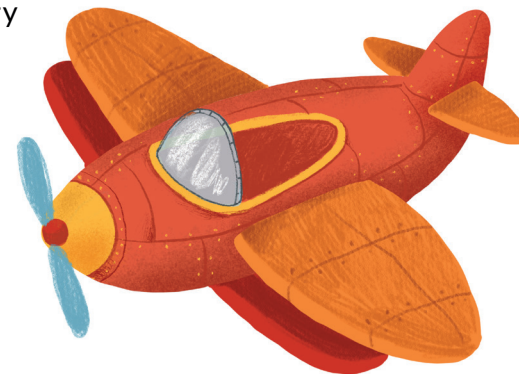
10. Dzieci dobierają się w pary. Jedna osoba z pary jest reniferem, a druga Mikołajem. Dziecko, które jest reniferem ustawia się przed dzieckiem, które jest Mikołajem. Mogą trzymać się za ręce lub za szarfę, która jest pomiędzy nimi. Prowadzący wyznacza berka spośród wszystkich Mikołajów. Zadaniem Reniferów jest kierowanie saniami, czyli wyznaczanie kierunku poruszania się pary oraz ochrona swojego Mikołaja przed berkiem Mikołajem. Zadaniem Berka Mikołaja jest złapanie innego Mikołaja. Mikołaj, który zostanie złapany staje się Berkiem Mikołajem.



11. Włączcie świąteczną piosenkę i zatańczcie do niej wszyscy razem!



12. Przygotujcie świąteczne memory i bawcie się dobrze!



Organizatorzy:

Sfinansowano ze środków:

13.

Pamiętacie jak się robi orły na śniegu?
Zróbcie 10 orłów w powietrzu lub na dywanie.



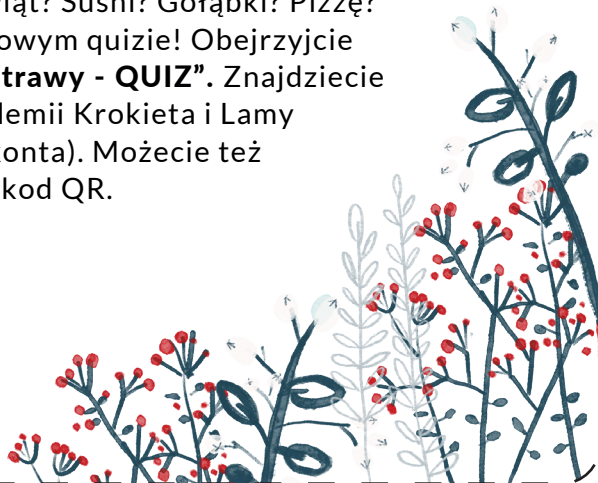
14.

Przygotujcie swoją świąteczną kostkę do gry i bawcie się dobrze!
Przyda Wam się do jutrzejszej zabawy!



15.

Czy wiecie, które potrawy tradycyjnie podaje się podczas świąt? Sushi? Gołąbki? Pizzę? Sprawdźcie to w ruchowym quizie! Obejrzyjcie filmik „**Świąteczne potrawy - QUIZ**”. Znajdziecie go na platformie Akademii Krokieta i Lamy (nie trzeba zakładać konta). Możecie też zeskanować poniższy kod QR.



Organizatorzy:

Sfinansowano ze środków:



16.

Dziś jesteście reniferami w zaprzęgu św. Mikołaja. Żeby utrzymać sanie na właściwym torze renifery muszą biec równo. Renifery co jakiś czas zamieniają się też miejscami, żeby te, które biegły z przodu mogły trochę odpocząć. Ustawcie się jeden za drugim i przebiegnijcie z jednej strony sali na drugą tyle razy, aby każdy mógł choć raz prowadzić.

Partnerzy krajowi:

Patronat honorowy:

17. Od dźwigania wielkiej torby z prezentami mogą czasem boleć plecy. Zróbcie 5 kocich grzbietów żeby trochę je rozruszać.



18. Żeby unieść wszystkie prezenty i nie rozsypać ich po drodze Mikołaj musi mieć dobrą równowagę. Spróbujcie utrzymać równowagę przez 10 sekund stojąc na jednej nodze. Czy uda Wam się to zrobić na prawej i na lewej nodze?

19. Byliście kiedyś na lodowisku? A może tylko oglądaliście ślizgających się łyżwiarzy? Ślizgajcie się po pokoju tak, jakbyście jeździli na łyżwach! Możecie włączyć swoją ulubioną piosenkę i wykonać do niej układ. Może wolicie jazdę szybką? Kto pierwszy zrobi 3 okrążenia wokół pokoju?



20. Przygotujcie zimową kostkę do gry i bawcie się dobrze!



Organizatorzy:

Sfinansowano ze środków:

Partnerzy krajowi:

Patronat honorowy:

21. Pierwszy dzień zimy i najkrótszy dzień w roku – dni stają się zimne i bardzo krótkie, co znaczy, że nie dogrzewa nas słońce. Niedługo przyjdzie też mróz, dlatego trzeba się porządnie rozgrzać. W tym celu elfy proponują bieg w miejscu - jak najszybciej, przez 15 sekund.



23. Elfy w fabryce św. Mikołaja mają bardzo małe stopy i ich kroki są tak drobne jak tiptopki. Ile takich kroków - tiptopków musicie zrobić, żeby przejść całą salę lub pokój dookoła?



Organizatorzy:

Sfinansowano ze środków:

22. Włączcie swoją ulubioną świąteczną piosenkę i przetańczcie cały utwór!



24. To już ostatni dzień naszej zabawy! Krokiet i Lama mają nadzieję, że aktywnie spędziliście czas przygotowań do Świąt. Pokażcie jak się bawiliście. Zróbcie rysunek i przysłijcie na adres b.arszczyk@krokietilama.pl

Wesołych świąt!



Partnerzy krajowi:

Patronat honorowy: