



ОЛИМПИЙСКИЙ адвент-календарь



Привет, я рад тебя видеть
в моем олимпийском
адвент-календаре!

Учебный год позади и наступила пора летних каникул.
Чтобы провести это время с пользой Белорусская
олимпийская академия разработала ОЛИМПИЙСКИЙ
адвент-календарь.

Психологи доказали, что любую привычку можно сформировать
за 21 день. Поэтому я предлагаю тебе привычку ЗОЖ.

Выполняя задания, открой для себя новые активности, узнай
больше об олимпийских ценностях, фотографируй, снимай видео
и в конце нашего приключения смонтируй мини-фильм
и присылай его на почту byolympicacademy@gmail.com

Все участники получают сертификаты
от Белорусской олимпийской академии.

21
день

1 Начни день весело, танцуй под любимую музыку	2 Знакомьтесь. Олимпийские игры	3 Прыгай как Мишка- олимпишка. Сделай фото в прыжке, но не забудь размяться)	4 Играй в классики с друзьями	5 Проверь себя. Викторина	6 Выучи и расскажи любое стихотворение или спой песню о спорте	7 ЭСТАФЕТА: «Олимпийская эмблема»
8 Раскрась наших талисманов	9 Поиграй в футбол	10 Повтори за чемпионом	11 Олимпийские Игры Древности	12 Поиграй в баскетбол	13 Проверь себя. Викторина	14 Участвуй в проекте «Олимпийская онлайн-галерея»
15 Упражнение «Планка» Проверь себя, сколько ты сможешь простоять в планке	16 ЭСТАФЕТА: «Прыжки с места»	17 создай свою Олимпийскую медаль	18 Возрождение олимпийских игр	19 Проверь себя. Викторина	20 Пикник на природе. Возьми с собой самую любимую полезную еду и хорошее настроение!	21 Создай свой мини-фильм