



**"Każde dziecko o tym wie.  
Chcesz być zdrowy - ruszaj się!  
Sport to bardzo ważna sprawa,  
Są reguły, jest zabawa...."**

**Sporty wodne** to także te uprawiane na powierzchni wody. Do tej grupy zalicza się mnóstwo ekstremalnych dyscyplin, uwielbianych przez osoby liczące na solidny wyrzut adrenaliny. Znaczącą podgrupę stanowią **sporty wodne** na desce, takie jak surfing i windsurfing, a także kitesurfing oraz wakeboarding i narciarstwo **wodne**



### **Surfing**

Surfowanie to jeden z najpopularniejszych sportów wodnych na świecie. Wystarczy umieć pływać i zaopatrzyć się w deski surfingowe, by rozpocząć swoją przygodę z surfingiem.

Na czym polega ten sport?

**Surfer stoi na desce i unosi się na krawędzi fali w stronę brzegu.**

Brzmi to dość prosto, ale w praktyce nauka surfowania zajmuje trochę czasu. Na razie surfing w Polsce nie jest powszechnie uprawiany, ale z każdym rokiem przybywa jego miłośników .

**Surfowanie może być świetną zabawą, pod warunkiem, że zostały zachowane zasady bezpieczeństwa.**

**Chcicie spróbować poznać tę dyscyplinę sportu na początek wykonajcie wydzierankę przedstawiającą wesołego surfera..**

Będą nam potrzebne: wybrana przez Ciebie kolorowanka o morskiej tematyce, ścinki kolorowego papieru, klej.



### Krok 1

Przyjrzyj się wybranemu przez siebie obrazkowi i wybierz kolory papieru, które będą Ci potrzebne. Następnie postrzęp poszczególne kolory na małe kawałki.



Krok 2  
Naklej wydarte kawałki na kolorowanke.



Krok 3  
Namaluj surferowi uśmiech i zaznacz kontury.



Gotowe!!! Wesoła zabawa! Ileż jest przyjemności w wykonywaniu kolejnych zadań!! Mamy nadzieję, że współpraca z nami sprawia Ci wiele przyjemności!  
Pamiętaj, że aktywność sportowa nad wodą jest bezpieczna tylko pod opieką dorosłego opiekuna. Bardzo dobrze, gdy w pobliżu znajduje się również ratownik wodny!

