

Temat: Gimnastyka korekcyjna dla młodzieży

Ćwiczenia korekcyjne, prawidłowa postawa ciała, wzmacnianie mięśni posturalnych.

Zajęcia metodą naśladowczą, forma frontalna. Przesyłam filmiki do przećwiczenia w domu. Proszę powtarzać.

Kl. I - IV

<https://www.youtube.com/watch?v=eiHGj8Tuo-l>

kl. V - VIII

<https://www.youtube.com/watch?v=gLPfKxoSumY>