

Zajęcia sportowe klasa 2 B 3 B (dziewczyny)

W linku zaprezentowane są ćwiczenia koordynacji ruchowej. Wykonujemy po minimum 15 powtórzeń danego ćwiczenia. Oczywiście w zależności opanowania ćwiczenia przechodzimy do trudniejszego (wykonując szybciej ćwiczenie). Jeszcze raz zachęcam do nagrywania swoich postępów. Przypominam o zapisywaniu na karcie ćwiczącego wykonywanych ćwiczeń.

KOORDYNACJA WZROKOWO - RUCHOWA

<https://youtu.be/U4pRb6kkyYI>

W razie jakiegokolwiek pytań proszę o kontakt.

Pozdrawiam,

Zasada Karolina