

Zestaw ćwiczeń dla klas II i III Szkoły Podstawowej

Witam, w poniższym linku przedstawiam zestaw ćwiczeń do pracy indywidualnej w warunkach domowych. Ćwiczenia zawierają kształtowanie koordynacji ruchowej, gibkości i skoczności oraz ćwiczenia równoważne. Każde z ćwiczeń dzieci starają się wykonać po kilka powtórzeń.

<https://www.youtube.com/watch?v=LQ69u9kzCU8>