

Lekcja 3.

Uwaga dzieci!

Z braku możliwości przeprowadzania zajęć na basenie zróbcie w miarę możliwości 2 razy pokazane w filmie ćwiczenia. W razie niemożności wykonywania ćwiczeń w parach, róbcie je indywidualnie, korzystając z przydatnych przedmiotów znajdujących się w Waszym domu. Poproście rodziców o pomoc w doborze tych "przyrządów". Przerwy w ćwiczeniach dostosujcie do własnych możliwości. Zwracajcie uwagę na poprawność wykonywanych ćwiczeń. Pozdrawiam:)

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