

Cześć dzieciaki. Dzisiaj poćwiczymy koordynację rąk i nóg. Wszystko staramy się robić w określonym tempie, ale pamiętamy również o poprawnym wykonaniu ćwiczenia i momentach odpoczynku. Będziemy potrzebowali jedna poduszkę lub pluszaka. Wiem, że spokojnie potraficie wszystkie ćwiczenia wykonać, jednak jeśli któreś z nich będzie dla kogoś zbyt trudne, proszę go nie wykonywać i spróbować wykonać następne. Życzę powodzenia. <https://www.youtube.com/watch?v=LVSMZjOwcTQ>