**Gimnastyka, gimnastyka!!!**

**„Propozycje internetowe Cioci Asi”**

KOCHANE DZIECI I DRODZY RODZICE

Dziś proponuję kolejną porcję ruchu, ale tym razem zachęcam do wykorzystania filmów z ćwiczeniami, których pojawiło się ostatnio dużo w Internecie.

Są to ćwiczenia ogólnousprawniające z elementami ćwiczeń korekcyjnych, pomysłowe, takie, które możecie wykonywać w domu i z zastosowaniem dostępnych przyborów.

Gorąco polecam!

# KSOS Rekreacja i Sport - Ćwiczenia z pluszakami

[**https://www.youtube.com/watch?v=8EOAG4nhzdo&feature=youtu.be**](https://www.youtube.com/watch?v=8EOAG4nhzdo&feature=youtu.be)

1. **Zabawy z dzieckiem – Ćwiczenia w dwójkach**

[**https://www.youtube.com/watch?v=FacAJxiIzh4**](https://www.youtube.com/watch?v=FacAJxiIzh4)

1. **Ćwiczenia dla dzieci.. Tor przeszkód**

[**https://www.youtube.com/watch?v=xXFP2QmKQ3Y**](https://www.youtube.com/watch?v=xXFP2QmKQ3Y)

1. **Ćwiczenia dla dzieci w domu**

[**https://www.youtube.com/watch?v=QhOmBWBS2\_s**](https://www.youtube.com/watch?v=QhOmBWBS2_s)

**Dobrej zabawy!**

Joanna Strug-Jachym