

## **Witajcie moi kochani drugoklasiści!**

**20.04-24.04. 2020**

Nadal musimy pracować zdalnie a to wymaga od nas wszystkich wiele dyscypliny, zaangażowania , a przede wszystkim systematyczności. Zatem zwracam się do was drogie dzieci i do waszych rodziców o dalszą aktywność ruchową w każdej możliwej formie i możliwie najwięcej na świeżym powietrzu:

- spacerowanie po podwórku,
- marsz,
- bieganie z piłką, z rodzeństwem, z pieskiem,
- skakanie na skakance,
- odbijanie piłki o ścianę budynku,
- slalom między poukładanymi kamyczkami,
- chodzenie po schodach,
- berek z rodzeństwem,
- rzuty piłką do celu.

**A gdyby zabrakło wam pomysłów albo pogoda była niesprzyjająca to polecam skorzystanie z załączonego filmiku. To blok ćwiczeniowo-taneczno- gimnastyczny. A co ważne: strój może być dowolny: piżamowo-tulowo-dresowy. Link poniżej.**

<https://www.youtube.com/watch?v=BaVn-HIZkiQ>

Życzę wam dużo dobrej zabawy 😊