

03 lutego w klasie Od odbyła się otwarta lekcja WF-u. W zajęciach brały udział 4 mamy, które ćwiczyły razem ze swoimi pociechami.

Na początku zrobiliśmy krótką rozgrzewkę, która okazała się nie taka prosta. Ćwiczenia główne oparte były na zajęciach aktywizujących, metodą p. Kazimiery Właźnik. Ćwiczyliśmy z szarfami ciekawe zabawy tj. „mycie pleców”, „ptaszki i gniazda”, czy „złap mój ogonek”. Ta ostatnia zabawa okazała się najtrudniejsza oraz bardzo wyczerpująca. Zadania zakończyliśmy zabawą wyciszającą z piłkami.



Zapraszamy do galerii. ☺