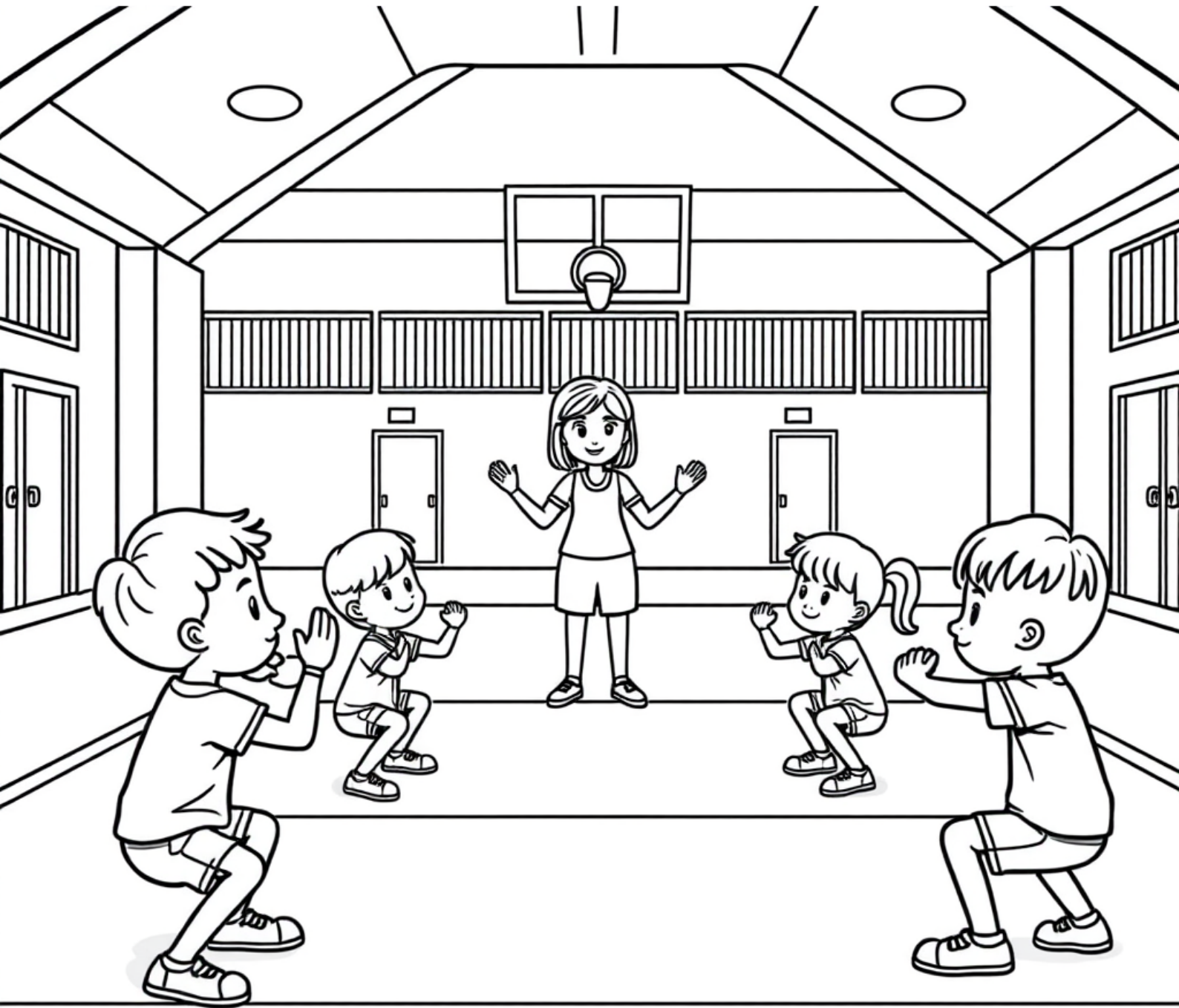


Gimnastyka poranna z przysiadami przy muzyce



kolorowanki.pl

powered by



Darmowe kolorowanki dla Twojego dziecka · K-18634



kolorowankioli.pl

K-18634 · Wiek 10-12 lat

Gimnastyka poranna z przysiadami przy muzyce

Podczas porannej gimnastyki dzieci wykonują przysiady w rytm wesolej muzyki puszczanej przez nauczycielkę. Ruch do muzyki ułatwia dzieciom utrzymanie tempa ćwiczeń.

Ciekawostka

Ćwiczenia wykonywane przy muzyce są dla dzieci bardziej angażujące niż te w ciszy, bo rytm naturalnie synchronizuje ruchy grupy. Przysiady wzmacniają mięśnie nóg już od najmłodszych lat.

Sugerowane kolory

Sala gimnastyczna w kolorze pastelowego błękitu, stroje sportowe różnokolorowe.

Wskazówka dla rodzica

Włączcie w domu ulubioną piosenkę i poćwiczcie razem kilka przysiadów.



<https://animatolka.pl>

ŚLĄSK: Eventy firmowe i miejskie · Szkolne ·
Przedszkolne · Wesela · Komunie