

Lekcja tańca 1

<https://www.youtube.com/watch?v=niF6s8tbZE&feature=youtu.be>

Lekcja 2

<https://www.youtube.com/watch?v=l7lvmkNZ7vs&t=17s>

Na środę i czwartek /i weekend majowy/ proponuję trochę potańczyć. Tak więc polecam filmik - lekcje tańca w wykonaniu instruktorek w tej dziedzinie. Układ taneczny wykonywany jest do bardzo znanego utworu Wiki Gabor. Bardzo proszę spróbujcie zatańczyć chociaż mały fragment. Po powrocie do szkoły zrobimy z tego wspólny układ taneczny. Codziennie kilka minut tańca nie zaszkodzi – wręcz przeciwnie!!

W czwartek proszę zobaczyć i przećwiczyć kolejny fragment układu tanecznego /lekcja 2/ Jeszcze raz zachęcam nie tylko dziewczęta!!! Pozdrawiam.

Dla uczniów, którzy wolą poćwiczyć piłkę nożną, zapraszam na lekcję z piłką. Piłkę nożną zastępujemy lżejszą piłką, jeżeli ćwiczycie w domu! Poćwiczcie prowadzenie i czucie piłki, prawą i lewą nogą, panowanie nad piłką, tak jak na załączonym filmiku – Trening piłkarski. Zapraszam wszystkich do ćwiczeń!

<https://www.youtube.com/watch?v=tEungSYdx7A>