

Wychowanie fizyczne, 29.03 - poniedziałek

W ramach dzisiejszych zajęć zachęcam do wspólnej relaksacji wraz z Rodzicem. Połóżcie na podłodze koc i połóżcie się na nim. Możecie również położyć się na łóżku. Włączcie zaproponowaną melodię i zamknijcie oczy. Spróbujcie się zrelaksować. Postarajcie się nic nie mówić przez kilka minut. Wsłuchajcie się w melodię.

Link do utworu:

https://www.youtube.com/watch?v=Eh_dH40FRhc