

4. 05.2020r.

Temat: Lekcja tańca – odtwarzanie różnych form ruchu.

Po „wielkiej majówce” wracamy do pracy nad twoją sprawnością fizyczną. Dziś proponuję kolejną, trzecią lekcję tańca. Zanim przystąpisz do nauki, wykonaj rozgrzewkę.

Po rozgrzewce przystąp do nauki układu tanecznego.

Wszystkie ćwiczenia w ramach rozgrzewki i elementy układu tanecznego spróbuj wykonać tak, jak w filmie instruktażowym, który znajdziesz pod następującym adresem:

<https://www.youtube.com/watch?v=AsCTRrcz0xE>