

GIMNASTYKA

KOREKCYJNO - KOMPENSACYJNA

ZAJĘCIA I

*ĆWICZENIA WZMACNIAJĄCE MIĘŚNIE PODESZWOWE
STÓP - PRZECIWDZIAŁANIE PŁASKOSTOPIU*

ĆWICZENIE 1

RYSOWANIE STOPĄ - CZY TO JEST PROSTE...?

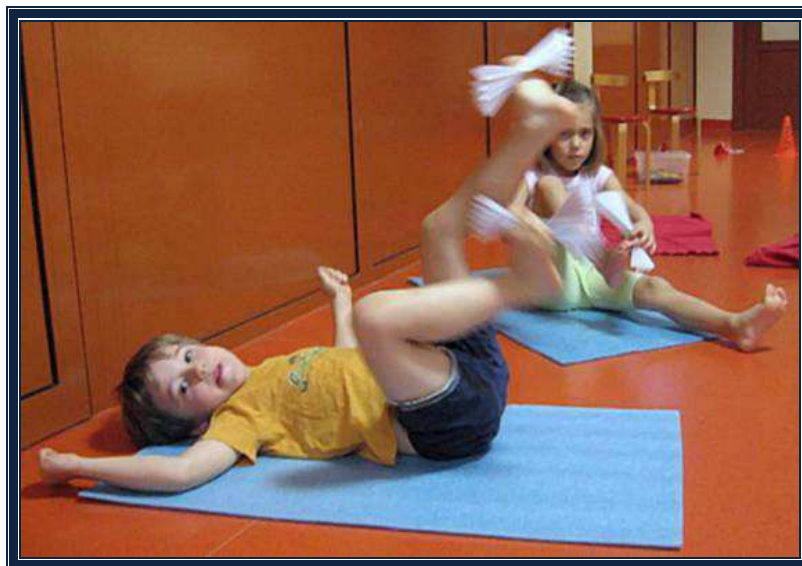
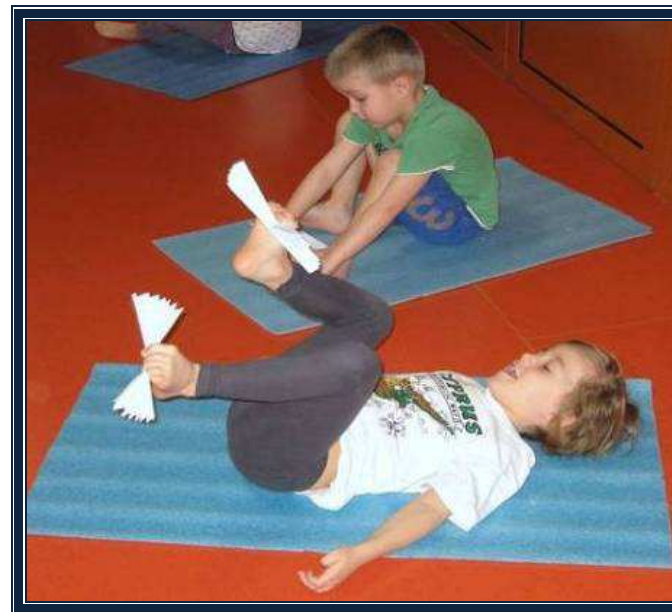


ĆWICZENIE 2

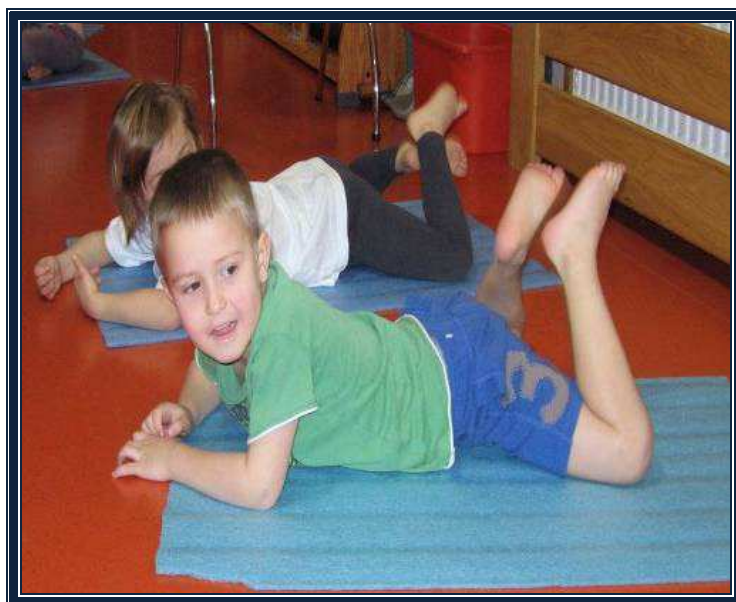
SIŁOWANIE SIĘ O PIŁKĘ - KTO WYGRAŁ...?

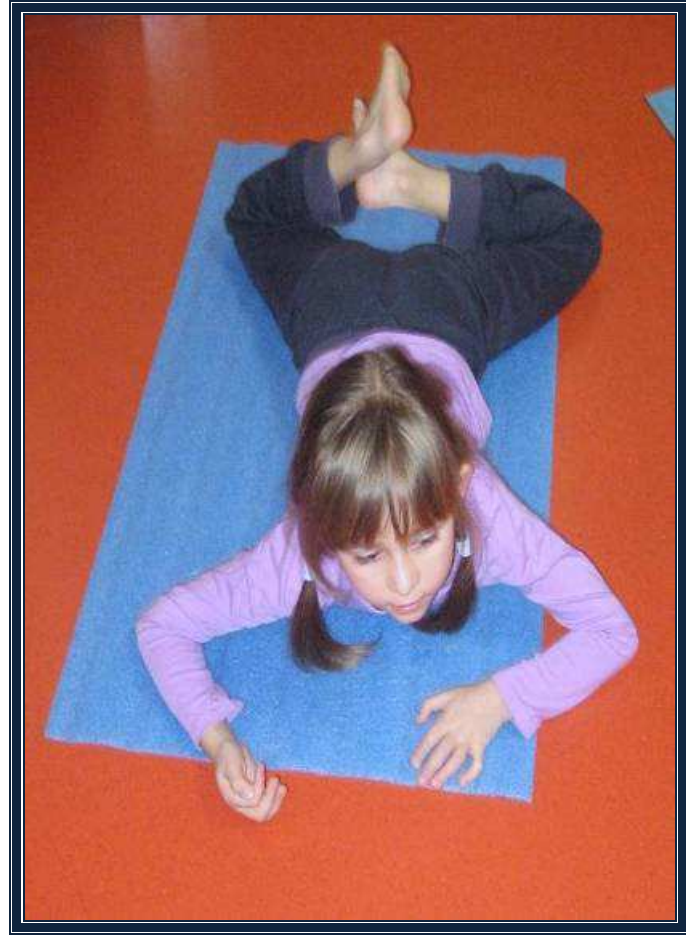


ĆWICZENIE 3 ROWEREK Z PAPIEROWĄ HARMONIJKĄ



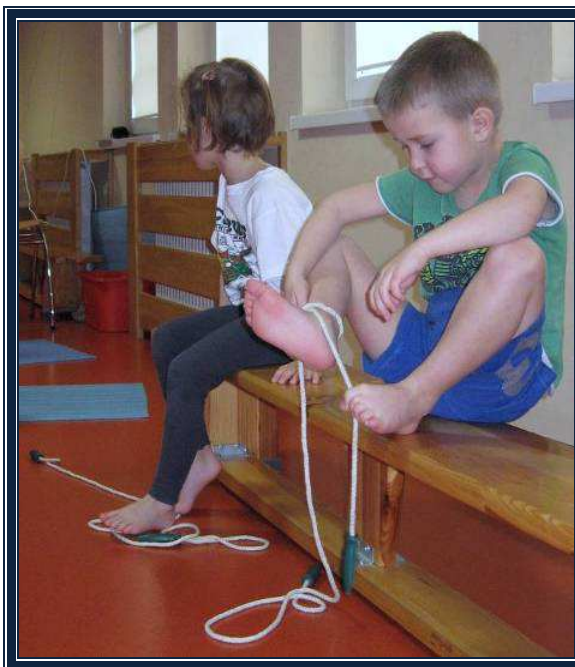
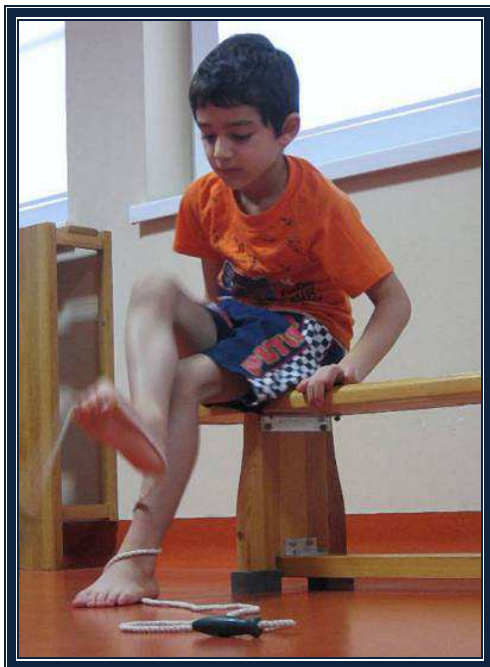
ĆWICZENIE 4
NIE TYLKO DŁOŃMI MOŻNA KLASKAĆ...





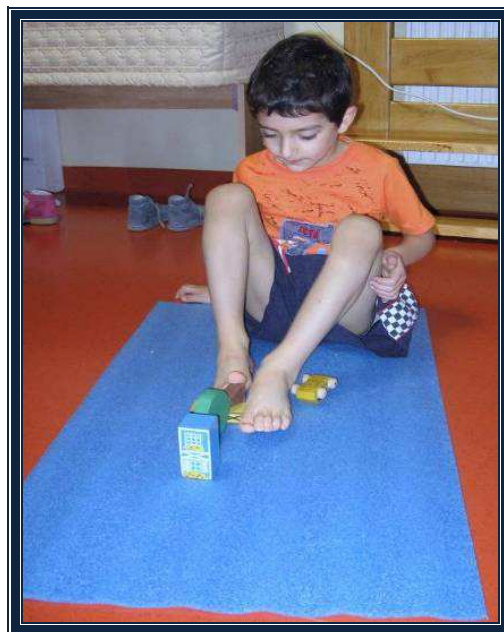
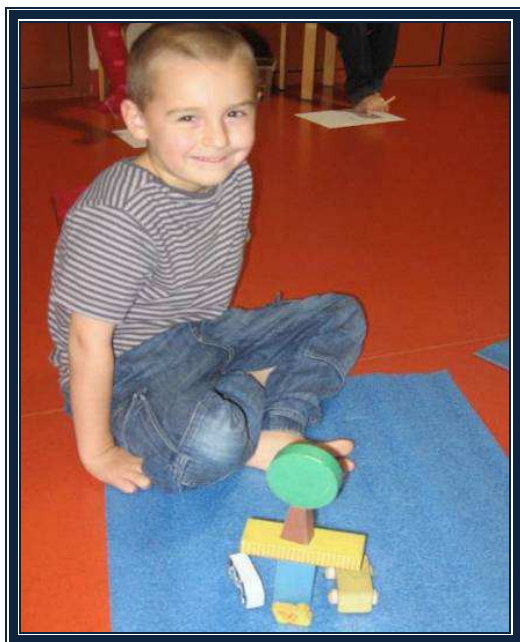
ĆWICZENIE 5

ZAWIJANIE SKAKANKI WOKÓŁ NOGI BEZ POMOCY RĄK. JAK TO ZROBIĆ...?



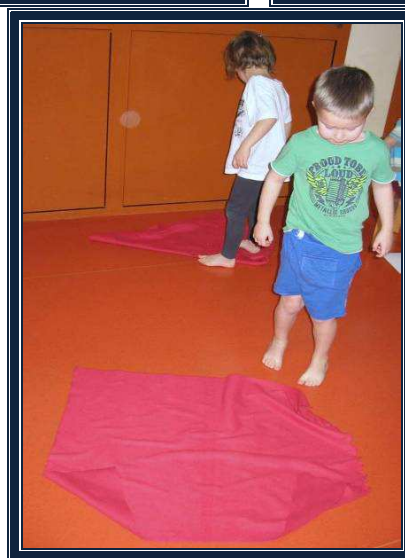
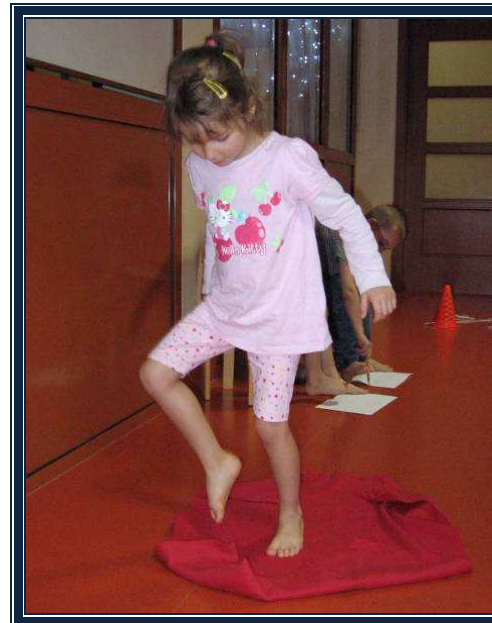
ĆWICZENIE 6

BUDOWANIE WIEŻY Z KLOCKÓW



ĆWICZENIE 7

SKŁADANIE KOCYKA W KOPERTĘ



ZAJĘCIA II

ZWINNOŚCIOWY TOR PRZESZKÓD WZMACNIAJĄCY MIĘŚNIE POSTURALNE

















