**3. Przysieki Gimnastyka Korekcyjna**

**Gimnastyka Korekcyjna klasa I, II, III**

Moi drodzy mam nadzieję, że u wasz wszystko w porządku i pomimo tak trudnej sytuacji radzicie sobie dobrze. Pamiętając codziennie o prawidłowej postawie ciała i ćwiczycie codziennie przynajmniej po 10 min. Na ten tydzień chcę wam zaproponować ćwiczenia korekcyjne na wysunięte barki, odstające łopatki i ćwiczenia na płaskostopie. Do tych ćwiczeń możecie wykorzystać małe woreczki , piłeczki , czy wasze zabawki. Nie zapominajcie o swoim bezpieczeństwie podczas wykonywania ćwiczeń.

Link z propozycją ćwiczeń, na wysunięte barki i odstające łopatki

<https://www.youtube.com/watch?v=iH-XmGS_JJs>

A tu ćwiczenia na płaskostopie

<https://www.youtube.com/watch?v=feh5WsEJNHM>

Powodzenia