**TYGODNIOWY HARMONOGRAM ZAJĘĆ Z UWZGLĘDNIENIEM NAUCZANYCH TREŚCI Z PRZEDMIOTU**

**Zajęcia korekcyjne wad postawy**

**Nauczyciel:** Dorota Olszewska

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **TYDZIEŃ 7**  **27.04-01.05.2020** | NAUCZANY PRZEDMIOT | KLASA | TREŚCI |
|  | GK | IV-VII | Wzmacnianie mięśni ściągających łopatki  [https://www.youtube.com/watch?v=](https://www.youtube.com/watch?v=eiHGj8Tuo-l)iH-XmGS\_JJs&list=PL7Uu357vPbyqg9FgQl7CiXWtd4Xx3CuR |
| **TYDZIEŃ 8**  **04-08.04.2020** |  |  |  |
|  | GK | IV-VII | Wzmacnianie mięśni brzucha  <https://www.youtube.com/watch?v=9VtMid8rlMA> |
| **TYDZIEŃ 9**  **11-15.05.2020** |  |  |  |
|  | GK | IV-VII | Wzmacnianie mięśni grzbietu  <https://www.youtube.com/watch?v=bS0oNNx_yWE> |
| **TYDZIEŃ 10**  **18-22.05.2020** |  |  |  |
|  | GK | IV-VII | Ćwiczenia z woreczkami przeciw płaskostopiu  <https://www.youtube.com/watch?v=6vLjGjLaCJE> |
| **TYDZIEŃ 11**  **25-26.05.2020** |  |  |  |
|  | GK | IV-VII | Ćwiczenia oddechowe  <https://www.youtube.com/watch?v=x0Tz9OF0tGk&list=PLOM5hCYC5-teO9-URM3iUv3G4qFyMZP9o&index=6> |