

Γεια σας παιδιά!

Τι κάνετε; Ελπίζουμε να είστε όλοι καλά!

Χρόνια πολλά στις μαμάδες!

Ας δούμε παιδιά, τι έχουμε γι' αυτή την εβδομάδα στη **ΓΥΜΝΑΣΤΙΚΗ**

- 1) Ένα εβδομαδιαίο πρόγραμμα με διάφορες **ασκήσεις** και **φυσικές δραστηριότητες**. Κάποιες από αυτές μπορούν γίνουν και έξω, τώρα πια. Εσείς θα επιλέξετε αυτές που σας ταιριάζουν. Σημασία έχει, να γυμναζόμαστε έστω και λίγο κάθε μέρα.
- 2) Ένα πολύ ωραίο τραγουδάκι για τη **Διατροφή**.
<https://safeyoutube.net/w/vIEC>
- 3) Ένας πολύ διασκεδαστικός **Χορός** για να χορέψετε.
<https://safeyoutube.net/w/rpEC>
- 4) Ένα βίντεο, αλλά και παιχνίδι ταυτόχρονα, για να θυμηθούμε τα **σωματικά σχήματα** και τα **επίπεδα στο χώρο**.
<http://photodentro.edu.gr/aggregator/lo/photodentro-lor-8521-10553>
- 5) Ένα πολύ ωραίο **τραγουδάκι**, που μιλάει για δέκα καβουράκια.
<https://safeyoutube.net/w/V6EC>
- 6) Τέλος, μια πολύ ωραία **δραστηριότητα – πρόκληση** για όλη την οικογένεια.
<https://safeyoutube.net/w/2AEC>

Καλή διασκέδαση!

κυρία Κωνσταντίνα
κύριος Ανδρέας