

ŠOKIME, KURKIME IR BŪKIME AKTYVŪS

RYTO MANKŠTA (pridedu įrašą).

1. Kaip manote, kodėl reikalingas fizinis aktyvumas?

2. Įsijunkite mankštos nuorodą

(<https://www.youtube.com/watch?v=oc4QS2USKmk&fbclid=IwAR19s0iOZf07OBXRp1WvqOPJQsU-SED8xoHHrtV5jvqxN1Rk3lg3GHWyInc&app=desktop>) ir kartu atlikti įvairius pratimus.

3. Kaip sekėsi atlikti mankštą? Kas pavyko ir kas nepyko ir kodėl?

4. Pabandykite sukurti trumpą savo šokio mankštą ir kartu su tėvelių pagalba nufilmuokite (galima pasirinkti ir pritaikyti muziką ir kt.)

Tikiuosi kartu su šeima puikiai praleisite laiką bei sukurtą "mini" šokio mankštą nufilmuotą galėsite atsiųsti el. paštu: vaida.asorti@gmail.com. Užduotims atlikti turite 2 savaites. Jei kils klausimų drąsiai skambinkite tel. +37062304747