

Propozycja zajęć dla uczestników świetlicy terapeutycznej.

Czy wiecie, że taniec to jedna z najzdrowszych form aktywności fizycznej? Nie ma znaczenia rodzaj tańca każdy styl niesie ze sobą szereg korzyści fizycznych i psychicznych. Każdy styl tańca jest ciekawy i interesujący, z każdego można się czegoś nauczyć i znaleźć coś dla siebie. Spróbujcie poruszać się do muzyki tak jak dzieci na filmie albo tak jak po prostu potraficie.

<https://youtu.be/ymigWt5TOV8>

<https://youtu.be/GRM9h8EQ6Bw>