

Καλημέρα παιδιά



Με τη σημερινή κατάσταση που ζούμε όλοι μας και γιατί μου έχετε λείψει πολύ...είπα να σας στείλω μερικά βιντεάκια να βλέπετε τεχνικές και τρόπους για εκμάθηση των αθλημάτων που κάναμε στο σχολείο. Από τα link που σας στέλνω μπορείτε να σερφάρετε και παραπέρα μόνοι σας και να βρείτε ότι άθλημα σας ενδιαφέρει.

Ασκήσεις όπως πουσάπς και κοιλιακούς μπορείτε να κάνετε και στο σπίτι.

Σας φιλώ και σας παρακαλώ να προσέχετε και να έχετε υπομονή. Όλα θα περάσουν !

#μένω\_σπίτι\_μαθαίνω\_ασκούμεαι#

Αν έχετε ερωτήσεις μπορείτε να μου στείλετε στο e-mail μου

sofiakir1102@gmail.com

<https://www.youtube.com/watch?v=uqTr13ceECc>

<https://www.youtube.com/watch?v=iEU7hVZa6Sw>

<http://photodentro.edu.gr/aggregator/lo/photodentro-educationalvideo-8522-1076>

<http://photodentro.edu.gr/aggregator/lo/photodentro-lor-8521-10742>

<http://photodentro.edu.gr/aggregator/lo/photodentro-educationalvideo-8522-1058>

<http://photodentro.edu.gr/aggregator/lo/photodentro-educationalvideo-8522-1061>

<http://photodentro.edu.gr/aggregator/lo/photodentro-lor-8521-11086>

[http://photodentro.edu.gr/aggregator/search/all/field\\_cl\\_discipline/2545#path=field\\_cl\\_discipline/physical-education-2545/field\\_cl\\_discipline/special-physical-education-8137](http://photodentro.edu.gr/aggregator/search/all/field_cl_discipline/2545#path=field_cl_discipline/physical-education-2545/field_cl_discipline/special-physical-education-8137)

<https://www.youtube.com/watch?v=Nj8XNBZZsxY>

[https://www.youtube.com/watch?v=M\\_K4IU7t5ok](https://www.youtube.com/watch?v=M_K4IU7t5ok)

<https://www.youtube.com/watch?v=bKOTKHtbM54>

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

<https://www.youtube.com/watch?v=m8hD5M1hGK0>

<https://www.youtube.com/watch?v=8-IJtS4EB3Y>

<https://www.youtube.com/watch?v=eU2wg6gC91I>

<https://www.youtube.com/watch?v=9KaEQZXBkLY>

<https://www.youtube.com/watch?v=Y3wz7nOOFSl>

KANETE COPY-PASTE TA LINK ΣΤΟ GOOGLE-SEARCH

