

Gimnastyczka robi szpagat na podłodze



kolorowanki.pl powered by



Darmowe kolorowanki dla Twojego dziecka · K-06172



kolorowankioli.pl

K-06172 · Wiek 4-11 lat

Gimnastyczka robi szpagat na podłodze

Szpagat to figura, w której nogi są rozłożone w jedną linię, do przodu i do tyłu. Gimnastyczka siedzi nisko przy podłodze i unosi ręce dla równowagi.

Ciekawostka

Żeby zrobić szpagat, trzeba mieć bardzo rozciągnięte mięśnie nóg. Gimnastycy rozciągają się codziennie, bo elastyczność rośnie powoli, krok po kroku.

Sugerowane kolory

Trykot turkusowy z białymi gwiazdkami, mata różowa, podłoga sali jasna, ściana kremowa.

Wskazówka dla rodzica

Pokaż dziecku, że rozciąganie robi się powoli i nigdy nie powinno boleć.



<https://animatolka.pl>

ŚLĄSK: Eventy firmowe i miejskie · Szkolne ·
Przedszkolne · Wesela · Komunie