

**Część pierwsza.****Rozpoczęcie.**

(10 minut)

- \* Przywitanie.
- \* Przekazanie informacji.
- \* Ćwiczenie: znajdź swoje miejsce.
- \* Ćwiczenie: znajdź wzrokiem.
- \* Ćwiczenie: wykonaj to i wróć na miejsce.

**Część druga.****Właściwa.**

(25 min)

- \* Zadanie na papierze
- \* Stop klatka
- \* Ożywienie stop klatek

**Część trzecia.****Omówienie.****Część czwarta.****Zakończenie.**

(10 minut)

- \* Podsumowanie
- \* Ćwiczenie burza tropikalna.
- \* Minuta ciszy.
- \* Koniec.

**Część pierwsza.****Rozpoczęcie.**

(10 minut)

- \* Przywitanie.
- \* Przekazanie informacji.
- \* Ćwiczenie: znajdź swoje miejsce.
- \* Ćwiczenie: znajdź wzrokiem.
- \* Ćwiczenie: wykonaj to i wróć na miejsce.

**Cześć druga.****Właściwa.**

(25 min)

- \* Zadanie na papierze
- \* Stop klatka
- \* Ożywienie stop klatek

**Część trzecia.****Omówienie.****Część czwarta.****Zakończenie.**

(10 minut)

- \* Podsumowanie
- \* Ćwiczenie burza tropikalna.
- \* Minuta ciszy.
- \* Koniec.