

**Βίντεο με ασκήσεις στο σπίτι για αξιοποίηση στην εξ αποστάσεως
σύγχρονη και ασύγχρονη διδασκαλία στη Φυσική Αγωγή**



**Άσκηση στο σπίτι από το ΤΕΦΑΑ του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας
ΠΡΟΣΤΑΣΙΑ & ΠΡΟΑΓΩΓΗ ΤΗΣ ΥΓΕΙΑΣ**

- <https://watchkin.com/60fd9d8a08>

Hellenic Football Family

- Μένουμε (και γυμναζόμαστε) σπίτι! (10-18)
<https://watchkin.com/7cc8b0a6f5>

ΑΕΣ Ιάσων Κολωνού

- Γυμναστική στο Σπίτι για Γονείς & Μικρά Παιδιά (6-12)
<https://watchkin.com/f133042167>

Fitness Lab by Andreas Niarchos

- 24 Ασκήσεις για Γυμναστική στο Σπίτι / Χωρίς Εξοπλισμό
<https://watchkin.com/046cddf53b>

Κανάλι: Moe Jones

- Kids workout 1 Beginners (10-18)
<https://video.link/w/QoNwb>

Κανάλι Little Sports

- 12 Easy Exercises For Kids At Home
<https://watchkin.com/aaed119812>
- 9 Best Standing Exercises For Kids
<https://watchkin.com/b2c7e4f401>
- Full Body Kids Workout: Daily Physical Activity For Children At Home (6-9)
<https://watchkin.com/360620c0b8>
- Kids Daily Workout - Fun Exercises At Home
<https://watchkin.com/8b0e5fbd18>
- Kids Home Exercises: Workout To Stay Active At Home
<https://watchkin.com/99158788e7>
- Legs + Arms Kids Exercise At Home
<https://watchkin.com/5147b88898>