

Lekcje na poniedziałek - wychowanie fizyczne dla klas 4-6.

Data-20.04.2020

W ramach godzin wychowania fizycznego wykonujesz ćwiczenia fizyczne w domu np. w swoim pokoju albo na podwórku (kiedy masz możliwość wyjścia bez kontaktu z innymi).

Jeżeli masz piłkę do siatkówki, gumową, inną, to możesz ją wykorzystać do doskonalenia odbić górą i dołem nad sobą, w siadzie, w postawie itp.

Przesyłam link do ćwiczeń w domu jako propozycję dla tych, którzy nie chcą już wykonywać ćwiczeń z poprzednich lekcji –

<https://www.youtube.com/watch?v=nVihoCLMSIE&t=1065s>