

Wychowanie fizyczne

Klasa I a

Data: 23.03.2020 r.

TEMAT: Ćwiczenia ogólnorozwojowe przy muzyce.

Proszę wykonać 5 prostych ćwiczeń ogólnorozwojowych.

Ćwiczenia wykonujemy:

- na dywanie z dala od mebli,
- bez przyborów i przyrządów,
- codziennie.

Poniżej podaję link do przykładowych ćwiczeń:

<https://www.youtube.com/watch?v=XV3g2c9SC-g>

Pozdrawiam

Stanisław Strelczuk