

WF.kl.2.18.06.2020

Temat: Łączenie przewrotów w tył i w przód

1. Rozgrzewka ogólnorozwojowa 15 min
2. Realizacja tematu 25 min
3. Ćwiczenia gibkościowe 5 min.

WF.kl.2. 18.06.2020

Temat: Doskonalenie podporu łukiem leżąc tyłem (mostek)

1. Rozgrzewka ogólnorozwojowa 15 min
2. Realizacja tematu 25 min
3. Ćwiczenia gibkościowe 5 min.