

## **Wychowanie fizyczne**

**Klasa II**

**Data: 24.03.2020 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>

Życzę owocnego ćwiczenia.

Wojciech Rudnicki