Wychowanie Fizyczne

06. 04 .2020

Klasa: 1 - 3

Zadanie: 1

Dzisiejszą rozgrzewkę przeprowadźmy w rytmach piosenki ” Skaczemy, biegniemy”

<https://www.youtube.com/watch?v=OZTYeTEZ2wA&fbclid=IwAR2-Vvm8Pmrf65IU30ga0UNhenwl75RnRayHLFMRJ7jbO4PF5g1KqUIxbSI>

Zadanie: 2

Wykonujemy 4- minutowy zestaw ćwiczeń TABATA KIDS

<https://www.youtube.com/watch?v=MKVe4Zs6KRk>

Zadanie: 3

Moi drodzy dziś jest piękna pogoda więc jako zadanie rozluźniające proponuję wam to co tygryski lubią najbardziej czyli zabawy na świeżym powietrzu.

Życzę wam dobrej zabawy ☺