

01.06.2020r. klasa IIIb

Temat: Ćwiczenia na równowagę.

Witajcie. Z okazji Dnia Dziecka życzę Wam dużo radości, zdrowia i spełnienia wszystkich marzeń. Z tego też tytułu na dzisiaj przygotowałem bardzo krótki filmik z ćwiczeniami😊

<https://www.youtube.com/watch?v=0ih61-uU-zk>

02.06.2020r.

Temat: Jak poprawić samopoczucie i koncentrację?

Dzień dobry dziewczyny i chłopakami. Coś mi się wydaje, że ktoś tu się opuścił w lekcjach wf. Tak nie może być! Wiecie, że ruch w ciągu dnia poprawi wasze samopoczucie i koncentrację. Przygotujcie poduszkę lub swoją ulubioną maskotkę i wskakujcie na matę. To będzie niezapomniana przygoda. Liczę na Was.

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

05.06.2020r.

Temat: Ćwiczenia na „drabince”.

Przygotujcie w domu drabinkę według wzoru na filmiku i spróbujcie wykonać wszystkie ćwiczenia.

https://www.youtube.com/watch?v=zxdHhz_cxTY&t=3s

Powodzenia, pozdrawiam.