

Dodatkowe zajęcia z wychowania fizycznego

(uczniowie zapisani do p. Graczyka na zajęcia)

(gry i zabawy zręcznościowe)

KLASA IIb (30.04.2020r.)

Temat: Usprawniamy się poprzez gry i zabawy z woreczkiem.

Dzisiejszą lekcję rozpoczynamy inaczej niż zwykle.

Zadanie 1.

Uszyj sobie 2 małe woreczki gimnastyczne i napełnij je ryżem, fasolą lub grochem.

Zadanie 2.

Kiedy będziesz mieć już gotowe woreczki, zapraszam Cię do obejrzenia filmików , które podpowiedzą jak można fajnie i pomysłowo poćwiczyć. Do zabawy możesz zaprosić kogoś bliskiego (mama, tata, siostra, brat).

Poniżej linki do filmików:

<https://www.youtube.com/watch?v=VXGs7KWCEzs&t=34s&fbclid=IwAR1bYw7LI0feUnh3L939y7gaEIRdQwA2Tb14xl5ppUiKNGDfd45e7VJbb-0>

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

Pozdrawiam Tomasz Graczyk