

Czołem klasa !

Co na dzisiejszej lekcji w-f?



Zbliżamy się do upragnionych Świąt Bożego Narodzenia. Jak zawsze w każdym domu to czas na kompleksowe porządki. Zanim użyjecie miotły do sprzątnięcia w mieszkaniu czy też na zewnątrz, wykorzystamy ten nietypowy przyrząd do ćwiczeń na wychowaniu fizycznym!

Oglądając film ćwicz razem z panią

https://www.youtube.com/watch?v=TympIlnUEcg&ab_channel=Fit%26CheerKasiaOzog

Jeśli będziesz ćwiczył w domu to pamiętaj, aby koniecznie **OTWORZYĆ SZEROKO OKNO!!!!**

Wykonaj te ćwiczenia w ramach przerw międzylekcyjnych lub po południu.

Możesz je robić codziennie.

Pozdrawiam Witold Piotrowski