

Wychowanie fizyczne kl. Vb, 3.06.2020 r. – Tadeusz Danaj

Temat: Prawidłowa technika biegu

Powtarzamy lekcję z 19.05. gdyż nie wszystkim otworzył się link i uczymy się prawidłowo biegać.

Aby biegać efektywnie ,należy w czasie biegu stosować odpowiednią technikę. Dziś będziecie się uczyli prawidłowej techniki biegu, którą , mam nadzieję już niedługo, wykorzystacie podczas zawodów biegowych. Skorzystajcie z filmu instruktażowego, który znajdziecie pod linkiem:

<https://ewf.h1.pl/student/?token=sbAzmvs6dzLHmkk1lRLxndSnLUpbLoD6J7NtRrMV1HK5hpgzNS>

Powodzenia