

Wychowanie fizyczne kl. VIIab dziewczęta, 16.11.2020 r. – Tadeusz Danaj

Temat: Poranna gimnastyka – rozgrzewka.

Na początek tygodnia proponuję Wam wykonanie kilku prostych ćwiczeń, które pobudzą was do życia i do działania. Ćwiczenia wykonujcie zgodnie z instrukcją, którą znajdziecie pod linkiem:

<https://ewf.h1.pl/student/?token=6JlILjaFUahK5JUXqOQsXrXG2fN0ICZIr1PhD5wcyr6ofpFFwl>

Starajcie się wykonywać ćwiczenia dokładnie tak, jak demonstruje je prowadząca. Po zakończeniu ćwiczeń odpowiedzcie na pytanie zamieszczone pod lekcją (do 16. 11. do godz.20⁰⁰).