

18.11.2020r.- wychowanie fizyczne kl. I – Elżbieta Rydzewska

Temat: Gimnastyka to zabawa. Zabawy wdrażające do systematycznego gimnastykowania się.

W ramach dzisiejszych zajęć wychowania fizycznego wykonaj kilka ćwiczeń, które pamiętasz z lekcji w szkole. Proponuję ci również włączyć dowolną, ulubioną muzykę i poruszać się rytmem tej muzyki. Możesz wykorzystać dowolne figury, które potrafisz wykonać. Wybierz pozycję do zabawy przy muzyce np. na stojąco, kiedy siedzisz, na podłodze lub kanapie, w pozycji klęczącej. a może na czworakach.

Udanej zabawy!

Uwaga!

Wyślij KONIECZNIE z pomocą rodziców na adres erydzewska.zostoczek@wp.pl informację, czy podobała ci się taka zabawa. Jest to potwierdzenie twojej obecności na lekcji.