

Temat: Ćwiczenia z nietypowymi przyborami.

Gdy już jest troszkę cieplej na dworze, a mamy podwórko, to proponuje rozgrzewkę na świeżym powietrzu.

Na dole link do ciekawych ćwiczeń rozgrzewanych przez tematem głównym zajęć.

<https://www.youtube.com/watch?v=Xw7aNr4vTbc>

Teraz możecie spokojnie przejść do części właściwej zajęć. Propozycje ćwiczeń znajdziecie na podanym linku:

powodzenia

https://damianrudnik.com/cwiczenia-w-domu-z-przyborami-domowymi-dbaj-o-zdrowie-cwicz/?fbclid=IwAR1jNipCmQX7qh3F9c9t2WioAojiZiWmV_2OPJKkxee-Zhhh-N2lzJ0sHx4