WYCHOWANIE FIZYCZNE Kl.VII

TEMAT: ĆWICZENIA Z PRZYBORAMI DOMOWYMI.

Na dzisiejszą lekcję przygotowałem dla was zestaw różnych ćwiczeń w których wykorzystacie to co macie w domu. Będą to różne produkty, których może nigdy nie wykorzystywaliście do ćwiczenia. Podczas ćwiczeń będzie zaangażowane całe nasze ciało. Może niektóre ćwiczenia będą dla was śmieszne, ale właśnie o ot chodzi, byście się bawili ćwicząc.

Zapraszam do zabawy. <https://www.youtube.com/watch?v=J7Evuks9Fos>