WYCHOWANIE FIZYCZNE Kl.VII

TEMAT: WZMACNIAMY MIĘŚNIE NÓG

CELE:

- wzmocnienie mięśni nóg

- koordynacja ruchowa podczas ćwiczeń

- poznaje znaczenie mięśni nóg w życiu

- bezpieczeństwo podczas ćwiczeń

Zapraszam do ćwiczeń; <https://www.youtube.com/watch?v=LvHWUGVfBHo&t=203s>