WYCHWANIE FIZYCZNE kl.VIII

TEMAT : POŚWIĄTECZNE ĆWICZENIA.

Na dzisiejszej lekcji będziemy wykonywać bardzo proste ćwiczenia, które w przyszłości możecie wykorzystać prowadząc rozgrzewkę na początku lekcji wychowania fizycznego. Przypominam o systematycznym wykonywaniu ćwiczeń w ciągu całego dnia.

Zapraszam do ćwiczeń. <https://www.youtube.com/watch?v=YiionQIlXSM>