

Wychowanie fizyczne klasa 3

Moi drodzy !

Jest wiosenna pogoda spędzajcie dużo czasu na świeżym powietrzu. Wykorzystajcie sprzęt, który macie w domu. Pamiętajcie o zachowaniu bezpieczeństwa , przygotujcie odpowiedni strój i miejsce do ćwiczeń. Pamiętajcie o rozgrzewce, żeby zapobiec kontuzjom.

Możecie też poćwiczyć w domu, oto propozycje:

1. Wykonaj wylosowane ćwiczenia. Miłej zabawy!

[WF online w domu. Pozdrawiam pani Justyna - Ruletka](#)

2. Poćwicz z piłką:

[#3 Ćwiczymy z piłką w domu, #zostańw domu i trzymaj formę z nami !!! - YouTube](#)

Pozdrawiam i życzę fajnych zabaw i dużo ruchu!      Małgorzata Lubecka