

## Wychowanie fizyczne



Dziś przygotowałam dla was ćwiczenia trochę w innej formie- „wylosuj kartę”.

**Wychowanie fizyczne** – Przed rozpoczęciem ćwiczeń przygotuj proszę strój gimnastyczny ( spodenki, koszulkę , obuwie sportowe).Uwaga potrzebna będzie Ci butelka z wodą .Każde ćwiczenie powtórz 7 razy .

**Teraz włóż strój gimnastyczny i zaczynamy !!!!**

### **3. 2. 1. START!!!!!!!!!!**

Otwórz poniższy link na stronie Wordwall – następnie wylosuj kartę i postępuj zgodnie z instrukcjami.

<https://wordwall.net/pl/resource/1805970/%C4%87wiczenia-og%C3%B3lnorozwojowe>

Opracowała

Lena Staszczyszyn

