

Witam Was moi uczniowie

Temat lekcji: ćwiczenia w domu z piłką

Otwórzcie link i obejrzyjcie film, są to ćwiczenia do wykonywania w domu. Przygotujcie sobie piłkę obojętnie jakiej wielkości. Jeśli nie macie piłki to wszystkie ćwiczenia możecie zrobić z małym, twardym jaśkiem( mała poduszczyca). Jeśli nie potraficie zrobić jakiegoś ćwiczenia to zróbcie następne-to które nie sprawia Wam kłopotu. Zachęcam do ćwiczeń z rodzeństwem lub z rodzicami

Powodzenia

p.Beata

[https://www.youtube.com/watch?v=CEyba0BvBUE&ab\\_channel=AnkaDziedzic](https://www.youtube.com/watch?v=CEyba0BvBUE&ab_channel=AnkaDziedzic)