

Wychowanie fizyczne kl. 7 – termin 23.03. – 27.03.20 r.

Środa lekcja 6,7

Temat: Zapoznaj się z przepisami piłki ręcznej.

– zał. Przepisy piłki ręcznej str. od 1 do 7

Piątek – lekcja 5,6

Temat: Wzmacniamy mięśnie tułowia, ramion i nóg.

Proszę zestaw ćwiczeń wzmacniających mięśnie tułowia, ramion i nóg wg zamieszczonego poniżej schematu.

Podaję link do ćwiczeń:

<https://wordwall.net/pl/resource/893767>