Wychowanie fizyczne klasy V-VIII

Witajcie! Już jakiś czas siedzimy w domu więc chcę Was zachęcić do aktywności fizycznej. Do wspólnych ćwiczeń zaproście swoje rodziny, wtedy jest weselej. Zachęcam do odwiedzenia strony <https://fittykid.com/> i tam znajdziecie zestaw ćwiczeń wraz z pokazem <https://fittykid.com/2020/03/13/rozgrzewka/>. Możecie wykonywać go seriami w przerwach między lekcjami. Powodzenia! A jeśli Wy znacie jakąś fajną stronę z ćwiczeniami podzielcie się ze mną i innymi. Piszcie gronczewska@pokrzywnica.pl