**Nauka zdalna**

**Wychowanie Fizyczne - zadania do wykonania w dniu 15.04, 16.04, 17.04**

**Klasy IV a i b (grupa dziewcząt)**

Rozpoczynamy kolejny tydzień pracy zdalnej.

Zadanie do wykonania z wychowania fizycznego:

1. Ćwiczenia do wykonania w tym tygodniu:
* Podane ćwiczenia mają za zadanie pobudzić całe ciało do ruchu
* Ćwicz raz dziennie po 20 minut w przewietrzonym miejscu
* Pamiętaj o właściwym stroju

<https://www.youtube.com/watch?v=2synGsIdloU>

1. Ćwiczenia poprzedź rozgrzewką:

<https://www.youtube.com/watch?v=SGuKDNvBo_U>

1. Poznaj zasady piłki koszykowej

Wszystkie ćwiczenia wykonuj w miarę swoich możliwości.

Pozdrawiam Was serdecznie!

Elżbieta Stańczyk