

Wychowanie fizyczne klasa 4 a,b grupa dziewcząt  
zadania do wykonania 03.05, 04.05, 05.05.2020

1. Wykonaj proste ćwiczenia gimnastyczne wykorzystując ćwiczenia, które wykonywałeś na lekcji wychowania fizycznego lub skorzystać z ćwiczeń proponowanych w czasie nauki zdalnej. Wykonuj je przy muzyce.  
(możesz skorzystać z ćwiczeń proponowanych przez Narodowy Fundusz Zdrowia)
2. Na poprzednich lekcjach poznałeś zasady zdrowego żywienia ( przypomnij je sobie) Na podstawie poznanych wiadomości o zdrowym żywieniu przygotuj (Piramidę Żywieniową ), możesz w tym celu obejrzeć filmik który proponowałam ci w drugim tygodniu - nauki zdalne
3. Zapraszam was do zabawy z Olą -taniec online  
(zaczynamy od rozgrzewki) <https://www.youtube.com/watch?v=MYNKeZ03FT4&t=3s>