

Wychowanie fizyczne

klasa 8a, 8b, 2 L8, 2 LG (dziewczyny)

W linku zaprezentowane są ćwiczenia koordynacji ruchowej (rozszerzona). Wykonujemy po minimum 15 powtórzeń danego ćwiczenia. Oczywiście w zależności opanowania ćwiczenia przechodzimy do trudniejszego (wykonując szybciej ćwiczenie).

KOORDYNACJA RUCHOWA (cz.2)

<https://youtu.be/1qR24SxqE7E>

W razie jakiegokolwiek pytań proszę o kontakt.

Pozdrawiam,
Zasada Karolina