12.05.2020

**Zachęcam do ćwiczeń**

Temat: Jak rozwijać swoją sprawność fizyczną? Ćwiczymy tabate.

W ramach lekcji Wychowania Fizycznego zapraszam do wykonania ćwiczeń z poniższego filmiku

<https://www.youtube.com/watch?v=0NCIDZRWCfc&feature=youtu.be&fbclid=IwAR0xlG8poF6lBphmBBfo-L50rYkgjizrfvXJ35Q5zdVKFaZobhnee3R4X6w>

Po wykonaniu ćwiczeń proszę o wpisanie tytułu filmiku do dziennika aktywności. Proszę pamiętać o stroju sportowym, miłej zabawy ☺