26.05.2020

**Zachęcam do ćwiczeń w domu**

Temat: Wiosną w parku lub w lesie… Marszobieg

W ramach lekcji Wychowania Fizycznego zachęcam Was abyście z okazji Dnia Mamy wybrali się razem z mamą na wspólny marszobieg czyli szybki marsz przeplatany z truchtem ( na swoim placu lub w pobliskim lesie) lub w wypadku deszczu wykonali wspólnie jeden zestaw ćwiczeń z linku poniżej:

<https://www.youtube.com/channel/UCTIwFB4ciFi5ZCIu-VlwaOg>

W dzienniku aktywności proszę wpisać tytuł filmiku który wybraliście lub wpisaćmarszobieg

Proszę pamiętać o stroju sportowym, miłej zabawy ☺

**Bardzo proszę o przesłanie uzupełnionych dzienników aktywności.**