

06.04.2020 r.

Technikum Kształtowania Środowiska Przedmiot : Wychowanie fizyczne
Klasa: IV TG

Witam moi drodzy przesyłam Wam zagadnienia z którymi powinniście zapoznać się dnia
06.04.2020 r.

1. Doskonalenie zbijania piłki z wystawy własnej.

Podaję link do tematu: sporttopestka.pl/pilka-siatkowa-zbicie-pilki/

2. Ćwiczenia wzmacniające mięśnie klatki piersiowej

Podaję link do tematu: trenuje.pl/artykuly/trening-klatki-piersiowej-w-domu-przykladowy-plan

08.04.2020 zapoznajcie się z tematem:

Doskonalenie biegu przez płotki.

Podaję link do tematu: sporttopestka.pl/bieg-przez-plotki-jak-wyglada-technika-biegu-przez-plotki/

W przypadku pytań proszę o kontakt na Messenger lub na adres: r.warda@poczta.onet.pl

Pozdrawiam Anna Warda