**WYCHOWANIE FIZYCZNE – chłopcy 15.04 – 17.04.2020r.**

Krzysztof Lewiński

UWAGA – każdy przed przystąpieniem do ćwiczeń przeprowadza 5 minutową indywidualną rozgrzewkę w miejscu

( ćwicz według swoich sił i możliwości)

|  |
| --- |
| Klasa IVa |
| 1 | 16.04.2020r. | Na *YouTube* – Na *YouTube* – WF w domu lekcja 6 – piłka nożna 2:27min. Wszystkie ćwiczenia x 3 |
| 2 | 17.04.2020r. | Na *YouTube* – Na *YouTube* – WF w domu w dobie korona wirusa 29:37 min. Pamiętaj o przerwach między ćwiczeniami |