Klasa3bc 02.04.2020r.

Gry i zabawy z mocowaniem

Dzień dobry

Dzisiaj tematem zajęć są gry i zabawy z mocowaniem. W związku z tym ,że są to ćwiczenia , które należy wykonywać z partnerem musimy zaangażować swoje rodzeństwo ewentualnie rodzica. Podsyłam Wam linki , dzięki którym zobaczycie , jak duży jest wybór tych ćwiczeń. Mam wrażenie ,że bardziej przypadną do gustu chłopcom niż dziewczynkom , ale może się mylę?

https://www.youtube.com/watch?v=Kf-N86W55Nw

 https://www.youtube.com/watch?v=cuaxD9lGtXo

 Chciałabym , abyście wykonali 3 ćwiczenia :

Z pierwszego filmiku ćw. które nazywa się walka o powalenie przeciwnika mocnym kopnięciem oraz walka kogutów większości nas znana.

Z drugiego filmiku proponuje ćw. o nazwie walka kanadyjska na kolanach.

Do dzieła