Dobrý deň milí žiaci,

keďže nemáme možnosť stále sa ešte stretnúť u nás v telocvični, posielam vám ďalšie zaujímavé cvičenia, aby ste sa rozhýbali, nepriberali. Budem veľmi rada, keď si zacvičíte a budete pritom myslieť na mňa ako cvičíme spolu. Pri niektorých cvičeniach si zároveň zopakujete niečo z anglického jazyka.

**01.04.2020 – 03.04.2020 Triedy 3.B , 4.A, 4B**

Mali ste dlho prestávku? Tak toto video vás riadne rozohreje. Pusťte sa do toho!

<https://www.youtube.com/watch?v=6w73P5WWPnw>

**06.04.2020 –08.04.2020 Triedy 3.B , 4.A, 4B**

Ako každú hodinu telesnej výchovy začíname super rozcvičením celého tela, tak sa do toho pusťme.

<https://www.youtube.com/watch?v=82GxGJVroMY>

A viete, čo budete cvičiť tu? Rýchle sa na to pozrite a zacvičte!

<https://www.youtube.com/watch?v=8qRAublpIXQ>

**15.04.2020-17.04.2020 Triedy 3.B , 4.A, 4B**

Dievčatá a chlapci, chcete mať vypracované bruško a silné nohy? Tak toto cvičenie vám dá riadne zabrať.

<https://www.youtube.com/watch?v=zMv2oo_CnhY>

Viem, že veľmi radi tancujete, preto som sa rozhodla, že si spolu zatancujeme.
<https://www.youtube.com/watch?v=8sneCpj4arU&t=135s>

**20.04.2020-24.04.2020 Triedy 3.B , 4.A, 4B**

Dnes si precvičíme ramená, ruky a nohy. Viem, že radi beháte, naháňate sa a tieto cviky vás zaujmú.

<https://www.youtube.com/watch?v=pizI7eNVSg8>

Keďže nemám možnosť byť pri vás a vidieť ako jednotlivé cviky prevádzate, tento ujo s tetou vám to priblíži a budú dávať na vás pozor.

<https://www.youtube.com/watch?v=l8lpVqto0gA>

Určite poznáte Spievankovo, kamarátov Spievanku a Zahrajka, tak si poďte spolu s nimi zacvičiť.

<https://www.youtube.com/watch?v=GmqaS4e9PUo&list=PLGD2i23AcYE3i_6oo_heSnEtDU05uv-OG&index=2&t=0s>

<https://www.youtube.com/watch?v=lro1qvr28X0&list=PLGD2i23AcYE3i_6oo_heSnEtDU05uv-OG&index=2>

<https://www.youtube.com/watch?v=TGW84y337mI&list=PLGD2i23AcYE3i_6oo_heSnEtDU05uv-OG&index=3>

**27.04.2020-30.04.2020 Triedy 3.B , 4.A, 4B**

Denné cvičenie

<https://www.youtube.com/watch?v=T8jI4RnHHf0>

Chcete sa na chvíľu stať kačičkou, medveďom, pštrosom, opičkou alebo poskákať si ako žabky? Rýchle si to pusťte!

<https://youtu.be/M88Y85TsrPs>

<https://youtu.be/_ZlfqnITQHs>

<https://youtu.be/kVF7T_LY5Ow>

<https://youtu.be/3-uxCJorgzo>

<https://youtu.be/yOy4ORxTcNI>

Teším sa na skoré stretnutie s vami v našej telocvični a na to ako si spolu zacvičíme! Rada by som vás už konečne videla.



 Mgr. Janka Korfantová