

Vítam Vás milí žiaci,

počasie nám bude priat', môžete pokračovať v cvičení vonku, na slniečku, na čerstvom vzduchu. Zhlboka dýchajte pri cvičení, aby ste si naplnili pľúca kyslíkom a prečistili dýchaciu sústavu. A poďme na to. Pripravila som pre Vás veľmi zaujímavé hodiny telesnej výchovy.

28.05.2020 – 29.05.2020 Triedy 3.B , 4.A, 4B

Pri tomto cvičení si môžete zobrať k sebe súrodenca, kamaráta alebo žeby rodiča?

<https://www.youtube.com/watch?v=X-adG-Vt5Qs&feature=youtu.be>

Určite bude vonku svietiť slniečko, tak poďme a cvičme!

<https://www.youtube.com/watch?v=MUz1Ml8BhNo>

<https://www.youtube.com/watch?v=0ZpXwCm4jLk&t=293s>

V tomto videu uvidíte prekážkovú dráhu, niečo podobné si môžete urobiť vonku aj vy.

https://www.youtube.com/watch?v=fcJZIS1r_h0

Niečo pre Vás, zaspievajte si, zatancujte počas cvičenia na peknú pesničku Mira Jaroša.

<https://www.youtube.com/watch?v=MUz1Ml8BhNo>

No a teraz, keď ste splnili všetko, čo som Vám poslala, kľudne si spravte svoj program, hrajte sa, ale nezabudnite sa aj učiť.

Mgr. Janka Korfantová