Wychowanie Fizyczne klasa VII 24.04.20

Temat 4: Ćwiczenia korekcyjne

 • Wykonuj wdech nosem a wydech ustami

• Pamiętaj o korygowaniu postawy ciała

• Dokonuj pomiaru tętna

Możesz podczas ćwiczeń wykorzystać podany link https://www.youtube.com/watch?v=eiHGj8Tuo-I

Pamiętaj ćwiczenia korekcyjne powinieneś wykonywać bardzo dokładnie.