Klasa 1 SP nauczyciel: Dagmara Janicka

Forma lekcji: Praca zdalna z wykorzystaniem Internetu

**Data: 06.04.2020**

Temat : Wyprostuj się – profilaktyka wad postawy u dzieci.

Wprowadzenie

Tematem naszych ostatnich zajęciach internetowych była prawidłowa postawa. Ćwiczenia nakierowane były na zdrowy kręgosłup. Dzisiaj kontynuujemy główny temat z uwzględnieniem wzmocnienia mięśni brzucha i pleców. Zapraszam do ćwiczeń.

<https://www.youtube.com/watch?v=hrk7sMV38ec>