

T: **Doskonalimy siłę i moc swoich mięśni - gry i zabawy z elementami mocowaniem**

Dla poprawienia ogólnej sprawności fizycznej oraz dla wdrażania do sportowej rywalizacji proponuję Wam dzisiaj zaangażowanie domowników do takich ćwiczeń i zadań ruchowych, dzięki którym poza naprawdę dobrą zabawą – wystąpi także chęć sportowej rywalizacji – oczywiście pod kontrolą.

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

Po tych zmaganiach sportowych proponuję zobaczyć krótki film jak potrafią się bawić nasi piłkarscy reprezentanci:

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

Zadanie domowe (dla chętnych):

Proszę o wykonanie krótkiego filmu z rywalizacji w jednej z proponowanych zabaw – zwycięstwo nie jest konieczne dla otrzymania oceny.