

Samoaktywność z wychowania fizycznego dla ucznia:

Nie zalegaj przed komputerem ani telewizoremrusz się :-))

Domowy WF :

Klasa IV

- zrób 10 brzuszków

- zrób 10 pajacyków

- krążenia ramion przez 15 sekund

Powtórz zadanie 2 razy, a potem napij się wody ;-))