WF kl 6a 8.05

Temat: Bieg długi 600m, 1000m.

Wykonaj rozgrzewkę ogolnorozwojową

Wypisz: Jak dzielą się biegi w konkurencjach lekkoatletycznych.

Temat : Rzut piłeczką palantową z rozbiegu.

Wykonaj rzuty do celu z różnych odległości.