

Testnevelés-4. évfolyam

2021.04.01.

Bemelegítés:

- 3 kör futás az udvaron
- 3 kör indiánszökdelés az udvaron
- <https://www.youtube.com/watch?v=uP2IouaTVHM>

Játssz a szabadban! Sportolj kedvedre! 😊

Néhány ötlet:

- ugróiskola
- célba dobás
- labdajátékok
- biciklizés
- ugrókötelezés
- rollerezés
- görkorcsolyázás
- kirándulás
- séta a szabadban
- Rossz idő esetén: sakkozz, játssz társasjátékokkal! 😊

