

Pracovní list 3 - Cvičební sestava pro mou třídu

Vytvořte sestavu tří až čtyř cviků pro svou třídu, které byste mohli cvičit i v průběhu vyučování (na začátku nebo na konci hodiny). Nezapomeňte zařadit do své cvičební sestavy i některý z balančních cviků (tentokrát ale bez balančních pomůcek)!

Cviky můžete popsat, nakreslit, vyfotit nebo natočit. Svou cvičební sestavu pojmenujte (například pružné svaly – pružné myšlení 😊 apod.)

Název sestavy: ...

Cvik č. 1	Cvik č. 2
Cvik č. 3	Cvik č. 4