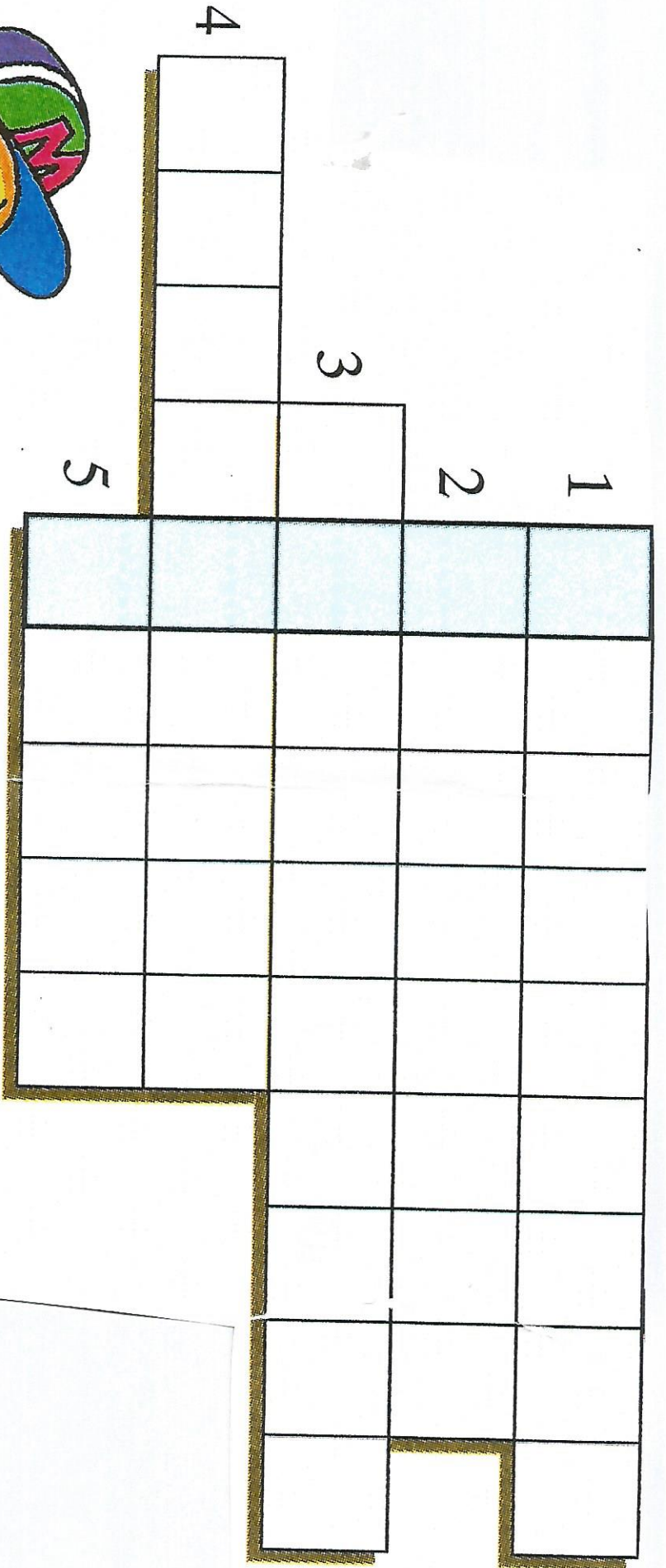


Wpisz nazwy dyscyplin sportowych dla każdego literę w polach niebieskich utworzą hasło.



..... to zdrowie!





## **Gimnastyka kwietniowa.**

*Pokaż ruchem treść wiersza*

**Prawa noga** – *noga prawa wyprostowana i uniesiona w górę;*

**wypad w przód** – *wyciągnięta noga opada na podłogę;*

**i rękoma zawiąż but** – *skłon do wysuniętej nogi i naśladowanie zawiązywania buta;*

**powrót** – *powrót do pozycji zasadniczej;*

**przysiad** – *przysiad z wyciągniętymi w przód rękoma;*

**dwa podskoki** – *dwa podskoki w miejscu;*

**w miejscu bieg** – *bieg w miejscu;*

**i skłon głęboki** – *skłon z sięgnięciem rękoma palców nóg;*

**wymach rąk w tył** – *wysunięcie rąk w tył;*

**do przodu** – *wysunięcie rąk do przodu;*

**już rannego nie czuć chłodu** – *przybranie pozycji zasadniczej*